

5月のほけんだより

令和4年5月13日
京都市立松尾中学校
校長 林 秀雄
保健室 川島 幸恵

～保護者の方もお覧ください。学校 HP にも掲載しています～

そろそろ熱中症対策を始めましょう。



マスク着用時は、①熱がこもりやすい②のどの渇きを感じにくく、水分不足になりやすい③呼吸がしにくいことが心配されます。水分補給（塩分補給）をこまめに行い、熱中症対策を心がけましょう。



またこのくらいの時期から、水分不足が一つの要因で不調を起こして保健室に来る人がいます。起床時・朝食時・家を出る前・登校後すぐ・体育の授業前後・休み時間・部活動の前後にとるなどして、こまめに水分をとるようにしましょう。

*熱中症予防の観点から、マスクは必要に応じてはずしても良いです。

保護者の方へ…熱中症等を疑う時には

万が一、熱中症や脱水症状の疑いがあると判断した場合は、学校で準備している経口補水液 OS-1（大塚製薬）や塩分チャージタブレット（カバヤ食品）の補給を含めた救急処置を行います。

成分等の詳細はホームページをご参照の上、食物アレルギーや体調、疾患、その他の事情で使用を控えた方が良い場合は事前に松尾中学校までお知らせください。

※ペットボトルのキャップを自力で開けることができない・吐き気や嘔吐等で水分補給ができない・高熱・意識障害・判断力の低下等の症状が見られた際は、速やかに救急車搬送を行います。



オーエスワンPETボトル

内容量:500mL



オーエスワンゼリー

内容量:200g



ハンカチ・ティッシュを持参しよう。



暑くなってきて、鼻血が出る人が増えてきました。止血するためのハンカチ・ティッシュを持っていないと、止血が遅れたり、場合によっては制服等が汚れたりすることがあります。ハンカチ・ティッシュはすぐに出せる場所に入れておき、止血しながら保健室に来ると良いでしょう。

保護者の方へ…ワンポイント相談事業の紹介

京都市教育委員会・京都市学校医会主催による「心臓・腎臓疾患，アレルギー疾患，色覚および子どものワンポイント相談事業」が実施されます。

*主催 …京都市教育委員会・京都市学校医会

*対象者…①心臓・腎臓疾患，アレルギー疾患で保護者および学校長が相談を希望する生徒
②色覚異常の疑いがあり，眼科医で基礎検査を受診し，色覚相談を受診するよう指導を受けた生徒もしくは保護者が希望する場合
③LDや心の問題等の支援が必要な生徒の対応等のための相談を希望する教職員または保護者で，学校長の承認を受けた者

*相談医…専門医，京都市学校医会会員

*費用 …無料

*留意事項…生徒・保護者・および養護教諭等が出席すること

相談を希望される場合は，松尾中学校（３９１－９６２２）保健室の川島までご連絡ください。 申し込みは学校から行います。申し込み後，京都市教育委員会を通じて日程調整等行いますので，その際は改めてご連絡いたします。

事業内容	日時	所在地
①心臓疾患相談事業	毎月（適宜）第３・４金曜日 13:20 ～ 15:20 [時間指定]	一般財団法人 京都地域医療学際研究所 がくさい病院 中京区壬生東高田町１番９ (市バス京都市立病院前下車)
②心臓疾患相談事業 (水中心電図)	毎月（適宜）水曜日 13:30 ～ 15:00	京都市障害者スポーツセンター 左京区高野玉岡町５ (市バス高野玉岡町下車)
③腎臓疾患相談事業	毎月（適宜）火曜日 13:30 ～ 15:30	児童・生徒保健管理センター [こどもみらい館内（地下鉄丸太町駅下車）]
④アレルギー疾患 相談事業	毎月（適宜）火曜日 14:00 ～ 16:00 [時間指定]	同 上
⑤色覚相談事業	毎月（適宜）火曜日 13:30 ～ 16:00 [時間指定]	同 上
⑥子どものワンポイント 相談事業	毎月（適宜）第４木曜日 14:00 ～ 16:00 [時間指定]	同 上