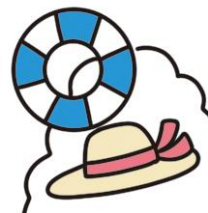


ほけんだより

なつやす
夏休み 号

令和 8 年7月15日(水)
江 東 区 立 東 雲 小 学 校
校 長 水 柿 隆
養 護 教 諭

皆さん、いよいよ待ちに待った夏休みが始まりますね！夏休みは楽しいイベントがたくさんあります。しかし、暑い日が続くと体がバテてしまったり、熱中症になりやすくなったりします。夏休みを元気に過ごすために、規則正しい生活を続けて楽しい思い出をたくさん作ってくださいね。休み明けに皆さんに会えるのを楽しみにしています。



光化学スモッグに気を付けて！

光化学スモッグとは、日差しが強い日に、自動車や工場からの排出ガスが、紫外線より化学反応を起こしてできる有害物質です。光化学スモッグが発生すると空に白いもやがかかったようになります。

光化学スモッグが出ると、目やのどに痛みが出ます。また、息苦しくなることもあり、重症の場合けいれんや意識がなくなることもあるので注意が必要です。症状が出た場合は、水で目を洗い流し、うがいをしましょう。特に喘息などの呼吸器障害や、心疾患、アレルギー疾患等で治療中の場合は、重症化するおそれがあるため、早めに医師の診察を受ける必要があります。



光化学スモッグ注意報が出たら



気温が高く、日差しが強く、風の弱い日に発生しやすいです。もし、光化学スモッグ注意報や警報が発令されたら、屋外での運動や遊びを中止して、建物の中に入り静かに過ごします。屋内では、戸外に面した窓を閉めます。発令が解除されるまでは外出を控えましょう。



一般の医療機関がお休みの、土曜準夜間や休日、お盆休みに急病になった場合、江東区では内科・小児科の急病患者の診療と投薬（原則１日分）を行っております。また、休日・夜間などで、お子さんの急なけがや病気にどう対処したらよいかわ判断に迷ったとき、小児科の医師・看護師に電話で相談できる制度もあります。下記一覧を参考にしてください。



土曜・休日急病診療	診療対象	内科・小児科の急病患者	
	開設日	土曜準夜間・日曜日・祝日	
	診療受付	(土) 18:00~21:30 (休日) 9:00~11:30 13:00~21:30	
	診療所	江東区休日急病診療所	江東区医師会館（東陽5-31-18） TEL:03-3645-3109 総合区民センター（大島4-5-1） TEL:03-3637-4531
		調剤薬局	深川調剤薬局 江東区医師会館（5-1-18） TEL:03-5606-0502 城東調剤薬局 総合区民センター南側（大島4-4-3） TEL:03-3681-4388
平日夜間こどもクリニック	診療対象	小児科（中学生以下）の急病患者	
	開設日	平日夜間（土、日、祝日を除く）	
	診療受付	平日 20:00~22:45	
	診療所	江東区平日夜間こどもクリニック	江東区医師会館（5-31-18） TEL:03-3645-3109
		そのほか相談事業利用の場合は、下記をご利用ください。 【利用のおおまかな流れ】 ① 「#8000」にかける（全国同一） ② 都道府県ごとの相談窓口へ自動転送される ③ 症状等を説明し、対処や受診先などに関するアドバイスを受ける。 概要については、厚生労働省のHPで確認できます。 夏休み中は普段の生活サイクルと異なる状況・場面が増え、例えばお子さんが外出先で体調を崩すことも考えられます。いざという時に活用できる手段としてご周知ください。	
休日歯科応急診療	開設日	日曜・祝日	
	診療対象	歯科の急病患者	
	診療受付	当番医が決まっています。 区のHPでご確認いただき、当番医のクリニックへ直接電話でお申し込みください。	

#8000に関する
厚生労働省の
HPは
こちらから

