

ほけんだより 9月

羽村西小学校 保健室

2学期が始まりました。お盆に雨が続いた以外は、連日猛暑の夏でしたね。体はゆっくり休められたでしょうか。学校が始まり、楽しいことや嬉しいこともある半面、想像以上に心も体も疲れると思います。なにか気になることがあればいつでも声をかけてください。

また、現在コロナウイルス感染症の変異株「ニンバス」の流行がニュースで報道されています。今年の6～7月ごろに、都内ではほぼ100%ニンバス株に置き換わったそうです。感染力が非常に高く、「カミソリを飲み込んだようななどの痛み」と聞くと怖いですが、重症度はそれほど高くないため、必要以上に怖がりすぎず、基本的な感染対策を続けていければと思います。2学期は運動会や学芸発表会などがあり、特に忙しい時期です。疲れがたまりやすく、免疫力も落ちやすいので、しっかりと休息をとりながら学校生活に前向きに取り組めるよう、声をかけていきます。ご家庭でもぜひお声がけください。

9月計測 予定

9月22日(月)	1・2年生
24日(水)	5年生、くすのき
25日(木)	3・4年生
26日(金)	6年生

9月下旬に、今年度2回目の身体計測(身長・体重)を実施します。

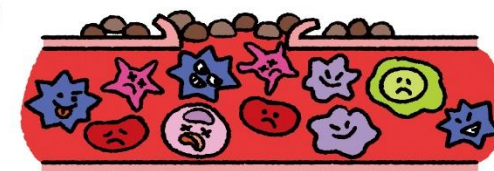
結果は「身体計測結果のお知らせ」を計測後にお渡しします。4月に計測した自分の身長・体重と比べてみてください。



すり傷をしっかりと洗うのはなぜ？

よごれを洗い流すと…

よごれが残っていると…



傷口をなおすために、細胞が活躍できます。

ばい菌が増えて、傷口のなおりが遅くなります。

ケガをして「冷やす」ときの注意

保冷剤



凍傷を防ぐためタオルを巻くなど、保冷剤が直接皮膚に触れないようにする。

氷のう



冷凍庫から出したばかりは冷たすぎ。溶けかけの水が少し水を袋に入れて使う。

冷やす時間



応急処置では20分くらい冷やして外す。痛みが出たらそれをくり返す。

やけどの場合



すぐに流水で30分くらい冷やす。水ぶくれがある場合はやぶかないようにする。

学校におけるケガの保険申請(スポーツ振興センターの申請について)

お待ちしております



災害共済給付は、「傷病後2年以内」の請求が条件です。未提出の書類がある場合、日付を確認し、提出をお願いいたします。

また、書類を紛失してしまった場合、学校に用紙がありますので、ご連絡ください。

その際は、再度病院での記入が必要となります。