

寝屋川市立和光小学校

コロナ感染症、気をつけて！！

2学期になって、欠席や学校で体調をくずす人も多く、とぎれなくコロナの報告もあります。2類から5類感染症となりましたが、「かぜ」とは違います。以前と同じように、かかりたくない人もいますし、後遺症や変異株の出現等まだまだ注意が必要な感染症であることに、変わりありません。検査や受診を強制することはありませんが、お子さんの体調の確認、症状がみられる場合はマスクをする、登校をひかえる等、集団生活の場で他の人へ感染させないようにも、気をつけていただきたいです。

「よぼう」つづけていますか？



7月号にものせましたが、コロナ感染症は、「発症した後五日を経過し、かつ症状が軽快した後一日を経過するまで」出席停止となります。また中学校ではインフルエンザが流行しているときいておりますので、あわせてご注意ください。インフルエンザは、「発症五日を経過し、かつ解熱後2日を経過するまで」出席停止です。どちらも書類は必要ありませんが、学校への連絡と、必要な期間お休みをお願いします。（軽症でも登校できません。）



暑い中での運動会練習となります。水分補給はもちろん、「早く寝ること」「食事（朝食）をしっかりとること」なども大切な熱中症予防であることを、2測定時に話しました。

こんなときもキケン！ねっちゅうしょう

すいみんぶそく つかれている



しよくじをとっていない おなかをこわしている



スマホ依存チェック！

がいたら要注意！！



まちがいさがし

まちがいは7つあるよ。こたえはいつもどおり、保健室前に！



☑ 応急手当、正しいのはどっち？



鼻血



- 上を向く
- 下を向く

やけど



- すぐに冷やす
- 水ぶくれはつぶす

すりきず



- よく洗う
- すぐに絆創膏をはる

つきゆび



- ひっぱってのぼす
- 動かさずよく冷やす

打撲・捻挫



- 動かさずよく冷やす
- 動くか確認し、もむ

救急車



- 119番に電話
- 110番に電話

ケガをより早くしょうずに治すには、最初にどうしたらいいのか(応急手当)を知って行うことが大切です。日頃よくおこる鼻血やすりきず、捻挫などについて、もしそうになったらどうするのか、知っておきましょう。

また、ケガのまわりの汚れを洗ってからくる、鼻血のとき鼻をティッシュでおさえてくるなど、保健室に来る前に、自分でできることはしておきましょう。

この問題のこたえも、保健室前にはっておきます。



あなたの つめ、のびていませんか？

われる!



ひっかく!



はがれる!

意外に多い、つめのけが。つめには指先を守ったり、力を入れるときにささえるなど大切な役目がありますが、のびすぎているとけがをやすくなります。手のつめの長さは、手のひらのほうから指を見て、出ていないくらいがちょうどいいといわれています。1週間に1回くらいはチェックするようにしましょう。あわせて足のつめもお忘れなく!



2学期の清潔しらべ週間がおわりましたが、どうでしたか？「ハンカチを持っているか」「ティッシュを持っているか」「爪が長くないか」は、清潔や健康な生活の基本なので、いつでも気にしておいてくださいね。特に爪は、長くなると不潔だし、自分や他の人へのケガの原因にもなりますので、長すぎないように気をつけましょう。

まちがった救急処置はCHANGE!



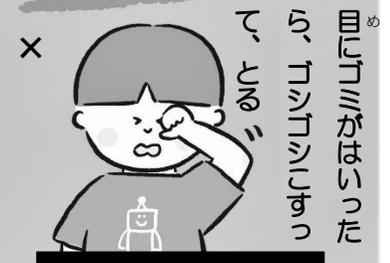
鼻血のとき上を向いて首の後ろをたたく

▼ここをCHANGE!▼



洗わないで、急いでバンソウコウをはる

▼ここをCHANGE!▼



目玉がはいたから、ティッシュで拭く

▼ここをCHANGE!▼



鼻をしまみおさえる下を向いてすわり、鼻を洗う



水道の水で、みずのまわりの砂やよごれを洗い落とす



目をパチパチするこすらず、水の中で目を洗う