



長瀬第一小
保健室
R7.9



きれいな上履きで、元気に歩く様子から「2学期もがんばろう。」という気持ちが表れているように見えます。
小学生は、1年に約1cm足が大きくなるそうです。
少しでも窮屈に感じると、かかとを踏みつけ始めます。
上履き洗いで持ち帰った際に、かかとを踏みつけていないか、ぜひ一緒に確認してみてください。



○ケガの見立ての基本(アプローチ)

- ・ 声が出るか？ 息の通り道はふさがれていないか？
- ・ 胸は上下しているか？ 息苦しさを訴えていないか？
- ・ 顔色は？ 脈は？ 冷や汗をかいていないか？
- ・ 問いかけにすぐ反応できるか？ 目が合うか？
- ・ 隠れたケガはないか？ 見落としていないか？

○救急車を呼ぶ判断

- ・ 意識がぼんやりしている。
- ・ 呼吸が苦しそう/変な音がする。
- ・ 顔色が極端に悪い/冷や汗をかいている。
- ・ 出血が止まらない。
- ・ 激しい痛みが続く/顔をしかめて動けない。

「オーバーかもしれない」
ではなく
「もしかしたら」を
大切に！

AEDや非常口の場所を
覚えておこう



ただ正しく
使っていますか？

モイストヒーリング用の絆創膏

傷が早くきれいに治ると言われている、傷口を乾かさないためのハイドロコロイド素材の絆創膏。便利ですが、使い方によっては危険もあります。

汚れたまま貼るのはNG

傷口はきれいに洗ってから貼りましょう。汚れが残っているまま密封すると、菌が繁殖してしまうことも。



端が剥がれてきたら貼り替える

おうちで貼ってきた絆創膏が剥がれているのを時々見かけます。端が一定以上剥がれると菌が入って感染の危険も。



2歳以下の乳幼児は対象外

乳幼児に対しての安全性は確立されていません。使用するのには3歳以上になってから。



ぬ だ なつ やす 抜け出せ! 夏休みモード



ね まえ
寝る前のスマホや
ゲームはやめて早く寝る



はや お
早く起きて
日光を浴びる



あさ
朝ごはんを
しっかり食べる



おうちの方へ
こんなときは
お知らせください

- ☐ 夏休み中にケガや病気をした
- ☐ 新たにアレルギー症状が出た
- ☐ 緊急連絡先が変わった
- ☐ そのほか、お子さんの体調で気になること



○十分な健康観察をお願いします!

まだまだ暑い日が続いているので、夏の疲れが残っている人も多いかもしれません。

ケガや熱中症などにもつながらないように、しっかり朝ごはんを食べたか、十分な睡眠をとれたかなど 確認していただいた上、登校させてください。

※水筒と汗拭き用タオルを忘れずに!

○○受診報告書の提出ありがとうございます○○

☆受診後、報告書の提出をお願いします。
子どもたちの健やかな成長と学力向上のために
治療率 100%をめざしましょう。



○身体測定について

- ・2日(火) 1~3年生
- ・3日(水) 4~6年生

さくら

「健康の記録」に
記して、お配りします。
確認しましたら、印を
お願いします。



- ※ツメのチェック(特に足)をします。
- ※髪は、頭の上や後ろで結ばないでください。

★★ 生活しらべ ★★

毎週月曜日に調べます。

- 「ツメ」
- 「ハンカチ」
- 「ティッシュ」
- 「朝ごはん」



1学期にすべてパーフェクトだった人は86人でした。

2学期もさらに増えるように、
みんなで頑張りましょう。