

ほけんだより

心もからだも元気いっぱい

平成30年 7月 3日
第10号 神石小学校

夏に流行する感染症



じめじめした日が続いていますが、プールからは子どもたちの元気な声が聞こえています。子どもの感染症は一年を通してみられるものもありますが、流行する季節がだいたい決まっています。夏に流行する感染症は、水泳を通して人から人へうつるものもあります。

けいほうはつれいちゆう
警報発令中

咽頭結膜熱(プール熱)

突然高熱が出て、強いのどの痛みがあります。のどに水ぶくれができます。結膜も充血したり、目やにが出たりします。

けいほうはつれいちゆう
警報発令中

流行性角結膜炎

急性結膜炎の症状で、結膜が充血して、まぶたが腫れたり、めやにが出たりします。

けいほうはつれいちゆう
警報発令中

ヘルパンギーナ(夏かぜ)

突然高熱が出て、強いのどの痛みがあります。のどに水ぶくれができます。

伝染性膿痂疹(とびひ)

虫さされや湿疹などをかいた後、キズになったところから細菌感染し水ぼうがができます。とてもかゆいため、かいてしまい、感染がひろがるので注意が必要です。

伝染性軟属腫(水いぼ)

手足や体に3 mm程度の白色のイボができます。かいてしまうと、イボの中にいるウイルスが出て感染がひろがります。

※しっかり予防しよう

- 「しっかりシャワーをする」
- 「うがい・手洗い」
- 「タオルの貸し借りをしない」

★睡眠をしっかりとって、体力をつけましょう。



しょくちゆうどくけいほう はつれいちゆう
食中毒警報も発令中です！

熱中症のような症状が起こったら...

めだま いた きぶん
頭が痛い、気分がわるい、フラフラする...

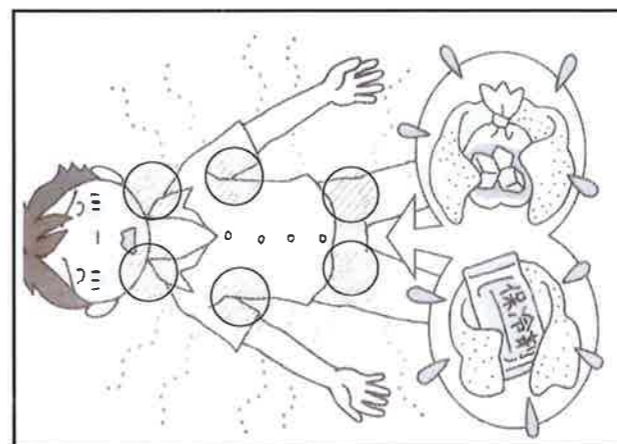
おとな ひと はや よ い
大人の人を早く呼びに行きましょう。

1 まずは涼しい場所へ



れいぼう き しつない かせとお
冷房の効いた室内や、風通しのよい日かげなどへ移動します。

2 できるだけ早く「冷却...ひやすこと」を開始



じゆうしよう ばあい はや からだ れいきやく
重症の場合、いち早く体を冷却することが大事。
衣服をゆるめ、タオルに包んだ氷のうや保冷剤などで体を冷やします。

← ○のところに冷やそう

ひよう
氷のうなどが無い場合、自動販売機などで買った缶やペットボトルなどでもよい。
肌(はだ)に水(みず)をかけて、うちわなどであおぐのも効果的。

3 水分・塩分を補給する

意識(いしき)がはっきりしている場合は、冷たい飲み物を自分で飲ませます。
【ただし、こんな時は無理に水分をとらない】

- 吐き気やおう吐がある。
- 呼びかけに対する反応がおかしい。
- 呼びかけに反応がない。

※意識(いしき)がない場合や水分補給(すいぶんほきゆう)ができない場合は、すぐに救急車(きゆうきゆうしや)を！

かわ すいぶん おそ きゆうけい すいぶん ほきゆう
のどが潤いて水分をとるのでは遅いです。こまめに休憩(きゆうけい)をとり水分(すいぶん)をたびたび補給(ほきゆう)しましょう。