



大垣特別支援学校
令和6年8月28日
発行：保健室

夏休みは元気に過ごすことができましたか？今年夏休み前から猛暑日が続きました。熱中症やそのほか体調を崩してしまった子はいませんか。また南海トラフ地震について地震臨時情報（巨大地震注意）が初めて発表され、日々の防災グッズの見直しをするよい機会となりました。いつ起こるかわからない災害に備えは大切です。今日から学校が始まりました、まだまだ暑い日が続きますが、生活リズムを整えて体調管理をしましょう。

8・9月の学校保健目標 生活習慣を見直そう！

9月1日は防災の日
「地震対策」
おうちの人と確認してみよう！
地震対策
（じ しん た い さ く）

寝室

- なるべく家具を置かない
置くときは背が低いものにする
- 出入り口の近くには置かない

本棚

- 突っ張り棒やストッパーを設置して固定する
- 重い本は下の段へ
- ひもやベルト、シールで本が飛び出すのを防ぐ

玄関

- 地震が起きても通れるように玄関や廊下に置くものを減らす
- 非常用持ち出し袋を準備しておく

夏休み中に防災グッズや家具などが倒れてこないかチェックした子もいるかもしれませんね。まだチェックしていない子はおうちの人と一緒に、このイラストをヒントに今一度チェックをしてみましょう。

もしけがをしてしまったら・・・

けがをしたら、まず大人の人に報告をしましょう。
 また、自分でできる手当があることを知っておきましょう。



すり傷
 →水道水でよく洗う



鼻血
 →鼻をおさえて下を向く



火傷
 →水道水でよく冷やす



目にゴミ
 →洗面器にためた水に顔を付けてまばたきする



ねんざ
 →動かさないようにして冷やす



★★おうちの方へ★★

昨年度から今年度にかけて、誤飲をしてしまったという事例をいくつか耳にします。誤飲時には、お子様の様子を観察していただきますようお願いいたします。また緊急を要するものもありますので、下のイラストを参考に対応していただきますようお願いいたします。判断に迷ったときは、子ども医療電話相談【#8000】を活用しましょう。

子どもの誤飲したもの別緊急度	非常に多い誤飲事故。飲んだものによって緊急度が異なります。	
	すぐに救急車!	* 灯油 * ベンジン * 除光液 * 農薬 * 殺虫剤 * ネズミ駆除剤
	急いで受診	* ボタン電池 * 鋭利なもの * 磁石 * 洗剤 * タバコ * 薬 * コイン * おもちゃ など
様子を見て診療時間内に受診	* 少量のインク * クレヨン * 絵の具 * 化粧品 * 石けん など	基本的には吐かせず、受診する際には誤飲したものと同一ものを持参しましょう。 ただし、呼吸が苦しそうだったり、顔色が悪い、けいれんなどの症状があれば、飲んだものに問わず救急要請してください。