



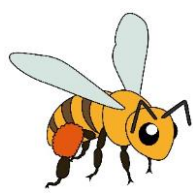
枚方市立長尾小学校

虫に潜む危険を知ろう

最近校内では虫探しが流行っています。石をどけたりブロックをどけたりといった危険な行為がみられることもあるようです。虫が魅力的に感じる人も多いですが、目当てのものと違う虫に触れケガをすることも考えられるので、危険な行為はやめましょう。また、夏休みに山や森といった自然の多いところに行く場合もあると思いますが、虫よけスプレーなども準備して、危険な虫には注意してくださいね。

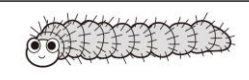
〈危険な虫にはどんなものがある?〉

ハチ




刺されると激痛、受傷部の腫れ、アナフィラキシーが起こることも

ケムシ



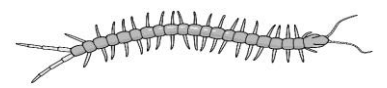
触れると痛みや赤み、じんましんが出現することも。粘着テープを使って付着した毛を取り除きましょう。

セアカゴケグモ



噛まれると鋭い痛み、患部の腫れ、激しい筋肉痛、けいれん、発熱、吐き気などの症状が

ムカデ



噛まれると耐えられないほどの強烈な痛み、受傷部の腫れ、頭痛、体のだるさが出ることも

どの虫でも刺されたり噛まれたりしたら流水でしっかり洗い流してから冷やしてください! 受診が必要な場合もあります。(セアカゴケグモでは必須)

※虫ではありませんが、へびにも注意!! 八田川周辺で毎年毒蛇の目撃情報があります!!

熱中症に気をつけてください

最近暑い日が増えていますね。熱中症は暑さに慣れていないときに特に注意が必要で、去年は6/27~7/3の週が熱中症による救急搬送者数が一番多くなっていました。しっかり水分補給をして、しんどいときは無理せずゆっくり休むことが大切です。



- からだ**
- ・栄養不足
 - ・体調不良
 - ・脱水状態 (下痢など)

- 行動**
- ・激しい運動
 - ・慣れない運動
 - ・水分をとっていない

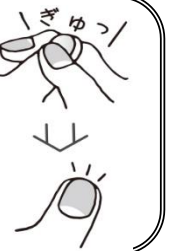
- 環境**
- ・気温(室温)、湿度が高い
 - ・日差しが強い
 - ・風が弱い
 - ・急に暑くなった



〈爪でチェック!! 水分足りてる?〉

熱中症予防に大事な水分、簡単にチェックしてみましょう!!

- ①手の親指の爪を反対の手の指でつまむ。
- ②つまんだ爪をはなしたとき、爪の色が白からピンクに戻るのに3秒以上かかれば、水分が足りていないかも...



爪がこのようになる前に、こまめな水分補給を心がけましょう!!