

ほけんだより

館林特別支援学校

かけはし

令和3年度7月号



早いもので、1学期も残りわずかとなりました。健康診断等では大変お世話になりました。

また、新型コロナウイルス感染症対策として、保護者の皆様には毎朝・夕の検温や健康観察等、ご協力いただきましてありがとうございます。一時期に比べると感染者数も落ち着いてきましたが、残念ながら終息したわけではありません。引き続き「手洗い」「手指消毒」「マスクの着用」「換気」等の対策をお願いします。

熱中症に要注意！！

梅雨ということもあり、蒸し暑い日が続いています。天気予報によりますと、今年の夏(7月～9月)の気温は、広範囲で平年並か平年よりやや高く、全国的に暑い夏になりそうです。そこで、注意が必要となってくるのは、「熱中症」で、毎年、多くの方が救急搬送されています。熱中症にならないよう気をつけましょう。



【熱中症の症状】

発熱・頭痛・めまい・吐き気・顔が赤い・だるさ

※重度になると意識低下やけいれんが生じる。

朝食欠食・睡眠不足・下痢・肥満・生理中だとなりやすい

【熱中症予防】

- ① こまめに水分補給をする。(特に外出時やお風呂上がりは積極的に水分補給をする。)
- ② 気温が高い日は外出を控える。(特に気温が30℃以上の場合は屋内で過ごす。)
- ③ 規則正しい生活を送る。(十分な睡眠、バランスの良い食事、適度な運動を心掛ける。)



【熱中症の応急処置】

- ① 涼しい場所へ移動させる。
- ② 体を横にさせる。(足を心臓よりも高くして血圧低下を防ぐ。)
- ③ 氷のうなどで体を冷やす。(首・脇・太ももの付け根を冷やす。)
- ④ 飲めるようであれば水分を補給させる。(意識がはっきりしない時は無理に飲ませない！)



呼びかけに応じないなど意識低下がみられたら、すぐに救急車を要請してください！！

★下記の場合も「出席停止」となります!!

4月のお便りでお知らせいたしましたが、再度、確認をお願いします。

- ① 児童生徒本人または同居されるご家族が新型コロナウイルス感染症の濃厚接触者に特定された場合
- ② 児童生徒本人に発熱や咳や鼻水等のかぜ症状がある場合
- ③ 同居されるご家族に発熱や咳等のかぜ症状がある場合

従来型と比べ、変異型の感染者に多い症状として、頭痛や鼻水、喉の痛みなどがあります。