

けんこうわんだふる

2018年7月2日
松戸市立梨香台小学校
保健室

熱中症に注意！ 暑い日が続いています！

気温が高い 風が弱い
湿度が高い 急に暑くなる
こんな日は要注意

ねっちゅうしょう しょうじょう
熱中症の症状

- 頭痛
- 吐き気
- だるさ
- 腹痛

おうきゅうてあて
応急手当

- 意識がもうろうとしている
- 熱がたかい
- 手足がしびれる
- 応急処置をして安静にしていても回復しない

涼しいところで横になり、寒い血管のあるところを冷やす

くび首 わき脇の下 あし足のつけ根

熱中症をひせこう

ぼうしをかぶらう 朝ごはんを食べる 寝はしっかりねる 水筒を持ち歩こう

水分と塩分をこまめにとる

水筒を忘れたり、水筒が空になってしまう児童がみうけられます。健康に関わることで、お家の方も忘れないような声かけや水筒の大きさにも配慮くださると大変ありがたいです。

7月の保健目標

- 熱中症に気をつけよう
- 規則正しい生活をしよう



～6月26日(火)に歯みがき指導が全学年で行われました～

日本大学附属歯科衛生専門学校の学生のみなさんが、各学級で歯みがき指導をしてくださいました。学年にあわせた内容で、全員赤染めを行い、みがき残しのチェックを行いました。梨香台小の児童のみなさんは、真っ赤に染まっている人は少なく、きちんとみがけているようでした。

今回の歯みがき教室をきっかけに、歯の治療が済んでいないお子さんは、歯科医院を受診するようお願いいたします。

梨香台小学校は、治療率80%を目指しています！！

現在の歯科治療率

44.9%

H30.6.27現在

～思春期保健相談のご案内～

思春期はこころとからだの成長変化に伴いさまざまな悩みが生じやすい時期です。

生活の中で悩みのある思春期のお子さんやご家族からの相談に精神科医師や臨床心理士が応じてくださいます。(要予約)

また、随時、保健師による電話相談も実施しているそうです。(相談無料)

お子さんのことで不安や悩みなどありましたら、いつでも学校の方にもご連絡ください。

	精神科医師による相談	臨床心理士による相談
場所	松戸市健康福祉センター（松戸保健所）	
担当者	精神科医師、保健師	臨床心理士、保健師
実施日	平成30年 7月 9日(月) 9月10日(月) 11月12日(月) 平成31年 3月11日(月)	平成30年 8月28日(火) 10月 5日(金) 10月23日(火) 12月25日(火) 平成31年 1月22日(火) 2月26日(火)
時間	午後2時～5時 (相談時間：1時間)	午後1時30分～3時30分 (相談時間：1時間)

～申し込み・問合せ先～

千葉県松戸市健康福祉センター（松戸保健所）
TEL：047-361-2138 地域保健課

流行性角結膜炎（はやり目）

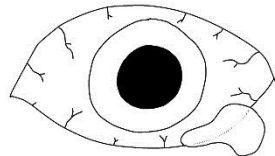
病原体 アデノウイルス

症状 目やにが出て、目がじゅう血し、まぶたがはれて、なみだがよく出るようになります。目に症状が強く出る以外に、発熱することもあります。

目やにや目やににふれた手や物からほかの人に感染します。

登校について

目の症状が軽くなっても、感染することがあるので、医師から許可が出るまでは、出席停止になります。



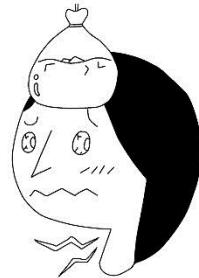
咽頭結膜熱（プール熱）

病原体 アデノウイルス

症状 目やにが出て、目がはれて、じゅう血します。さらに、せきや鼻水、のどの痛みなどの症状に加えて38～40℃の熱が出ますが、数日経過すると症状が回復します。夏にプールで感染することがあるので「プール熱」と呼ばれますが、日常生活の中でもよく感染します。

登校について

症状が治まった後、2日間を過ぎるまでは、出席停止となります。



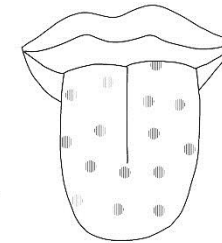
溶連菌感染症

病原体 溶連菌(A群β溶血性レンサ球菌)

症状 高熱が出て、のどがはれ、通常のかぜの症状よりも少し重い感じがします。舌が「イチゴ舌」と呼ばれるイチゴのように赤くザラザラとした状態になるのも特徴です。全身に赤いポツポツが出ることもあります。

登校について

適切な治りようが行われると、24時間以内に感染力が無くなるので、24時間を過ぎて体調がよければ登校可能です。



水いぼ

病原体 伝染性軟属腫ウイルス

症状 体や手足（特にわきの下やうでの内側のこすれやすい部分）に、小さいいぼができます。いぼができる以外には、症状はほとんどありません。治りようしなくても、時間はかかりますが、数か月から数年で自然に消失します。

登校について

登校停止などの必要はありません。いぼは、いずれ消えてなくなることを理解しておきましょう。

