

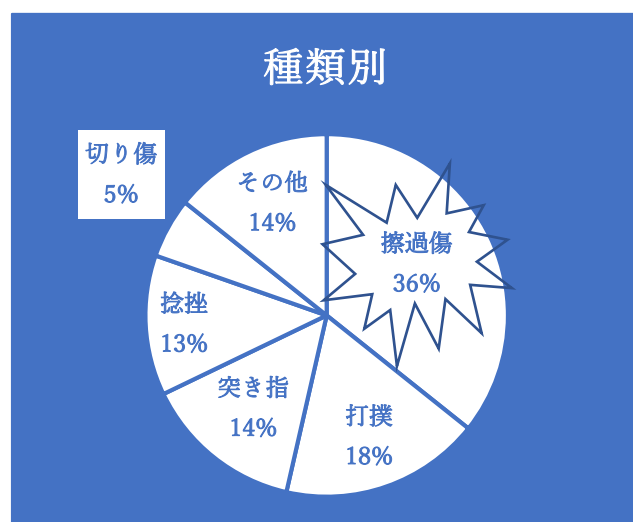
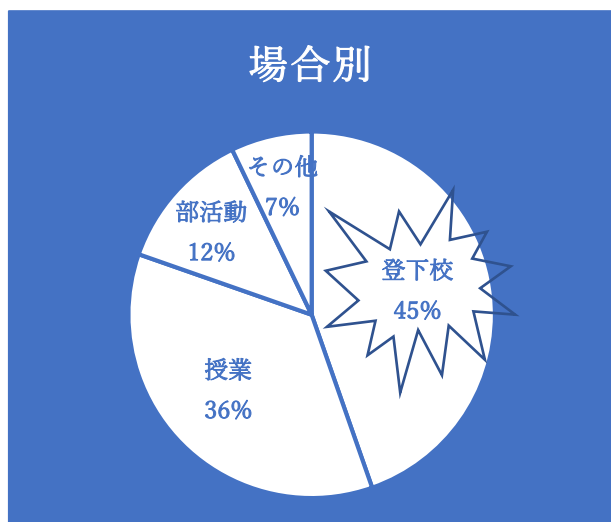
# 保健だより

令和2年7、8月合併号

岡崎北高校 保健室



## 岡北のケガの状況(5/27~7/22)



上のグラフは、学校再開～現在（7/22 時点）までに、保健室でケガの手当てを受けた人の割合をまとめたものです。グラフから分かる通り、ケガをした状況（場合）では『登下校』が、ケガの種類は『擦過傷』が一番多いです。

ケガをした時の状況を詳しく聞くと、「**自転車で曲がろうとして、側溝のフタや点字ブロックですべった**」というケースがとて多いです。荷物が重くバランスを取りづらいことや、スピードの出しすぎ、急ハンドルなどが要因として考えられます。

### 『湿潤療法』について

『擦過傷』の手当てとして、近年、消毒は用いられず、主流となっているのが『湿潤療法』です。これは、傷をしっかりと覆うことで、浸出液を逃さずに湿潤状態を保ち、治癒に最適な環境を作る方法です。

ここで最も大切なことは、「**傷口を水道水でよく洗うこと**」です。保健室で手当てをする時にも、細かな砂や石など、汚れが残っていないか何度も確認します。擦過傷で来室した生徒で、この洗浄を1回でクリアする人はなかなかいません。

この後、保健室では清潔なガーゼで傷口を覆います。しかし、保健室での手当てはあくまでも一時的なものです。自宅に帰ったら、シャワーなどで傷口を洗い、ガーゼを新しいものに交換してください。



## 改めて『新しい生活様式』！



### マスクの予備を！

「マスクを忘れた」と保健室を訪れる人が後を絶ちません。「落として汚れた」、「ヒモが切れた」という人もいます。

カバンに**マスクの予備を数枚**入れておくと安心です。

### 検温→記録していますか？

「学校再開後の学校生活に関するお願い」というお知らせを、5月にホームページへ掲載しました。今一度、内容を確認してみてください。裏面の『**体温記録表**』を活用して、**毎朝の検温もお忘れなく！**

## 体温記録表（8月）

年 組 番 氏名 \_\_\_\_\_

平熱 . °C

- \* 毎日（休日も含む）朝、測定して記録する。
- \* 発熱の場合は、『健康観察チェック表』（ホームページに掲載）にも記入する。
- \* 場合によっては、学校において体温の推移を確認することがあります。
- \* 帰国者・接触者相談センターや、医療機関等で記録が必要になることがあります。

日	曜日	体温	症状の有無	備考 ※症状「あり」の場合、詳細を記入する
1	土	. °C	あり・なし	
2	日	. °C	あり・なし	
3	月	. °C	あり・なし	
4	火	. °C	あり・なし	
5	水	. °C	あり・なし	
6	木	. °C	あり・なし	
7	金	. °C	あり・なし	
8	土	. °C	あり・なし	
9	日	. °C	あり・なし	
10	月	. °C	あり・なし	
11	火	. °C	あり・なし	
12	水	. °C	あり・なし	
13	木	. °C	あり・なし	
14	金	. °C	あり・なし	
15	土	. °C	あり・なし	
16	日	. °C	あり・なし	
17	月	. °C	あり・なし	
18	火	. °C	あり・なし	
19	水	. °C	あり・なし	
20	木	. °C	あり・なし	
21	金	. °C	あり・なし	
22	土	. °C	あり・なし	
23	日	. °C	あり・なし	
24	月	. °C	あり・なし	
25	火	. °C	あり・なし	
26	水	. °C	あり・なし	
27	木	. °C	あり・なし	
28	金	. °C	あり・なし	
29	土	. °C	あり・なし	
30	日	. °C	あり・なし	
31	月	. °C	あり・なし	