

梅雨だより

平成29年度
松山聾学校
保健室



梅雨入りしてもなかなか雨が降らず、水不足も心配されていましたが、一気に梅雨らしい天気が続くようになりましたね。水泳学習ができるかどうか、水温・気温が気になります。その時に、健康観察をいい加減にしていると「翌日熱が出た!」ということにもなりかねません。自分の体調にも気を付けてくださいね。



雨の季節は注意して!

事故・けが



床がすべりやすく、カサでまわりも見えにくいです。

気温の差



むし暑かったり、肌寒かったりして体調もくずしやすいです。

食中毒



梅雨どきは原因となる細菌が増えやすくなります。

ろうかを走っちゃいけないのは

ろうかを走ったことがある人。きっと、いま読んでくれている人の中にもいますよね。先生に怒られた人もいるかも。



では、どうしてダメなのでしょう? 理由の一つは、お友だちにケガをさせるかもしれないから。たとえば、角から出てきたお友だちとゴツツン。自分も痛いけど、お友だちが自分のせいで「痛い」と泣いてしまったら、どんな気持ちかな?

特に雨の日は、ツルツルすべって転びやすく、危ないと思ってもすぐに止まれません。走りたくなくても、ぐとこらえて。



もうすぐプール学習が始まります

前の日は
しっかり眠る



泳ぐ前に...

手、足のつめを切る



朝、健康
観察をする



準備体操はしっかりと



先生の話をよく聞く



泳いでいる時は...

プールサイドは
走らない



具合が悪く
なったら先生
に言う



いたずら
禁止





ヒトスジシマカ

ジカ熱？デング熱？蚊媒介感染症って？

ジカ熱やデング熱という病気を知っていますか？ヒトスジシマ蚊という蚊がウイルスを持っていた場合、その蚊に刺された人がかかってしまうのが、ジカ熱やデング熱などの蚊媒介感染症です。ジカ熱は、妊婦が感染した場合生まれた子供が

小頭症を発症するリスクが高くなると言われています。デング熱は、蚊に刺されてから3～7日後急激な発熱、関節痛、嘔吐などが起こり、まれに出血症状がでたりショック症状を起こすことがあります。これらの感染症は蚊に刺されなければ移ることはありません。「蚊が増えないようにする。」「蚊がいるところでは刺されないように虫除けスプレーを使ったり長袖を着たりする。」など予防を心がけましょう。
(愛媛県健康増進課資料 より)

【症状】

急な高熱で発症し、その後のどの症状(咽頭炎)と、目の症状(結膜炎)の両方があらわれます。発熱は39～40℃が3～7日と長く続きます。のどが真っ赤になり、かなり痛みがあることが多く、3～5日持続します。目は痛みやかゆみがあり、目やにが出て、まぶしくなったり涙が止まらなくなったりもします。目の症状は一般的には片方からはじまりますが、多くの場合はもう一方にも広がります。また、頭痛や吐き気、腹痛や下痢が起こることもあります。潜伏期間は5～7日です。

<2種感染症>

症状がなくなった後、2日を経過するまでは出席停止

気をつけたい夏の感染症



ブール熱



ヘルパンギーナ



手足口病

てあしくちびよう

【症状】

手のひら、足のうら、口の中に小さな水ぶくれができる病気です。お尻や膝にできることもあります。乳幼児の間で流行します。熱はないか、あっても微熱程度で済みます。手足の水ぶくれは通常痛くありませんが、口の中が痛くて食べられなくなる場合があります。

原因ウイルスは、コクサキウイルス、エンテロウイルスなど複数あるので、何度でもかかります。

まれに髄膜炎を併発して、熱が続いたり、吐いたりすることがあります。

<その他の感染症>

症状の急性期は出席停止

【症状】

38～40℃の発熱とどの痛みで始まり、赤い水疱をともなった小さなブツブツが口蓋垂(のどちんこ)周囲や軟口蓋部にできます。水疱が破れて小潰瘍となり、飲み込むときに痛くなります。

<その他の感染症>

症状の急性期は出席停止



