

保健室から保護者の皆様へ

●最大限の熱中症対策をお願いします！

7月に入ってから連日発令される熱中症アラートや、相次ぐ熱中症による死亡事故の発生ニュースに、この先、この辛い猛暑はいつまで続くのかと不安になる毎日です。

本校でも、暑さによる欠席や体調不良者が増加してきました。

繰り返しになりますが、各ご家庭でも引き続き以下の熱中症対策をお願いいたします。

1. バランスの取れた栄養・十分な睡眠時間の確保に努めてください。
★朝食は必ず摂らせてください。★基本的生活習慣の乱れが目立ちます。
2. 水筒を毎日持たせてください。
★夏休み中も、部活動参加時や外出の際、こまめな水分補給が大切です。
★室内作業でも熱中症の危険があります。

●応急手当講習会を実施しました！

本校では、毎年「応急手当講習会」を実施し、学校で起こりやすい傷病の手当やAEDを用いた、救急救命法等を学んでいます。

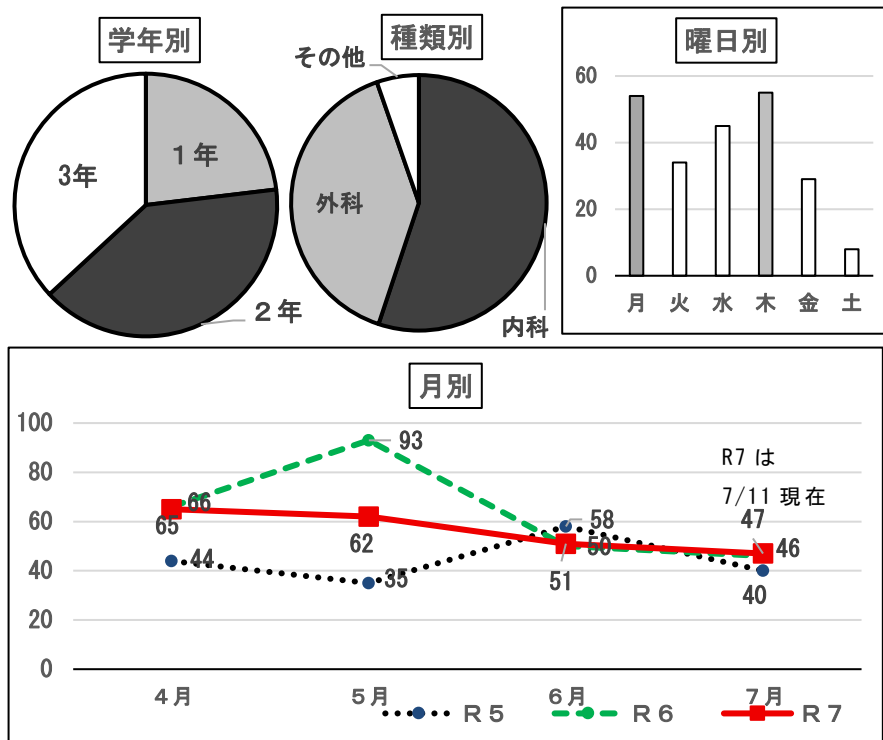


今年も、7月4日(金)に佐世保市消防局東消防署波佐見出張所から3名の署員の皆様をお招きして職員対象の応急手当講習会を実施しました。

病気や事故で急変した人を救命し社会復帰させるための一連の流れである「救命の連鎖」について改めて学び、そのための正しい知識と手順を身に付けることができました。

いついかなる時でも冷静に、そして勇気をもって大切な命を守っていききたいと思います。

●1学期を振り返って



1学期の保健室利用状況は左のグラフのとおりです。

学年別にみると、やや2年生の来室が多く見られます。中堅学年として、運動や学習を頑張っているせいでしょうか。

曜日別にみると週明けの月曜日と、疲れの出ってくる木曜日の来室が多く見られます。

また、種類別にみると、頭痛や腹痛など内科的なものが多く、中には心因性での来室もあります。外科的なもので特に気になるのは、自転車転倒による怪我です。自転車の怪我は比較的大きいケースが多いので、自転車通学者の皆さんは、特に雨の日など安全運転を心掛けてください。ヘルメットの着用もぜひお願いします。夏休みも元気に過ごせるよう、家庭での健康管理をよろしくお願いいたします。