

～ 保健委員会 12月の取組紹介 ～

- ① 2時間目の休み時間・体育の後の休み時間に、手洗いうがいの呼びかけ、全員できたかの見届け。
- ② 生徒玄関の手指消毒剤を置き、保健委員がそばに立って、使用を呼びかける。
- ③ 休み時間ごとに、教室の窓を開け、換気をする。(5分間)
- ④ 正しいマスクの着用について、朝の会で呼びかけ、学年集会(12日)で見本を見せる。



<<寒い日の換気はつらいけど、みなさんご協力よろしくお願いしますね!>>

* - - - - - *



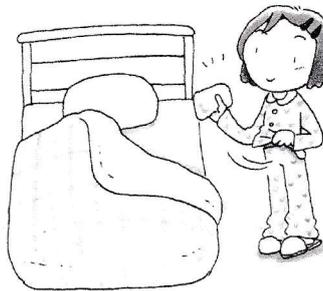
使い捨てカイロなどによる「低温やけど」は、比較的低い温度(44～50℃程度)の発熱体が、長時間にわたり、皮膚の同じ場所に触れることで発症します。自覚症状をとまわずに低温やけどになる場合もあるため、注意が必要です。

また、使い捨てカイロと他の暖房器具を同時に使うと、表面が高温になり、やけどになるリスクが高まります。カイロを当てたまま、こたつに入ったり、ストーブやヒーターに当たらないように注意しましょう。

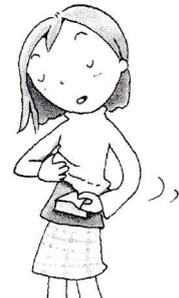
カイロの使い方



★ 肌に直接貼らない



★ 寝るときは外す



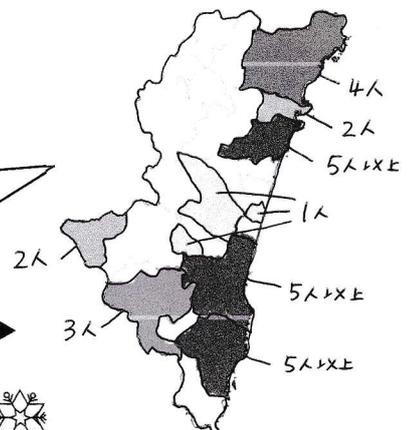
★ 熱くなったら外す

* - - - - - *

注意!! 県内では、**感染性胃腸炎**も出てきています。

主な症状は、吐き気、嘔吐、下痢、腹痛です。

嘔吐や下痢などで、体から大量の水分が出ていってしまうため、脱水症状に注意し、経口補水液などで、水分補給をしっかりとしましょう。



感染性胃腸炎による出席停止者数(宮崎県内小中学校) 12/4 現在 ▶

