

保健だより 6月号



令和5年6月2日
富山県立しらとり支援学校
保健室

気温が高くなり、暑さが感じられる季節となりました。学校内では、新しい環境に慣れてきた児童生徒が元気に活動する姿が見られます。これからは、梅雨に向けて気候が不安定になり体調を崩しやすくなります。引き続き基本的な感染症予防対策と健康観察を十分に行い、元気に梅雨の季節を乗り切りましょう。



保健目標：歯と歯ぐきを大切にしよう

○6月保健行事予定○

健康診断の前日には入浴し、手足の爪を切ってください。

5日（月） 尿検査予備日
（一次検査で提出できなかった方）
13日（火）耳鼻科検診（小4～6）
15日（木）整形外科検診（小4～6）
精神科検診（小1・小学部転入生）

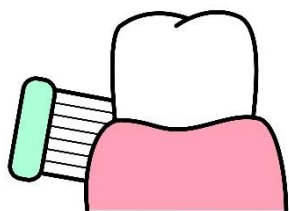
20日（火）耳鼻科検診（小1～3）
26日（月）尿検査2次
（一次検査で再検査になった方）
28日（水）歯科健診（全学年）



○歯の健康について○

口の中にはさまざまな細菌がいて、その細菌が歯の表面につくるすみかが、「歯こう」です。歯こうがたまると、むし歯や歯肉炎などの病気にかかりやすくなります。それを防ぐために、歯の表面から歯こうを落とすことができるのが「歯磨き」です。

歯磨きの時、歯ブラシの毛先に力を入れすぎたり、大きく動かしすぎたりすると、歯こうがきれいに落ちず、歯や歯肉を傷つけることもあります。正しい力の入れ方や動かし方で磨くことが大切です。



力をあまり入れず、歯の表面や歯と歯肉の間に毛先がまっすぐに当たった状態で歯1～2本分の幅で小刻みに動かすと、歯こうをきれいに落とすことができます。



「いー」の口で
確認しよう！

〈本校での歯みがきの様子〉

児童生徒は、廊下の洗面所や教室の洗面台、自分の席等でそれぞれ歯みがきを行っています。



自分の席に
座って歯磨
きをしてい
ます。



感染予防対
策をしながら、仕上げ磨
きを行っています。

○新型コロナウイルス治癒報告書について○

令和5年5月8日付の文書でもお知らせした通り、令和5年5月8日以降、新型コロナウイルス感染症が5類感染症へ移行し、学校保健安全法上、第2種感染症に位置付けられたことから、今後は、インフルエンザと同様、保護者の記入による報告書「新型コロナウイルス感染症治癒報告書」を提出していただくことになりました。（陰性証明や医療機関が発行する検査結果を提出する必要はありません。）

新型コロナウイルス感染症による出席停止の期間は、「**発症した後5日を経過し、かつ、症状が軽快した後1日を経過するまで**」です。**無症状の感染者は、「検体を採取した日から5日を経過するまで」**出席停止となります。

治癒報告書の様式は、本校のホームページからもダウンロードできます。ご不明な点等ありましたら、保健室までお問い合わせください。（しらとり支援学校ホームページ➡ <https://www.siratori.tym.ed.jp/>）

【出席停止期間 例】

※最低でも5日間は出席停止となります※

	発症日	発 症 後						
	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
発症後1日目に症状が軽快した場合	発 症	症状軽快	症状軽快後1日	発症後3日目	発症後4日目	発症後5日目		
		出席停止						登校可能
発症後2日目に症状が軽快した場合	発 症		症状軽快	症状軽快後1日	発症後4日目	発症後5日目		
		出席停止						登校可能
発症後3日目に症状が軽快した場合	発 症			症状軽快	症状軽快後1日	発症後5日目		
		出席停止						登校可能
発症後4日目に症状が軽快した場合	発 症				症状軽快	症状軽快後1日		
		出席停止						登校可能
発症後5日目に症状が軽快した場合	発 症					症状軽快	症状軽快後1日	
		出席停止						登校可能

（新型コロナウイルス感染症治癒報告書 「新型コロナウイルス感染症出席停止期間 早見表」より）

○熱中症予防対策について○

蒸し暑く、気温が上昇しやすい日が増えてきました。本校では、熱中症対策のため連続した外での活動を控える、十分な休憩・水分補給を取り入れる、活動前後の健康観察を丁寧に行う等の工夫をしています。また、定時にWBGT（暑さ指数）を測定し、指数に基づき全校放送で注意喚起をしたり、活動内容を変更したりしています。



熱中症予防に関して、ご家庭でも、登校前・登校時には下記のことについて、ご協力をお願いします。

- ☆ 十分な水分の持参（人によって量は異なりますが、下校時にも残る量を準備されていると安心です。）
- ☆ 睡眠時間の確保（寝不足は、自律神経のバランスを崩し体温や血圧のコントロールが不十分になります。）
- ☆ 朝食の摂取（寝ている間にも大量の汗をかき、水分と塩分が失われています。食事と水分をとって登校しましょう。）
- ☆ タオルや替え下着の持参（体育や外の活動で汗をかいた後はこまめに着替えをすることがあります。）

※熱中症の症状があった場合は、保健室で休養しながら観察を行い、水分補給をします。おう吐や発熱、その他の症状が改善しないときは、電話連絡で下校方法の相談をさせていただく場合があります。