



平成29年9月14日  
練馬区立開進第四中学校

## 9月16日は運動会

運動会の練習が始まり擦り傷・切り傷増えています。下記のような場合は病院へいきましょう。

①傷口が汚染されている

汚ない場所で転んだり、さびた釘を踏むなど、汚染されたけがは感染症が心配です。

②水で洗っても石やガラスが取れない

無理にとろうと強くこすると悪化します。

③血が止まらない

見た目より深いところまで傷が及んでいる可能性があります。

④ギザギザの傷

化膿しやすく治りが遅くなります。

⑤いつまでも痛い

傷の中に石やガラスが残っているかもしれません。

⑥動物にかまれた

感染症が心配です。



### 湿潤療法とかさぶた

傷口にしみ出てくる透明な液は浸出液といって、傷口を治すために必要な物質を含んでいます。感染を防ぐ、傷口を乾燥から守る、皮膚の再生をコントロールする、などの役目を持つ浸出液を傷口にとどませるために、上手にふたをするのが湿潤療法です。

かさぶたは止血のために集まった血小板などの成分が固まったもの。傷口のふたになっただけの菌の侵入を防ぎます。ただかさぶたは皮膚の再生を妨げるともいわれ、理想的な自然の絆創膏ではないようです。

でも小さな擦り傷くらいなら湿潤療法でなくてもやがて治ります。ただかさぶたを無理矢理はがすのはよくありません。治りが遅く傷跡も消えにくくなります。

### 湿潤療法のための応急手当

処置の手順

1. 傷とその周辺を水道水でよく洗います。
2. ガーゼなどで圧迫止血をしますが、皮膚の再生作用を損なわないように消毒はしません。
3. 止血が止まったら湿潤療法用の絆創膏を貼ります。

注意点

- ①傷が膿むような事があれば、速やかに医療機関を受診してください。
- ②この傷は、小さな浅い傷だけに使います。



# 9月12日学校保健委員会が開催されました。

学校医、PTAの代表、教職員が参加して、開四中の生徒の健康、給食、体力についての報告、話し合いが行われました。



**内科校医** 運動機能健診では、やらせてみると結構できる生徒がいた。側わん健診はほとんど治療はない。あまり気にしないで良い。結核は集団感染する。24時間換気はとても良い。健診は大きな問題はなかった。

**歯科校医** 口の健康状態は良い。矯正している生徒も多い。治療は早めにして欲しい。

**耳鼻科校医** 体力がついたのか、小学校の時はひどかったが中学生になると良くなっている。耳垢栓塞は、毎年同じ生徒である。早めに治療すると良い。

**眼科校医** 4月25日に健診を行った。ヒノキのアレルギーの生徒がいた。症状のひどい生徒は少なかった。視力は生活環境や遺伝に関係がある。きちんと見える環境を作り勉学に支障が無いようにする必要がある。中学生でもコンタクトレンズを使用しても良い。スポーツにおいても良い。しかし、管理は必要なので、1日の使い捨てにし、定期検査を必ず受ければ問題は無い。

**学校薬剤師** 校舎はきれいで問題はない。しかし、プールの環境はあまり良くない。プールサイドのマットがめくれているはがれていた。良い状態にするように教育委員会に報告書を出した。

## その他

体力テストの結果については少しずつ体力がついてきている。50mとハンドボール投げ以外は平均を超えてきている。瞬発力がたりない。小中連携の中でも体力作りを進めていく



健康診断の結果は、口腔の状態はとても良い。視力は平均よりかなり悪い。朝ご飯、睡眠調査の結果、朝ごはんは食べてきている。睡眠時間は8時間以上眠っている生徒の割合は、1年生約60%、2年生約40%、3年生30%だった。7時間以上になると概ね良好だった。しかし、受診率はとても悪く、特に眼科は5、6%の生徒しか受診していなかった。



給食については、学校教育活動の一つで、ただの食事ではない。健康の保持増進、食習慣、伝統的な食文化などの理解をするなど目標がある。給食はよく食べている。9月以降、セレクト給食、練馬産のキャベツ、大根を使った食事、リクエスト給食、残量調査などを実施する。