

ほけんだより

2014年5月 古蔵小学校 保健室 担当：大城



ほけんもくひょう 5月の保健目標

けんこうしんだん 健康診断でみつかった病気や
いじょう 異常は、はやめに治療しよう！

緊張していた新学期から1ヶ月が過ぎようとしています。5月は、連休の疲れなどが重なり調子が悪くなりやすい時期です。早寝・早起きの生活リズムをしっかり身につけ、元気なからだで過ごせるようにしましょう。

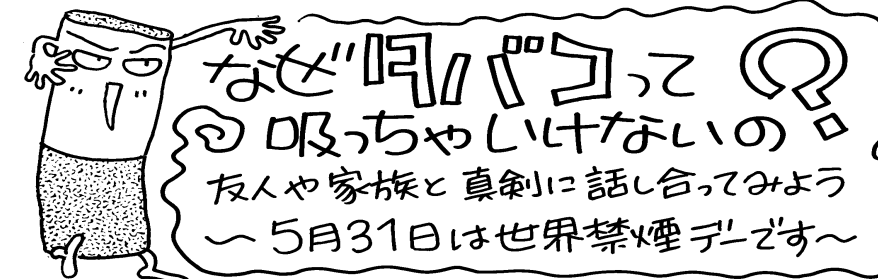
5月も4月に引き続き、検診が続きます。
できるだけ検査のある日は、お休みしない
ようにしましょう！！



7日(水)～8日(木) 尿・ぎょう虫検査(尿再検査者と未提出者)

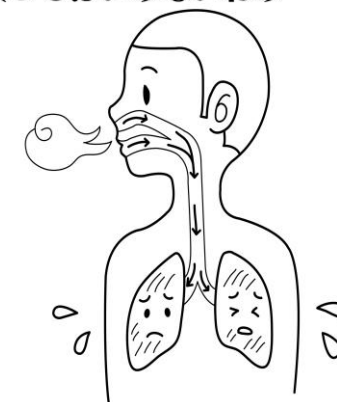
必ず提出するようお願いします。お子さんが忘れた場合は、
10時までに保健室に届けて下さい。

- 12日(月) 心電図検査(1年生)・・・体育着忘れずに
- 13日(火) 聴力検査(5年生)
- 15日(木) 聴力検査(3年生)
- 16日(金) 聴力検査(2年 3クラス)
- 19日(月) 聴力検査(2年 2クラス)
- 20日(火) 聴力検査(1年 3クラス)
- 21日(水) 聴力検査(1年 2クラス)



子どもがタバコを吸ってはいけないわけ

子どもの体はできあがるとちゅうなので、タバコの中の悪い物質のえいきょうをうけやすいのです。そのため、吸い始めて短い間に依存症になってしまいます。また、タバコがガンをひきおこすといわれていますが、子どもはおとなよりかかりやすく、かかるとおとなよりもはやく悪くなります。



<感染症情報>

4/28～5/2

インフルエンザ・・・3名
結膜炎・・・1名
水ぼうそう・・・1名

近隣校でインフルエンザでの学級閉鎖も出ています。気をつけましょう！

診断の結果について

学校の健康診断は、病気の疑いのある人を捜し出すものです。「再検査」や「要精密検査」の結果が出ても、病気とは限りませんが、指示に従って検査を受けて下さい。結果は、担任を通して保健室へお知らせください。

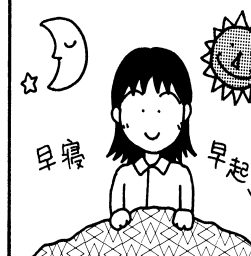
尿・ぎょう虫検査、聴力検査、心電図検査、内科検診などは異常のあった子のみお知らせしています。



新学期がスタートして1か月……。緊張もほぐれ、ゴールデンウィークも過ぎ、疲れがたまる時期です。生活リズムを整えるように心がけましょう。

生活CHECK

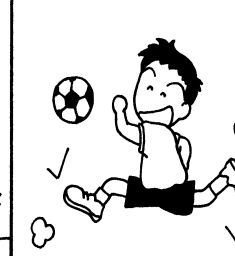
睡眠時間を十分とっていますか？



3度の食事はきちんと食べていますか？



適度にからだを動かしていますか？



心とからだの疲れ、上手にしていますか？



ほけんだより



2014年5月号② 古蔵小学校 保健室 担当：大城

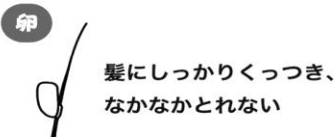
ほけんもくひょう 5月の保健目標

けんこうしんだん びょうき
健康診断でみつけた病気や
いじょう ちりょう
異常は、はやめに治療しよう！

今週から、プール学習もはじまります。楽しみにしている子も多いと思います。安全で、楽しいプール学習にするためにも、家での朝の健康観察や、朝食など保護者の方のご協力もよろしくお願いします。また、アタマジラミはいないかどうか、お子さんの頭髮の点検もお願いします。

おうちの方へ アタマジラミにご注意を！

★アタマジラミの卵の見分け方



ヘアーキャスト（フケの一種）



★アタマジラミの卵が見られやすい場所



※卵は髪の毛の根元近くに産みつけられています。

アタマジラミは、頭と頭が接触したり、身の回りのもの（タオル、寝具、帽子、くし等）を共用することで感染します。不潔にしているからではありません。



プールカードはんこを押す前に... 保護者の方による健康CHECK!

1. 顔色は普通ですか？
 2. 睡眠は十分にとれましたか？
 3. 朝食はしっかりと食べましたか？
 4. 目・鼻・のど・耳に異常はありませんか？
- 安全で楽しい水泳の授業のために



5. 下痢はしていませんか？
 6. ジクジクした傷はありませんか？
 7. 爪は短く切っていますか？
 8. 熱はありませんか？
- 保護者の方のご協力をお願いします！

つゆのきせつの健康と安全について

スリッパに注意

廊下がすべりやすくなる



転んでけがをしないように!!

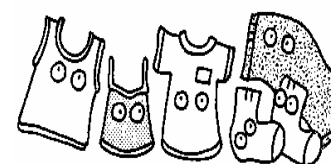
交通事故に注意

雨やかさで視界が悪くなる



車に注意!

体をせいけつに☆



かえのくつした、きがえ、タオルを準備しておこう

<感染症情報> 5/12~19

インフルエンザ...13人（主にB型）

GW前は、週に1人2人でしたが、少し増えてきています。

那覇市は、まだ警報発令中です。手洗い、うがい、マスク等で予防しましょう！

ケムシに注意

最近、ケムシによるものと思われる、発疹での来室が増えています。学校内でだけでなく、休日に刺されたという子もいます。主に木についていることが多いので、木の下には行かないようにしましょう。また、ケムシを駆除しようとさわったりしないようにしましょう。

毒蛾の被害にあった時の応急手当

①直ちに衣服を脱いで、ガムテープなどで毒針毛を剥離する処置を数回おこないます。

②流水やシャワーで洗い流します。

③かゆみ止め軟膏やステロイド含有軟膏を塗ります。

④かゆみが強い時や広範囲の時には、病院に受診しましょう（医師の処方により抗ヒスタミン剤の内服や軟膏の塗布等）。



※毒針毛が付着すると、皮膚に多数の湿疹やかゆみを発症します。重症化すると、発熱やめまいを発症することもあります。症状がひどい時は、皮膚科への早期受診をおこなしましょう。