

ほけんがより 7月

イラスト引用元：「健」2023年7月号

No.7

2023/7/6

池田小学校 保健室

1学期のしめくくりの月になりました！あっといふ間の3か月のようでしたが、みなさんはどうでしたか？入学式、海の学習、校外学習、運動会などいろいろな行事がありました。どれも思い出深いですね。行事を通してたくさんのお話を学び、成長しています。よいしめくくりの月できるように熱中症や夏の感染症などにも気を付けてすごしましょう！！

～今月の保健目標～

夏を健康にすごそう！

夏にはやりやすい感染症の中の3つを紹介！気をつけましょう。

手足口病



○どんな症状がでるの？

…病気の名前の通り、手のひら、足のうら、口の中などに小さな水ぶくれのようなものができます。熱がでる人もいます。

○かからないようにするには、何に気をつければいいの？

…くしゃみや、ウイルスにさわることによって感染します。石けんでの手洗いをていねいにしましょう！

ヘルパンギーナ



○どんな症状がでるの？

…39℃～40℃の高熱が出たり、のどのおくに小さな水ぶくれがでたりします。つばを飲みこむのも痛い人もいます。

○かからないようにするには、何に気をつければいいの？

…手足口病と同じく、くしゃみやウイルスにさわることによって感染します。きちんと石けんでの手洗いをしましょう！

プール熱



○どんな症状がでるの？

…高熱が3～5日続き、のどの痛みや目やにがでます。

○かからないようにするには、何に気をつければいいの？

…プールの水を介して感染することがあります。プールから出たときにシャワーでしっかり体を洗い、タオルなどものの共有はひかえましょう。

いきいきカードの結果

6月22日～29日は今年度2回目のメディアコントロール週間でした。結果を下の表にまとめています。1回目と比べてどうだったでしょうか？お家の人と一緒に確認してくださいね♪

