



三郷市立彦糸小学校
保健室
令和7年9月

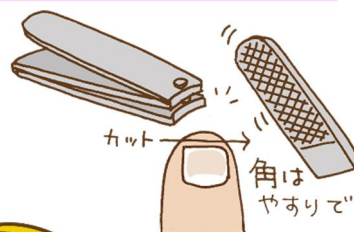


さあ **2学期** のスタートだ!

2学期が始まりました。みなさんにとってどんな夏休みでしたか？夏休みが終わったといっても、毎日とても暑いですね。季節が変わるとき、生活のリズムが変わるときなどは体調をくずしやすくなります。汗をかいてそのままにしていると風邪をひいてしまいますよ。こまめに汗がふけるように、いつでもポケットにハンカチを入れておきましょうね♪

つめの伸びすぎ・切りすぎはトラブルのもと

子どもの皮膚は薄いので、つめが伸びているとひっかいて傷になることがあります。また、つめが服などにひっかかりやすくなります。1週間に1回、つめを切るようにしましょう。



つめを短く、切りすぎると「まきづめ」になりやすくなります。

白い部分を少し残してまっすぐ切りましょう。角は切り落とすのではなくやすりで丸く整えます。



特に足の指はまきづめになりやすいので、切りすぎに注意しましょう。



夏休み中に歯医者さんや眼科などに行って、治療が終了した人は「治療報告書」を学校に提出してください。

健康診断で治療が必要だった人は、早めに医療機関を受診するようにしましょう。



救急箱の中身、 チェックしてますか？

救急箱の中身に決まりはありません。普段使うものを、清潔な入れ物に入れておけばOKです。ただし、滅菌ガーゼや薬は使用期限がありますし、テープ類は古くなると粘着力が弱くなります。1年に1回は中身をチェックしましょう。

CHECK!

☐ 絆創膏

けがをした部位に合わせて選べるよう、形やサイズをいくつか用意しておくとう便利。



☐ はさみ

救急箱専用にしておくとう衛生的で安心です。



☐ 体温計



☐ ガーゼと医療用テープ

傷口を保護したり、薬を塗った上にかぶせたりして使います。個包装の滅菌タイプが使いやすいでしょう。



☐ 毛抜きやピンセット

皮膚に刺さったものを抜いたりするのに使います。



☐ 常備薬

(虫よけ、かゆみ止め、化のう止めなど)



1学期の保健室の様子

けがでの来室

128人



病気ででの来室

89人



病院に行ったけが

2人



来室合計

217人



学校の管理下でのけがで医療機関を受診した場合は、スポーツ振興センターの給付の対象になります。保健室を利用していなくても手続きを行うことができますので、連絡帳などで受診した医療機関の名称をご連絡頂ければ、書類をお渡しいたします。何かご不明な点がございましたら、お気軽におたずねください。