



ほけんだより



令和6年 7月 9日
和光特別支援学校
No.4 保健室

毎日暑い日が続いていますね。毎年、「例年以上の暑さ」を更新しているように感じます。エアコンのきいた涼しい部屋がとても過ごしやすいですね。さて、7月20日から9月1日まで夏休みに入ります。夏休みの間も健康に気を付けて、学校ではできない時間を過ごしてくださいね。夏休み明けには元気な顔がそろい、楽しい話が聞けることを楽しみにしています♪



夏の感染症に注意！！

夏は、子どもの感染症が流行しやすい季節です。夏風邪と言われる「ヘルパンギーナ」や「手足口病」の流行のスタートが5～6月とされています。夏に向けて患者数がだんだんと増えていき、7月にピークを迎えます。ヘルパンギーナも手足口病も7月にピークとなります。感染症について知り、感染を予防していきましょう。

	ヘルパンギーナ	手足口病	咽頭結膜熱（プール熱）
潜伏期間	2～4日	2～5日	5～7日
症状	発熱、のどの痛み、 口の中に水泡のような発疹 など	発熱、手や足に発疹、 口やのどの痛み、 水泡、口内炎など	発熱、頭痛、 結膜炎にともなう目の痛み
感染経路	飛沫感染 接触感染 	飛沫感染 接触感染 経口感染 	飛沫感染 接触感染 

どうしたら感染を予防できる？

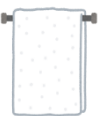
からだ はい ふせ
ウイルスが体に入るのを防ぐ



① 手を洗う



② タオルを共有しない





もうすぐ夏休み

4つの気をつけたいこと!

1. 熱中症

- ・外では帽子をかぶる
- ・水分をしっかりとる

2. 胃腸障害

- ・冷たいものばかり食べない

3. 虫さされ

- ・山では肌を出さない
- ・ハチにさされたらすぐに水で洗い冷やす

4. 体を清潔にする

- ・汗をかいたら拭く
- ・下着を着ると汗を吸収してくれます

～してっおう! 学校のAEDの場所～

AEDは、正面玄関とパソコン室の前にあります。



AED (自動体外式除細動器)

最近では街でもよく見かけるとおもいます。

緊急時、誰でも開けて使用することが可能です。

保護者の方から情報提供していただきました♪

ブコラムを持ち運ぶ入れ物です☆



これなら倒れずにクッションで保護されて持ち運ぶことができそうですね。
 筆箱や水筒を代用している方もいらっしゃいます。
 これから校外学習や修学旅行が予定されており、保健室でも試行錯誤中です!



9月の発育測定予定表



月	日	曜日	時間	対象者
9	3	火	9:40~	小低
	4	水		小高
	6	金		中
	9	月		高