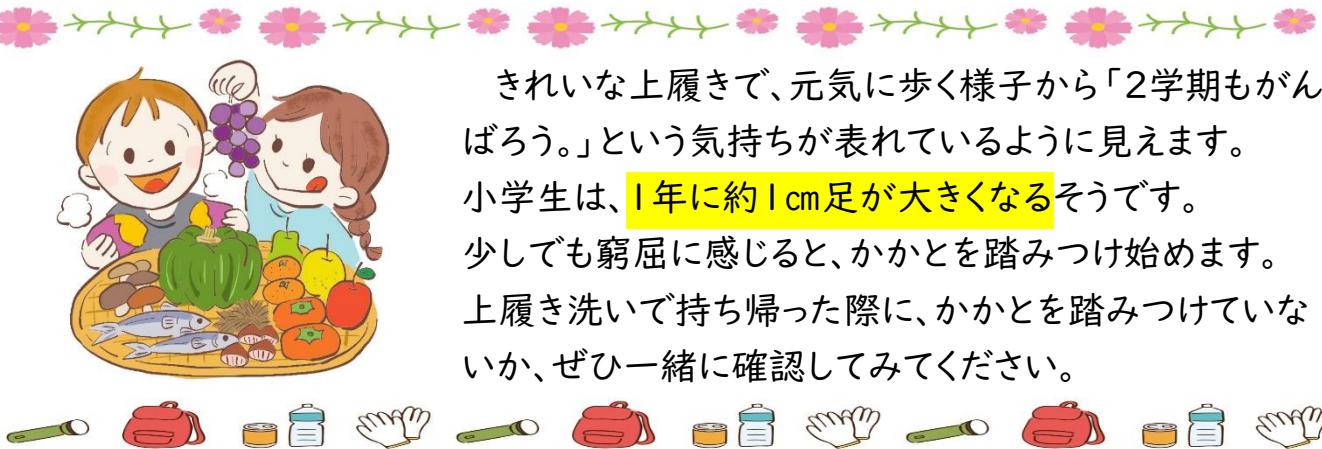




長瀬第一小
保健室
R7.9



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っていないか？
- 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。使用するのは3歳以上になつから。

抜け出せ！夏休みモード



寝る前のスマホや
ゲームはやめて早く寝る



早く起きて
日光を浴びる



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学期にすべてパーカクトだった人は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。

