



# ほけんだより 7月

令和3年7月1日(木)

足立区立本木小学校

校長 藤田 暁美

養護教諭 星野 恵美

とない かんせんしゅう かんせんせい い ちようえん ふ  
都内でRSウイルス感染症・感染性胃腸炎が増えています。

アールエス  
RSウイルス感染症とは

はなみず いた  
鼻水やのどの痛みがみられ、その1〜3日後に咳がでようになります。大人や

がくどうき こどもであれば、これらの症状は数日の経過で「風邪」として治癒することがほとんどですが、乳幼児や心疾患  
とう 基礎疾患がある場合、まれに重症化することがあります。

かんせんせい い ちようえん  
感染性胃腸炎とは

なんらかの微生物が原因となって引き起こされる胃腸の病気の総称です。突然の嘔吐・下痢・腹痛や  
はつねつ しょうじょう お い し かんせんせい ひと かんせん か の う せい  
発熱などの症状を起こします。医師から感染性（人に感染させる可能性のあるもの）と言われた場合は、  
しゅっせきてい し  
出席停止になります。



※下痢や嘔吐があると、いつもより脱水症状になりやすく、熱中症になる危険も高くなります。特に水泳や体育がある日  
は、無理をさせないことが大切です。

かんせんせい い ちようえん しょうじょう おさ あと すうしゅうかん べん げんいん びせいぶつ はいしゆつ  
感染性胃腸炎は、症状が治まった後も数週間は便から原因となる微生物が排出されます。



ウイルスの広がりを防ぐため、トイレは蓋を閉めてから流しましょう。



トイレの使用後は石けんによる手洗いが大切です。



## なつ はだぎ たいせつ りゆう 夏でも肌着が大切な理由

《肌をせいけつに保つ》

からだ  
体からは、  
あせ  
汗だけでなく  
よご で  
汚れも出ます。  
はだぎ あせ よご  
肌着は汗や汚れを  
きゅうしゅう  
吸収するので、  
はだ  
肌をせいけつに  
たも  
保つことができます。



《体温を一定に保つ》

あせ はだぎ  
汗は肌着に  
きゅうしゅう  
吸収されることで  
じょうはつ  
蒸発しやすくなります。  
じょうはつ  
蒸発するときに  
たいおん さ  
体温が下がるので、  
たいおん いってい たも  
体温を一定に保つ  
こうか  
効果があります。



※女子はバストトップが目立ってきたら、ファーストブラなど、胸を優しく覆う下着（カップ付きなど）を身に付け  
ましょう。

裏面あり

## お知らせ

足立区内の学校に、企業から消毒用品の寄贈がありました。児童全員に、アルコール除菌ティッシュを一つずつ配布します。お手元に届きましたら、ご家庭でお使いください。

## 水の事故に注意！

夏は、海や川、用水路などの水辺に遊びに行く人が増え、水の事故が起こりやすい季節です。行き慣れた場所でも、子どもだけで水辺に行くのは絶対にやめましょう。

### 水の事故が起こるのは

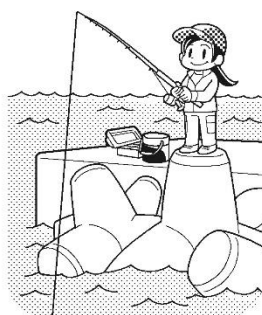
水泳中



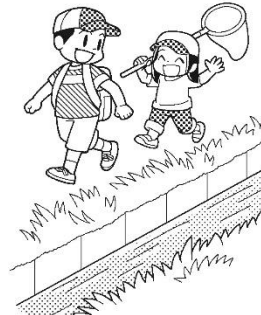
水遊びをしながら



つり・魚とりをしながら



水辺の近くを歩いている



## だれかが水に落ちたら

大声で大人を呼ぶ



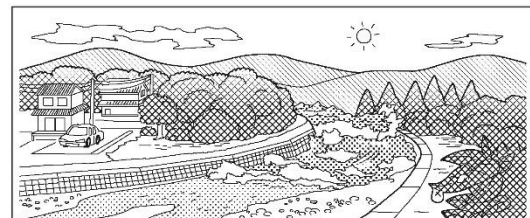
空のペットボトルなどを投げる



腹ばいになって、棒やベルトなどを差し出す



(立っていると、引っばられて落ちてしまいます)



雨が降ったあとは、晴れていても、急に増水することがあります。絶対に水辺に近づいてはいけません。

絶対に飛びこんではいけません！



\*「周囲に家族以外の人がない屋外」と想定し、マスクを着用していません。

© 少年写真新聞社 2021