

ほけんだより

梅雨入り号

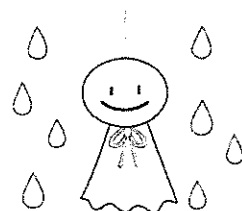
令和3年5月24日 No.3

日南町立日南小学校

梅雨入りしました！

早いもので、今年も梅雨入りを迎えました。例年6月上旬の梅雨入りですが、今年はずいぶん早いようです。

これからの季節は、熱中症・食中毒・思わぬ怪我等が増える季節です。裏面には、今鳥取県内で流行っている（新型コロナウイルス感染症以外の）病気の情報も載せましたので、けがや病気に気をつけて、元気に梅雨を乗り切りましょう！



熱中症

気温と湿度の上昇で熱中症の危険が高まります。暑さに体が慣れていないこの季節が、特に危険です！

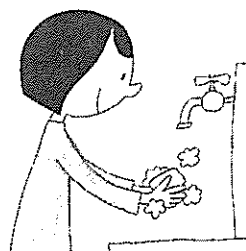
- ☐ 喉が渇く前の、こまめな水分補給が大切です！（水筒を持ってきました。）
- ☐ 温度と湿度が高い日は熱中症に要注意！
- ☐ 調整しやすい服装を心がけてください。
- ☐ 早寝早起き＋朝ご飯が熱中症の予防にもつながります。



食中毒

温度と湿度が上がる、これからの季節は食中毒にも注意が必要です。食中毒予防のポイントは「付けない、増やさない、やっつける」です！

- ☐ 付けない
こまめに手を洗いましょう。
- ☐ 増やさない
室温で長時間放置しないことが重要です。
- ☐ やっつける
加熱は十分に行いましょう。

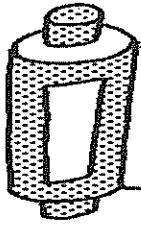


思わぬ怪我

湿度が上がリ、学校の廊下が滑ることがあります。学校の廊下や階段は、落ちついて右側を歩きましょう。

また、傘を差して歩いて転んだり、ぶつかったりすることもあるので登下校も気をつけましょう。





県内で

いんとうけつまくねつ ようれんきんかんせんしょう かんせんせい い ちょうえん
咽頭結膜熱、溶連菌感染症、感染性胃腸炎が流行中です。

新型コロナウイルス感染症が全国で猛威を振るっていますが、その他にも気をつけるべき感染症があります。現在日南小学校で流行っている病気はありませんが、今一度、注意と予防をお願いします。予防の基本は石けんを使った手洗いと、マスクの正しい着用、そして免疫力を高めることです。みんなで気をつけて元気に過ごしましょう！

いんとうけつまくねつ

咽頭結膜熱(プール熱とも呼ばれます)

特徴：感染後 5～6 日で発症します。

症状：目やに、涙目、せき、鼻水、発熱、のどの痛みなど。

注意点：感染力が高いので、発症した場合は出席停止となります。

ようれんきんかんせんしょう

溶連菌感染症

特徴：感染後 2～5 日で発症します。

症状：突然の発熱やのどの痛みから発症し、のどの奥が真っ赤になり、小さな発疹が出ることもあります。咳や鼻水がほとんどなく症状が軽い場合もあります。

注意点：治療をせずに放置すると急性腎炎を起こすことがあります。小児に多い病気ですが、大人もかかります。決められた期間きちんと薬を飲みきることが大切です。

かんせんせい い ちょうえん

感染性胃腸炎

特徴：ウイルスや細菌が原因で起こる胃腸炎の総称です。冬～春に流行るのが、ノロウイルスやロタウイルスといったウイルス性胃腸炎、夏場に増えるのが病原性大腸菌やサルモネラ菌、カンピロバクター菌などの細菌性胃腸炎です。

症状：発熱、下痢、嘔吐、腹痛など。

注意点：手洗いが最大の予防方法です。もう一度手洗いの方法を見直してみましょう。

～保健室から～



5 月も残すところ 1 週間となりましたが、4 月から引き続き、頭痛や腹痛などの保健室の来室は少なく落ち着いている状況です。保健室では、指を切った、転んだ等けがをして来室した児童には「あなたの体には傷を治す力があるんだよ。」と伝えています。けがもひとつの学びの種として、自己肯定感を高める、こころを育てる関わりを持っていきたいと考えています。お家でも、けがの治っていく様子をお子様と一緒に確認してもらえたらと思います。お家の人に声をかけてもらうことが子ども達にとっては何よりのパワーになります！よろしくお願いします。