

ほけんたより7月

平成27年7月
大阪狭山市立
南第三小学校
保健室

7月になりましたが、去年に比べると涼しい日が続いています。
先週、今年最初のセミの鳴き声を聞きました。夏本番まで、もうすぐです！
個人懇談のときに、健康診断の結果をまとめた「健康手帳」を渡します。
担任の先生からおうちの人へ渡しますので、家でいっしょに見てください。

6月歯みがき月間、がんばりました！
満点歯っぴーは 111人

上位のクラスには表彰状がおくれます。
朝礼で発表しますので、お楽しみに！！
次の歯みがき月間は夏休み！！満点歯っぴーを目指しましょう！！



保護者の方へ

アタマジラミについて

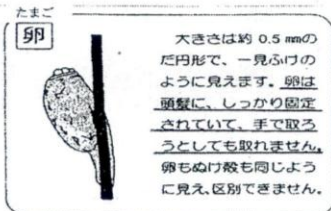
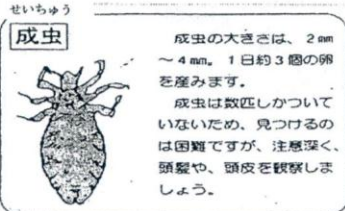
アタマジラミは季節を問わず、全国各地で発生しています。家族内や集団の場、タオルの共用などで接触感染し、赤みが出てきて腫れたり、かゆみが出たりなどの症状があります。不衛生なことが原因と思われがちですが、毎日入浴しシャンプー、ドライヤーをしても、発生していることがあります。

予防するためには、タオル・くし（ブラシ）・帽子など頭にふれる物の共用を避けてください。

また、普段から頭髪を丁寧に観察し、早期に卵を発見することが大切です。ご家庭でも時々、スキンシップも兼ねて、お子さんの髪を丁寧に見てあげてください。



特にこのあたりの髪の中をよく見てください。
髪の中をかきわけて見ると、一本に一つずつくっついています。



熱中症かもと思ったら



こんな症状があったら



- めまい・立ちくらみ
- 手足などがつる・こむらえり・しびれ
- 吐き気・おう吐・頭痛
- 足がもつれる・力が入らない・ふらつく
- 転倒する・座り込む・立ち上がれない
- からだに触れると熱い

質問をしてみる ここはどこ？ 名前は何？ いま何をしています？

意識に異常がある → 救急車を呼ぶ
待つ間に応急手当を行なう

応答がおかしい
 意識がはっきりしていない

意識に異常はない

涼しい場所に運んで、衣服をゆるめてからだを冷やす

からだを冷やすには———

- ・水をかけてうちわなどでおおぐ
- ・氷のうなどで首の両脇・わきの下・足の付け根を冷やす

水分を自分で飲めるか 飲めない

飲む

水分を補給する

- ・塩分を含んだスポーツドリンクなどがいい
- ・冷たいほうが吸収がよく、熱が早くさめる

症状はよくなりましたか？ いいえ

はい

そのまま安静にして、充分休憩をとり、回復したら帰宅しましょう

病院へ