



ほけんだより

八万小学校 保健室

ようやく長い梅雨が明けました。思いっきり外で遊びたいところですが、熱中症が心配です。外はもちろんのこと、家の中でも熱中症は起こります。こまめに水分をとるようにしましょう。また、登下校中も注意が必要です。帽子をかぶり、お友達と間隔をあけつつ、マスクを外しましょう。

8月の保健行事 (予定)

日	内容	対象
8月 6日(木)	眼科検診	1年生, 4年生, 有症者
8月 20日(木)	歯科検診	全員



保護者の皆様へ～お知らせ～

① 歯科検診について

今年は、徳島市教育委員会から配付される使い捨ての器具を使って検診を行います。使用した器具は、袋に入れて持ち帰ります。持ち帰った器具は、水で洗った後に、ご家庭での口腔観察や仕上げ磨き等にご活用ください。

② 熱中症予防について

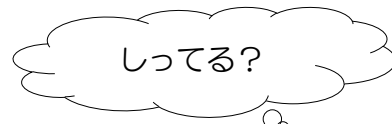
登下校で汗だくになっている子をよく見かけます。帽子の着用、気温に応じたマスクの着脱、こまめな水分補給をご家庭でもお話しください。

③ マスクについて

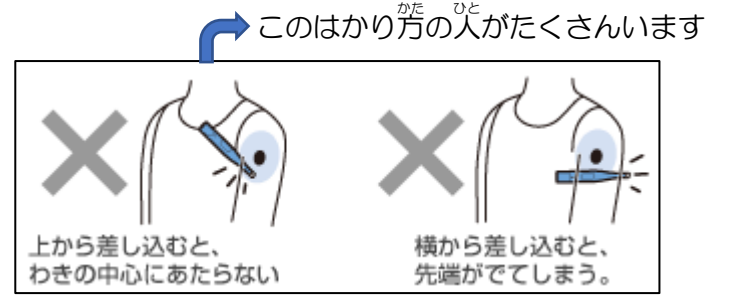
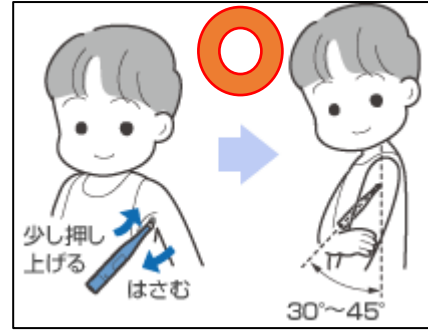
国から送られてきた布マスクを一人一枚配付します。ご家庭でご使用いただいたり、忘れた時用にランドセルに常備していただいたりにご活用ください。

④ 二種混合予防接種について (6年生対象)

二種混合予防接種とは、ジフテリアと破傷風の二つの病気を予防するものです。5月に徳島市から予診票が届いていると思います。11才～13才未満の間は無料で受けられますので、お忘れのないようご確認ください。



体温の正しいはかり方



徳島県では、7月末から新型コロナウイルス感染症が増えています。これからも手洗い・消毒・マスクなどの予防が大切です。気温が高い日が続いているので、「しんどい」「頭が痛い」と保健室に来る人がたくさんいます。規則正しい生活をして、コロナウイルスや熱中症を予防しましょう。

布マスクの洗い方

- 桶の中の水に衣料用洗剤を入れて溶かす。(水2ℓに洗剤0.7gくらいが目安) 0.7g=小さいスプーン1/2くらい
- その中にマスクを10分間つけておく。
- 10分後、マスクを軽く押し洗う。(もみ洗いしない!)
- 新しい水で十分すすぎ、手で水気を切る。
- タオルにマスクを挟み、たたいて水気をとる。
- 形を整え、陰干しで自然乾燥させる。

※汚れが気になる場合は、4の後、水1ℓに塩素系漂白剤15mℓを溶かした液に10分間浸します。水を2回替えて十分にすすぎ、56を行います。

参考:厚生労働省、経済産業省YouTube metichannel「布マスクをご利用のみなさまへ」