

～お子さんと一緒にお読みください～

ほけんだより

長瀬第二小学校
保健室
NO. 3
平成30年5月14日

緑薫る気持ちのよい季節になりました。子ども達は、休み時間に外で元気よく外遊びをしています。

そんな中、急に気温が上がって暑くなってくると熱中症が心配されます。熱中症の予防に、こまめな水分補給は欠かせません。学校の水道水は毎日検査をしているので、安心して飲めますが、水筒を持ってきた人は持ってきてください。水筒の中身は、水・お茶類にし、毎日持ち帰って衛生的に管理しましょう。

また、体調を崩してしまう児童も出ていますので、夜は早めに寝て、十分な睡眠をとしましょう。



りゅうこうせいかくけつまくえん 流行性角結膜炎に注意しましょう！

「流行性角結膜炎」は感染力がきわめて強いので、出席停止扱いになります。お子さんに眼の充血等の症状がある場合は、早めに眼科へ受診しましょう。

病原体	アデノウイルス
潜伏期間	2日～14日
感染経路	接触感染。プール水、手指、タオルなどを介して感染する。
症状	急性結膜炎の症状で、結膜充血、まぶたの腫れ、異物感、流涙、めやに、耳前リンパ節の腫れなどがある。角膜に傷が残ると、後遺症として視力障害を残す可能性がある。 診断にはアデノウイルス抗原の迅速診断キットがある。
予防法	手洗い タオルの共用はしない。
登校基準	眼の症状が軽減してからも感染力が残る場合があり、医師から、感染のおそれがないと認められるまで出席停止とする。

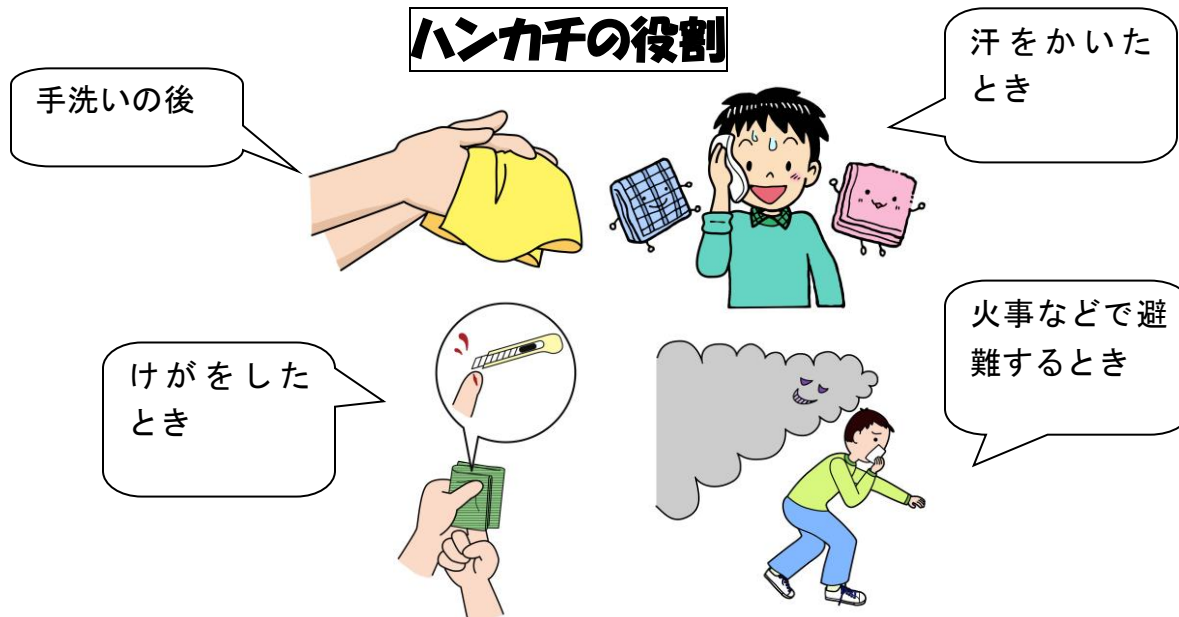
毎日「清潔なハンカチ」を使おう！

毎週金曜日には衛生検査（ハンカチ・ティッシュ・つめ・朝のほみがき）をしていますが、ハンカチを持ってきていない人がいます。ハンカチには、手洗いのときだけではなく、汗をふいたり、咳やくしゃみが出たときに口を押さえたりするなど、様々な役割があります。



1日使ったハンカチには、目には見えませんが、たくさんの細菌がついているので、毎日清潔なハンカチを持ってくるようにしましょう。

ハンカチの役割



《これからの健康診断の予定》

- 5月15日（火） 耳鼻科検診（全員）久喜まき子先生（秩父市久喜医院）
- 5月16日（水） 内科検診（全員）倉林 道男先生（長瀬町倉林医院）

* 本年度より、耳鼻科検診も全員実施できることになりました。
* 健康診断の結果は随時お知らせしています。治療が必要な場合は、早めに医療機関へ受診をお願いします。