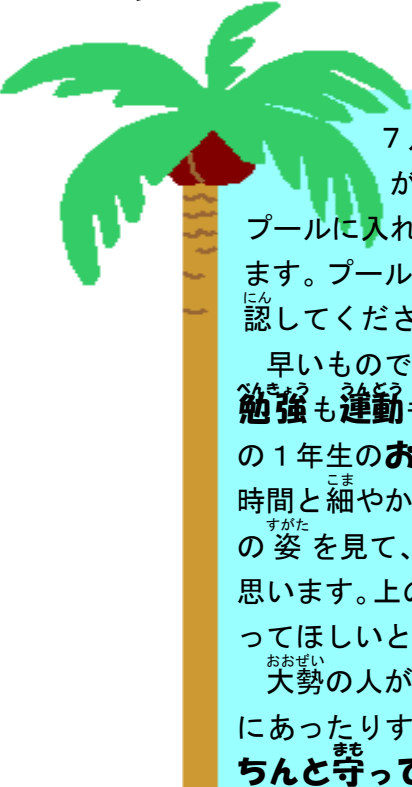


ほけんだより

平成25年7月3日
練馬区立八坂小学校
ほけんしつ



7月に入り、梅雨とはいえ時折真夏の日差しもさすことが多くなってきたこの頃ですが、子供たちは毎日元気に学校生活を送っています。

プールに入れる日も多くなってるので、今まで以上に**体調管理**には気をつけてほしいと思います。プールに入る際に注意してほしいことをのせましたので、おうちの人と一緒にしっかり確認してください。

早いもので、もうすぐ夏休みです。4月に入学してきた**1年生**もすっかり学校生活に慣れて、**勉強も運動も遊びも毎日力いっぱい頑張っている**姿が見られてうれしいです。そして、その1年生の**お世話**を4月から一生懸命がんばってくれていた**6年生**。朝、休み時間、そうじの時間と細やかにお世話している姿は、**さすが6年生!**と頼もしく感じました。そんな6年生の姿を見て、「やっぱり6年生はすごいなあ」とあこがれの気持ちをもった他学年の人も多いと思います。上の学年の人たちは、下の学年の人の**良いお手本**になれるように日々の学校生活を送ってほしいと思います。

大勢の人が一緒に生活する場では、**ルール**をしっかり守らないと**大きなケガ**をしたり、**事故**にあたりやすくなるが増えます。**廊下の歩き方、ボールの使い方**など決められたルールは**きちんと守って**、安全な学校生活が送れるようにしましょう。



「けんこうカード」を返却します。

定期健康診断も無事に終了しました。提出物、受診勧告後の治療等、ご協力ありがとうございました。結果を記録しました「健康カード」を各自返却いたします。内容をご確認いただき、中ページの保護者印欄に押印の上**7月13日(土)までに**学校へお戻しください。

治療済みの疾病には「済」の印を押してあります。むし歯、視力などはこの夏休みを利用して早めの治療をお願いいたします。

7月の前に もういちどチェック!

耳のそうじはしてありますか?

「耳あか」のちりょうをしていないとプールに入れないのでちゅうい!



朝ごはんをしっかり食べていますか?

ジュクジュクしたキズはないですか?

手足のつめをは切っていますか? 足はわすれがちなので注意。

すいみんじかんはたいていしていますか? 寝不足だと、おもわめ事故にあいやすいです!

めやに、目の充血はないですか?



夏、こんなびょうきに ちゅうい!

てあしくちびょう 手足口病



手の平、足の裏、口腔内などに特有の水ほう性の発疹ができる夏かぜの一種です。

<うつり方>

飛沫感染、便中のウィルスの経口感染でうつります。

<潜伏期間>

3～4日 1週間程度で回復することが多い。

口の中の水ほうが痛み、食事がしづらくなることもあります。本人の全身状態が安定している場合は登校可能。(主治医の判断による)

八坂小でも、4月から
6月にかけて多かった
病気です

ようれんきんかんせんしょう 溶連菌感染症

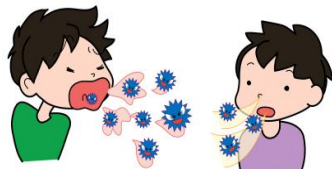
発熱、咳、のどの痛みから発症することが多く、特に子どもはのどの痛みを一番に訴えることが多いです。発熱も38℃以上の高熱であることも特徴です。いちご舌といって、舌の表面にブツブツと鮮やかな赤みが見られることも多いです。発熱から1、2日して体に発疹が出ることもあります。

<うつり方>

普通のかぜと同じく、咳や唾液による飛沫感染が主です。

治療は抗生物質の投与が基本です。薬を途中でやめたりせずに、しっかり治すことが大切です。

主治医の判断によっては出席停止となります。学校へお知らせください。



ヘルパンギーナ

のどの水疱と39℃以上の高熱が特徴の夏かぜの一種です。

毎年5月～9月に流行します。

<うつり方>

ふつうのかぜと同じく咳や唾液による飛沫感染、また、便中のウィルスの経口感染です。

のどの水疱がやぶれると食べ物がしみて食事がとりづらくなります。水分補給に注意して脱水にならないようにしましょう。

主治医の判断によっては出席停止となります。学校へお知らせください。

プール熱

アデノウイルスによる感染症のことをいいます。(咽頭結膜熱^{いんとうけつまくねつ})

突然38～40℃の高熱が4日～1週間続きます。のどの腫れや結膜炎を伴いますが、熱、のどの腫れ、結膜炎は必ずしも同時に発症するとは限らないので注意が必要です。

<うつり方>

患者のくしゃみや、感染者が使っていたタオルなどを通して感染します。必ずしもプールでうつるとはかぎりません。

学校感染症に指定されているので、「**主要症状が消退後、2日を経過するまで**」出席停止となります。速やかに学校へお知らせください。



手洗いをしっかりしましょう!