

ほけんだより

東村立高江校
平成 28 年度
保健室発行No4

今月の保健目標

夏の過ごし方に

気をつけよう!



あなごれなみ！ 虫さされ



あせもや日焼けなど、何かと皮膚に関するトラブルが多いこの時期。中でもここ最近要注意なものとしてあげられるのが「虫さされ」です。高江っ子達も、みんなどこかしら、一か所は虫にさされています。



昨年から今年にかけては「デング熱」や「ジカ熱」といった感染症のニュースが話題になっています。いずれも蚊が媒介するとされています。出かける際には長袖・長ズボン・帽子・首にはタオルを巻くなどの虫さされ対策をお願いします。

もし刺されてしまったら、患部をむやみに触ったり、強くこすったりしないことが大切。針や毛が残っていないか確認し、流水で洗って冷やし、症状がひどければ病院を受診し対応しましょう。



お知らせ

水筒持参をお願いします!

公文等でもお知らせしていますが、学校の水質が安定するまで水筒を持たせてください。熱中症予防も合わせて十分な水分補給ができるようにしましょう。



唾液チェックー用紙



磨き残しはどこだ!



何色に染まったかな?



- ◇ 歯磨き粉で汚れは落ちない
- ◇ 基本はこすつ汚れを落とすこと。
- ◇ 小さく小刻みに動かすこと