

ほけんだより 6月

浜川特別支援学校 保健室
令和3年6月11日(金)

6月に入り、ムシムシ、ジメジメ感じられる日が多くなってきました。晴れの日や湿度が高い日は、夏のように暑くなります。熱中症にならないように、こまめな水分補給に心がけましょう。

また、この時期は汗をかきやすいので、汗の始末もしっかりしてください。着替え、タオル、水分を忘れずに用意しましょう。



6月の保健目標

新しい歯みがきスタイルを身につけよう

コロナの感染症予防対策として、昨年度は学校でも歯みがき指導をひかえていましたが、歯みがきが、病気の予防にとっても大切なことであることから、今年度は、感染症対策を取り入れた「新しい歯みがきスタイル」で、歯みがきをしていきたいと思います。

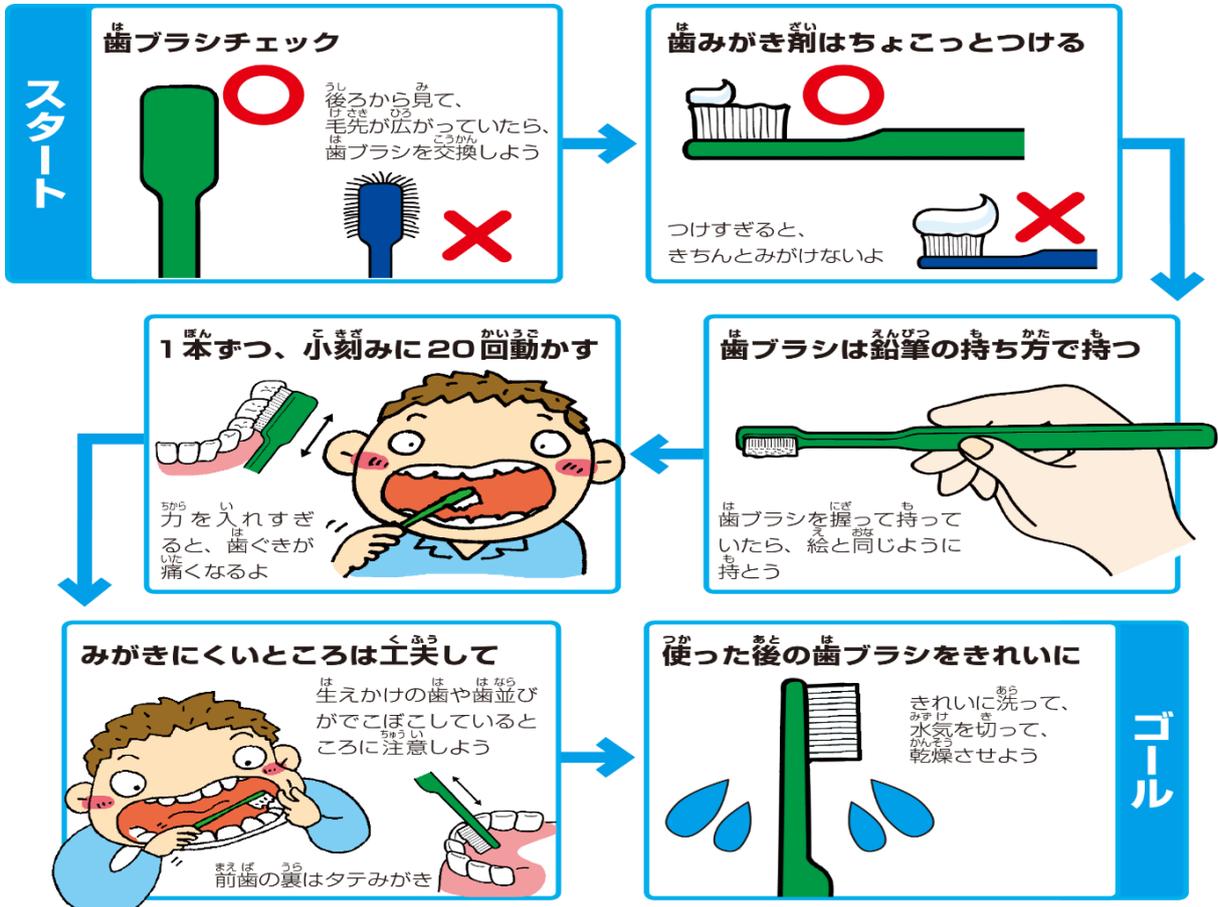
【給食後の歯みがきの注意】(新しい歯みがきスタイル)

学校で歯みがきするときは
口を手でおおってね!

- ①歯みがき中のおしゃべりはやめましょう。
- ②歯みがきをするときは、口を手でおおってみがきましょう。
- ③うがいをする時は、低い姿勢で、口をすぼめて水を吐き出しましょう。
- ④使用後の歯ぶらしは、よく洗ってかわかしましょう。



上手な歯みがきのコツ、教えます!



梅雨の季節です。食中毒に注意しよう!

気温が高くなり、雨で湿気が多い季節は、食中毒に注意が必要です。

そのペットボトル、水筒、安全ですか？

気温が高くなってくると、こまめな水分補給が大切です。ペットボトルや水筒で水分を持ってきているかと思いますが、なかには安全とはいえない状態のペットボトルや水筒もありそうです。



こんな状態になっていませんか？

<ペットボトル>



- ①口の中の雑菌や、食べかすが逆流してるかもしれません。
- ②ペットボトルの中で、雑菌が繁殖するかも…
- ③時間がたつと、ますます雑菌が繁殖するかも…

- ①できれば、直接口をつけずに、コップにうつして飲むのがよいでしょう。
- ②あたたかい所に放置しないようにしましょう。
- ③前の日の残りは飲まないようにしましょう。

<水筒>



- ▲中身がはいったまま、ぬれたまま放置すると、カビ発生の原因となります。
- ▲口の中の雑菌が水筒にうつることがあります。

- ★水筒は、毎日洗いましょう。
- ★特に、飲み口は、口に直接ふれるところなので、ていねいに洗いましょう。
- ★水筒のふたの内側はよごれていませんか？パッキンを外して洗いましょう。
- ★週に1回は、つけおき洗いをすると、キレイを保てます。

* 保護者のみなさまへ *

◆健康診断結果をお知らせしています*

健康診断の結果、「受診のおすすめ」の紙を受け取った人は、早めに病院に行って、必要な検査や治療を受けましょう。

◆生理用品の設置について

女子児童生徒への支援として、保健室に生理用品を用意してあります。気兼ねなくご利用ください。

◆新型コロナ対策について

マスク、手洗いなど、子どもたちも感染症対策がだいぶ身につけてきたように感じます。ただ、コロナ変異株の流行が心配されています。また、すべての子どもが予防接種の対象ではありません。引き続き、感染症対策にご協力いただきますよう、よろしくお願いいたします。

<6月、7月の保健行事予定>



- 6月29日(火) 小学部 身体計測
- 7月 1日(水) 高等部 身体計測
- 7日(水) 中学部 身体計測
- 8日(木)、9日(金)
心臓検診・X線検診
予備日(未受診者)

