



保健だより

令和3年8月31日
渋川特別支援学校
保健室

○2学期がはじまりました。

夏休みは元気に楽しく過ごせましたか。長い夏休みが終わり、学校が始まると思ったら分散登校。体も心もゆっくり学校モードに戻していきましょう。
今年の夏は、新型コロナウイルス感染症が大流行し、緊急事態宣言も今もなお続いています。
みんなで感染を防止するために、登校前、右の「**登校前の再確認**」を行いましょう。また、手洗い、消毒、正しくマスクを着用するなど、今まで以上に感染症対策を続けて、元気に過ごしましょう。

【 9月の保健目標 】

けがに注意して、運動しよう。

とうこうまえ さいかくにん 登校前の再確認



- ・検温
- ・体調確認（咳、咽頭痛、頭痛、下痢）
体調不良時は登校を控えてください。
- ・マスク・ハンカチの持参
※同居家族で体調不良の人がいる場合も登校を控えてください。

○楽しく元気に過ごすために



たっぷり
睡眠を取ろう



何でも
食べよう



こまめに
水分補給

○正しいマスクの仕方



※マスクを外す時はヒモを持とう。

※ 9月の身体計測日程 ※ ～身体計測も分散して行います～

- 1日(水) 9:30～ 小5-1、小3・4-1、小2-1、小1-1
 2日(木) 9:30～ 小6-1、小5-2、小2-2、小1-2
 3日(金) 9:05～ 高3-2、高3-3、高2-1、高1-1、高1-4
 9:40～ 中1-1、中1-3、中2-1、中3-1
 6日(月) 9:05～ 高3-1、高2-2、高1-2、高1-3
 9:40～ 中1-2、中2-2、中3-2



※9月1日に予定していました内科検診は10月に延期しました。日程は後日お伝えします。

○保護者のみなさまへ ＊～保健室からの回収物について～＊

以下の①～④は、夏休み前に保健室から配付したものです。未提出のご家庭は、早めに担任へ提出してください。ご協力のほど、よろしくお願いします。

	配付物	内 容
全 員	① 夏休み健康チェックカード ② 歯みがきカレンダー	検温や歯磨きは毎日行えましたか。体調確認や歯磨き習慣はとても大切です。続けていきましょう。
対 象 者 の み	③ 乗り乗り体重チェック	ピンク色の紙です。夏休み中の体重の増減を確認します。
	④ 災害時用の薬(3日分) 	必ず中身を入れ替えて、学年・クラス・名前を記入し、早めにご提出ください。 ※薬の種類や量の変更があったときは、新しく与薬指示依頼書を提出してください。(依頼書はホームページからもダウンロードできます。)

○学校保健委員会について ＊～書面会議にて開催しました～＊

年度当初、第1回学校保健委員会を7月8日(木)に開催する予定でございましたが新型コロナウイルス感染症の再流行を鑑みて、書面会議にて実施しました。各学部や寄宿舎での保健部の取組み、今年度の児童生徒健康診断結果や職員からの質問を取りまとめ、学校医の先生方に資料を配付させていただきました。学校医の先生方からのご意見やご助言を一部ご紹介させていただきます。

歯科 石北 裕先生 ～口を大きく開けていられない子供の仕上げ磨きについて～

汚れが残しやすい箇所を把握して重点的に仕上げ磨きをしてください。その際、介助者の指先にガーゼを巻いて奥歯に挿入し開口してください。顎関節や筋肉、神経の器質的異常がない場合は開口訓練や開口保持訓練を毎日続けて、少しずつ大きく開けられるように、そして少なくとも3分以上開けていられるように根気よく続けることが大切です。うがいをせずに毎回歯磨剤を飲み込んでしまう場合は歯磨剤によるアレルギーや胃炎・腸炎になる危険性があるため歯磨剤は使わないほうが良いと思います。歯磨剤を使用する場合は少量を仕上げ磨きの時に使ってください。練り歯磨剤より液体歯磨剤の方がうがい回数は少なくてもよいと思います。

眼科 平形 恭子先生 ～目からウイルスが入ることを防ぐ方法について～

目からの感染経路は主に接触感染です。目はなるべく触れないようにしましょう。コンタクト着脱時はまずよく手洗いして手指を清潔な状態にしてから目に触れてください。

精神科 奥山 洋章先生 ～自傷行為に対する工夫について～

落ち着いて過ごせるように微妙な仕草の意味を見逃さないようにしてください。

内科 石北 隆先生 ～感染症情報「RSウイルス」について～

昨年流行がなかったため免疫を持たない児や免疫が低下した児が多く、全国的に大流行となっています。診断用キットも不足し、両親も感染した例が出ています。コロナと区別が付きません。風邪症状のある児童・生徒は無理に登校しないようにしてください。