






令和元年6月27日
第12号 保健室

ほけんだより

かんせんしょう ちゅうい 感染症に注意しましょう

ひろしまけん げんざい いんとうけつまくねつけいほう がつ にち てあしくちびょうけいほう がつ にち
広島県では、現在、咽頭結膜熱警報（4月25日より）と、手足口病警報（6月13日
より）が発令されています。夏に流行する感染症であり、プールでうつるものもありま
す。

<p><u>いんとうけつまくねつ ねつ</u> 咽頭結膜熱（プール熱）</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. アデノウイルス 2. 飛沫、接触、プールの水 3. 高熱（39～40℃）、のどの痛み、目の充血など 	<p><u>てあしくちびょう</u> 手足口病</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. コクサッキーウイルス、エンテロウイルス 2. 飛沫、接触、経口 3. 発熱、口の中・手足・お尻などの水疱 
<p>ヘルパンギーナ</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. エンテロウイルス 2. 飛沫、接触、経口 3. 突然の発熱（39℃以上）、のどの痛み、口の中の水疱 	<p><u>でんせんせいこうはん びょう</u> 伝染性紅斑（りんご病）</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ヒトパルボウイルス 2. 飛沫 3. かぜのような症状、顔が赤くなる、手足に発疹ができる

1. 原因ウイルス 2. 感染経路 3. 主な症状

よぼう 予防するには??

- 手洗い・うがいをする
- プールに入る前、入ったあとは、シャワーで体をきれいにする。
- ハンカチ・タオルの貸し借りをしない。
- ゴーグルを着用する。

しょくちゅうどく ちゅうい
～食中毒にも注意！～

がつ にち しょくちゅうどくけいほう はつれい
6月24日より、食中毒警報も発令されています。

しょくざい じゅうぶん かねつ しょくひん ほそん
食材の十分な加熱や食品の保存
ほうほう てあら きつ
方法、手洗いうがいに気を付けましょう。

ねっちゅうしょう

おも

熱中症かな？と思ったら・・・

1. 休息・・・まずは涼しい場所へ

- かぜとお ひ
・風通しのよい日かげや、
れいぼう き しつない
冷房の効いた室内へ
- ふく
・服をゆるめる
- あし たか ね
・足を高くして寝かせる



2. 冷却・・・からだを冷やす

- くび りょうわき した あし つ ね
・首の両脇，わきの下，足の付け根を
ひ
冷やす
ひょう
(氷のうやタオルに
ほれいざい あ
つつんだ保冷剤を当てる，
ぬ あ
濡れタオルを当ててあおぐなど)



3. 水分補給・・・水分，塩分をとる

- いしき ばあい じぶん
・意識がはっきりしている場合は，自分で
の
飲ませる。
- ※こんな症状がある場合は
しょうじょう ばあい
の
飲ませません
- よ たい はんのう
・呼びかけに対する反応がおかしい
- は け
・吐き気がある



子どもの「疲れた」「ねむい」
SOSのサイン
かもしれません

2018年の夏に校外学習で熱中症になり亡くなった男の子は、活動場所へ向かう途中、「疲れた」とこぼして列から遅れていました。

この「疲れた」が熱中症のサインになっているケースがあるのです。

子どもはまだ語彙が少なく、自分の不調を的確に伝えられません。

「疲れた」「ねむい」「おなか

が痛い」…よく聞くフレーズでも、

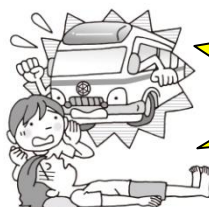
ちょっと立ち止まって顔色や様子を

確認してみてください。なんだ

かいつもと違う

などと思ったら要

注意です。



**意識がない場合は、
すぐに救急車を！**