

ほけんだより



令和元年 9 月 9 日第 5 号
太良町立大浦小学校
養護教諭 片小田 鈴菜

夏休みが終わり、2 学期がスタートして 2 週間が経ちました。子ども達が事故や怪我なく夏休みを過ごしていてとても嬉しく思います。

さて、夏休みに学校保健委員会を開催しました。緒方先生より、食物アレルギーについてご講話いただきました。今回のほけんだよりは、学校保健委員会での講話の内容や、9 月 9 日は「救急の日」ということで、救急に関する内容についてお伝えしていきます。

学校保健委員会 「食物アレルギーについて」

～学校医 緒方 良二 先生より～

* どうして食物アレルギーは起こるの? *

原因食物を食べたときに、体を守る免疫システムが過敏に働き、アレルギー症状が起きます。症状は、皮膚粘膜症状(かゆみ・じんましん等)、消化器症状(腹痛・嘔吐等)、上気道症状(くしゃみ・喉の腫脹等)、下気道症状(咳・呼吸困難等)、全身症状(血圧低下・意識障害等)があります。

* 食物アレルギーの種類 *

- ・ 即時型アレルギー・・・原因食物摂取後、2 時間以内に起こる。
- ・ 食物依存性運動誘発アナフィラキシー・・・原因食物摂取後、2 時間以内に運動することにより惹起される。
- ・ 口腔アレルギー症候群・・・新鮮な果物や野菜が口腔粘膜へ接触することによりアレルギー反応を起こす。

* こんな症状の時は 救急車を!! *

- ・ ぐったり・意識がない。
 - ・ 唇や爪が青白い。
 - ・ 脈が不規則・ふれにくい。
 - ・ 尿や便をもらす。
 - ・ のどや胸がしめつけられる。
 - ・ 声がかすれる。
 - ・ 犬がほえるような咳。
 - ・ 持続する強い咳きこみ。
 - ・ 息がしにくい。
 - ・ ゼーゼーとする呼吸。
 - ・ 我慢できないほどの腹痛。
 - ・ 繰り返し嘔吐する。
- など・・・



歯科校医の日高先生より

ラテックス(ゴム)アレルギーがある場合は、歯科受診する際に、事前に受付にお伝えしてください。よろしくお願いします。



がっ にち きゅうきゅう ひ 9月9日は 救急の日！！

9月9日は、「救急の日」ということで、先日行った発育測定の前に、子ども達に自分でできる怪我したときの応急手当（擦り傷、切り傷、打撲、ねんざ、やけど、歯の破折など）の方法をお話ししました。すると、さっそく怪我をした子どもが傷口を洗って保健室へ来室してくれました。さっそく覚えたことを実践することができており、改めて大浦小学校の子ども達は素晴らしいなと思いました。

9/9 は救急の日

救急クイズ

次のうち、正しいのはどちらでしょう？

Q.倒れている人を見かけたら…

A ゆさぶって起こす

B 声をかけて意識があるか確認する

正解はB。倒れている人を見かけたら、その人の肩を軽くたたきながら「大丈夫ですか？」と声をかけよう。反応がなければ救急車を呼ぼう。

Q.119番通報をしたら…

A 落ち着いてゆっくり話す

B 急いで早くで話す

正解はA。焦らず、倒れている人の様子・状況を落ち着いて伝えよう。現在地がわからない時は、目印の建物を探したり、近くにいる人に確認しよう。自動販売機や電柱に住所が書かれていることも。

なぜたんこぶができるの？

■腕や足をぶつけた時には、青むらさき色のあざができますね。あざは、皮ふの中で血管が破れて、もれた血のかたまりが透けて見えるものです。

■頭をぶつけた時には、ぶくっとふくらむ「たんこぶ」になります。

では、なぜ頭だけ「たんこぶ」になるのでしょうか？

頭は皮ふのすぐ下が頭蓋骨なので、血のかたまりの行き場がなく、外側へぶくっとふくらむのです。これが、たんこぶです。

保護者の方へ ……………

頭を打った際、「たんこぶができたから大丈夫」という言葉がありますが、これは迷信です。頭を打ったら、嘔吐や頭痛、意識障害がないか注意して様子を見ましょう。




覚えておくと便利な番号

豆知識

110番や119番以外にも、役立つ番号はいろいろあります。

#8000 小児救急電話相談

休日・夜間の急な子どものケガや病気について、小児科医から緊急度の判断などのアドバイスを受けられます

#9110 警察相談専用電話

110番するほど緊急ではない、日常生活での困ったこと、警察への相談に

189 児童相談所共通ダイヤル

虐待通報の番号として知られていますが、子育てについての相談にも

171 災害用伝言ダイヤル

災害時に利用できる声の伝言板




