ほけんだより

５月号

藤井寺市立道明寺小学校　保健室　令和４年５月９日（月）

草木がいっせいに緑を増し、１年を通して、過ごしやすい季節になっています。

５月は、遠足やたてわり活動、スポーツテスト等、いろいろな行事が予定されています。新しい学年、学級に慣れてきたころですが、活動のときの決まりごとを、みんながきちんと守って、安全に楽しく活動できるようにしましょう。

…これからの健康診断の予定…

月	日	健　康　診　断	対　象　者
５月	１７日（火）	**尿検査２次予備**	該当者のみ
	１８日（水）	**耳鼻科検診**	ｱﾝｹｰﾄより抽出
	１９日（木）	**眼科検診**	ｱﾝｹｰﾄより抽出
	２６日（木）	**心臓２次検診**	該当者のみ
６月	２３日（木）	**歯科検診**	全児童

健康診断や保健室に関わることで、ご心配なことやご不明なことがありましたら、いつでも、保健室（山口）までご連絡ください。

●耳鼻科・眼科検診アンケートを本日９日(月)配布し、１１日(水)までに提出していただきます。

●４５６年生は、歯科検診前に歯科医師会による事前調査を実施します。

これから、だんだんと暑くなってきます。また、梅雨の時季になると湿度も増し、汗をかきます。*これからの季節、**絶対に忘れてはいけません！***

１、水筒

これからは１回に飲む量が多くなってきます。１日学校で過ごすのには、かなりの量の水分が必要になります。荷物も多くなり、子ども達にとって負担ですが、水分を摂らないと熱中症の心配もありますので、多めの水分を持ってきましょう。

２、タオル

汗にはからだの熱を逃がすという大切な働きがありますが、そのままにしておくと、からだの熱を逃げにくくし、よけいに暑く感じます。動けば、汗をかきますので、ふきとるタオルを持ってきましょう。

３、予備のマスク（３枚程度）

マスクを落としたり、汚れたり、これからの季節は汗で濡れてしまったりすることもあります。常に、予備のマスクを３枚程度、ランドセルに入れておきましょう。

４、上着（あればいいかも）

これからの季節、教室でクーラーをつけることもあります。適度な気温は人それぞれ違います。また、座席によっては、クーラーの風のあたり方が違います。脱ぎ着で調節できる服装をし、必要な人は、薄手の上着を持ってくるのもいいでしょう。

…保健室について…

保健室には、毎日たくさんの子どもたちが来室します。

―けがの場合―

●すり傷はできるだけ水で洗い、消毒を使用するのは最低限にします。

●打撲は、まず冷やして様子を見ます。

◎医療機関への搬送が必要であると判断した場合は、年度初めに提出していただいた緊急連絡カードを使用します。変更等があれば、学校までお知らせください。

―体調不良の場合（コロナ渦）―

●健康観察カードで登校前の検温と体調を確認し、保健室でも、もう一度確認します。

●保護者に連絡し、できるだけお迎えをお願いします。

●高熱、咳等の症状がある場合は、別室で待っています。

―その他―

●トゲが刺さった場合は、ピンセットでつまんで抜けるときは処置をしますが、それができないときは皮膚を割いての処置はできません。

●内服薬は一切、保健室では用意していません。

●虫刺され等に使用する塗り薬も用意していません。

◎病院で処方された薬を学校で服薬するように指示が出た場合などは、担任に連絡してください。