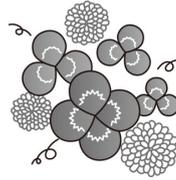


# えがお通信



R5.7.21  
vol.05 城北小保健室

## 夏休みスタート！



～今年の夏はこんなことに気をつけて～



ネットトラブルが  
増えています

夏休みは子どもたちだけで過ごす機会が一段と増えます。スマートフォンは連絡ツールとして便利ではありますが、SNSの利用に関しては、さらにルールの確認が必要です。お子さんがどんなアプリを使っているのか、誰と繋がっているのかなど、話し合える関係が大切です。さらに、「あくまでも保護者の所有物を貸している」という形での使用をよろしくお願いします。



個人情報を明かさない



写真や動画を無断で  
アップしない



悪口を書き込まない



ネットで知り合った人と  
会わない

ネットに書き込むということは、全世界に広まってしまう可能性があるということを話し合ひましょう。アップしたものを削除するのはかなりの労力を必要とします。内容によっては訴訟に発展することも考えられます。また、なりすましによる被害（別人を装って誘拐もどきの事件など）も聞かれますので、上の4つの禁止事項は改めて親子で確認をしましょう。

## 夏に多い子どもの感染症

7月は子どもの感染症が急激に増えます。

手洗い・うがい・十分な睡眠で予防を心掛けましょう。



### ヘルパンギーナ

38～40度の発熱、のどの痛み、  
食欲不振、口の中の水疱など

### 手足口病

口の中、手のひら、指、  
足の裏の水疱など

### 咽頭結膜熱（プール熱）

38～39度の発熱、頭痛、  
のどの痛み、目の充血など



こんな症状が見られたら、まずは病院を受診してください。  
家庭ではこまめな水分補給をお願いします。