

保健だより ~9月号~

平成 26 年 9 月 6 日 (土)
練馬区立練馬東中学校
保健室

夏休みが終わり、44日ぶりに学校が始まりました。夏休みは楽しく過ごせましたか？生活リズムは崩れていませんか？新しい日常が始まると、慣れるまでの間に体調を崩してしまうことがあります。できるだけ早くからだが学校のリズムに戻るよう、早寝早起きなど規則正しく過ごすことを心がけてください。



毎年9月9日は救急の日となっており、また9日から1週間は「救急医療週間」として、救急に対する理解と認識を深める期間となっています。

練馬東中学校でも、けが人が多く発生しています。体育はもちろん、部活動中にけがをすることもありますよね？程度によっては自分で手当ができるものもあります。自己管理の能力を求められるのも中学生です。保健室に行く前にできることはないか、今一度確認してみましょう。



保健室へ行く前に

できることはないかな？



保護者の皆様へ

貧血検査のお知らせ

10月8日(水)に練馬東中学校の保健室で1年生を対象とした貧血検査が行われます。他学年の受診も可能ですので、日頃お子様の体調が気になり検査を受けてみたいという方がいらっしゃいましたら事前に保健室までご連絡ください。

日時：平成26年10月8日(水) 13:30～

場所：保健室

対象：1年生(希望者のみ)、他学年で希望する生徒も受診可能

内容：学校医、臨床検査技師による採血

申し込み方法：保健室の鈴木までご連絡ください。☎03-3998-0231

デング熱について

先月より各地で感染者が出ているデング熱ですが、現在までに練馬区内での発症の報告はありません。蚊による媒介ですので、インフルエンザなどの飛沫感染のように広域に拡大する可能性は低いようです。しかし、今後どのように推移するかわかりませんので、ご家庭でも虫除け対策をするなど警戒をしていただければと思います。

また、デング熱は学校伝染病の指定対象外ですので、仮に発症しても原則出席停止の扱いにはなりません。ただし、周囲の感染状況などを鑑み、学校長、学校医の判断で出席停止の扱いに変わることもありますので、必ず学校にご連絡をいただきますようご協力をお願いいたします。

【専用相談電話が都庁内に設置されています】

電話番号：03-5320-4179

対応時間：平日午前9時から午後7時まで、土日午前9時から午後5時まで

【予防のポイント】

デング熱に対する予防接種はありません。予防のポイントとして、蚊に刺されない工夫をする必要があります。

【蚊の繁殖や虫刺されを防ぐ工夫】

- (1) 蚊の繁殖を防ぐため、雨水タンクに蓋をしたり、タイヤに溜まった水・ペット用の水・鉢植えの皿の水を放置しない
- (2) 室内の花瓶の水などは最低週1回は交換する
- (3) 戸外に出るときは肌の露出をできるだけ避ける
- (4) 虫除けスプレー等を適切に使用する
- (5) 網戸やエアコンを使用する

※練馬区ホームページより引用