

# からだ から 10月号

文教大学附属小学校 保健室 令和2年10月



## たかが虫刺され、されど虫刺され

このところ、保健室には「足がかゆい」「手がかゆい」と訴えてくる人が増えています。ほとんどが小さな虫さされです。少し赤くなっている程度であれば、かゆみ止めをつけたり、氷で冷やしたりすれば、すぐにかゆみは治まります。ところが、かゆさを我慢できず、たくさん掻いてしまったり、皮膚が傷ついてしまったりしている人もいます。そうすると、かゆみだけでなく、痛みや出血も加わり、苦しさは倍増です。

虫刺されもそうですが、掻いてしまった傷口のところに細菌が感染すると「伝染性膿痂疹(とびひ)」になってしまう場合もあります。皮膚に感染した細菌は、掻きむしった手や爪を介して、全身にどんどん広がっていきます。虫刺されなどにより、皮膚にかゆみがあった場合には、掻かないように気を付けてください。



### 《虫に刺されたときは！》

★虫に刺された場合にはすぐに水洗いをし、

かゆいところを掻いたり、触ったりしないようにする

→かゆみがひどくならないうちに、かゆみ止めをぬったり、冷やしたりする。爪が長いと、爪の中に細菌が入りやすくなるので、爪は短く切る。



★皮膚を清潔に保つ

→感染の原因になる細菌は、誰の皮膚にでもいる常在菌です。これらの細菌を減らすために、毎日お風呂に入り、皮膚を清潔に保つことは大切なことです。石けんをよく泡立てて優しく洗い、シャワーでよく流しましょう。

か  
掻かない！！

かゆみの原因の多くは「蚊」による虫刺されです。蚊というと、夏というイメージがあるかもしれませんが、涼しくなるこの10月以降の季節も注意が必要です。特に今年の夏は猛暑ということもあり、いつもよりも蚊の発生が少なかったようですが、涼しくなってきた今、蚊が活発に動き出しているという報告もあるようです。10℃以下の寒い時期になると、蚊の動きは鈍るそうですが、そこまで寒くない今の時期は、蚊にとって、絶好の活動日和なのかもしれません。

学校でかゆみが出てしまった場合には、掻かずに保健室に行くようにしてください。早めに適切な処置をすることで、かゆみも赤みも早く治まります。



## 健康診断がはじまります

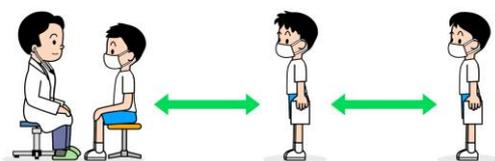
本来であれば、1学期に行う予定だった健康診断ですが、新型コロナウイルスの影響で、多くが延期となっていました。校医の先生方と感染症対策の方法も相談しながら、健康診断を進めていきます。健康診断は、病気などないか、体に心配なところはないかを知るうえで、とても大切です。

先生たちも毎年健康診断を行っています。おとなになっても健康診断を受けて、自分の体に病気や異常がないかを調べます。もしも、心配な点が見つければ、病院を受診するというのは、みなさんと同じです。自分の体の状態がどうなっているか、しっかり確認しましょう。



日付	検査項目
10月7日(水)	尿検査回収(全学年)
10月15日(木)	歯科検診(全学年)
10月21日(水)	眼科検診(全学年)
10月22日(木)	内科検診(1・6年生)
10月29日(木)	耳鼻咽喉科検診(全学年)
11月5日(木)	内科検診(2・5年生)
11月19日(木)	内科検診(3・4年生)

感染防止対策については、校医の先生方とも相談しながら、検診をしていきます。必要に応じて、検温や手指の消毒を行いますので、ご協力をお願いいたします。



### おうちの方へ

2学期以降も感染症拡大防止へのご協力ありがとうございます。毎朝、丁寧な健康観察をしていただいているおかげで、子どもたちは元気よく学校生活を送ることができています。お忙しい時間帯とは思いますが、引き続き、ご協力よろしくお願い申し上げます。

1学期に延期になっていた健康診断ですが、10月以降実施を予定しています。感染症対策を十分に行いながら進めてまいりたいと思います。健康診断は、お子様の健康状態を把握する上で、とても大切なものとなります。提出物など、ご協力いただくことが多くなるかと思っておりますので、どうぞよろしくお願い申し上げます。また、治療や医師への相談が必要な場合には、お知らせをお渡しします。早めに医療機関へご相談ください。

10月以降、インフルエンザの予防接種が開始となりました。予防接種は、重症化を防ぐ上で重要視されています。今年は、インフルエンザの発熱があっても、新型コロナウイルスとの見分けが難しく、病院の受診を断られたり、自宅待機を要請されたりということで、すぐに治療を受けられず重症化する可能性が指摘されています。予防接種自体、高齢者や持病のある方を優先的に行う関係で、接種が制限されている場合もあります。できるだけ早めにかかりつけ医にご相談いただくことをお勧めいたします。

