



気温が高くなり、暑さが感じられる季節となってきました。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・7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。

6月

9日(月) 尿検査二次
→対象者と未提出者

11日(水) 中2宿泊学習事前検診

7月

3日(木) 精神科検診(小1・転入生)

10日(木) 精神科検診(中1と高1外部生)

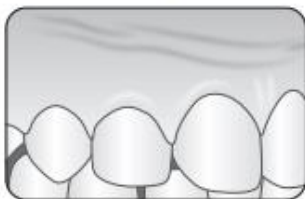
精神科検診では、学校医が児童生徒の事前資料を基に、児童生徒や教員への問診を行います。事前資料は、学校での様子(「学習の様子」「人との関わりの様子」「コミュニケーション・言語発達の様子」「得意なこと・関心のあること」など)を担当が記入し、作成しています。個人情報の提供についてご理解・ご協力のほど、よろしくお願いいたします。

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。子どものむし歯や歯肉炎は、早期発見・早期治療が大切です。とくに歯肉炎は、早期に発見し、歯科医院でのクリーニングや毎日の丁寧な歯磨きによって改善が可能です。歯磨きの際などに、お子様のお口の中をチェックしてみてください。

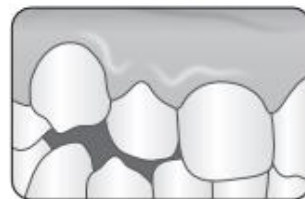
健康な歯肉と歯肉炎のチェックポイント

色：うすいピンク色
形：歯と歯の間にすどく入り込んでいる
感触：ひきしまり、歯にピッタリついている
出血：出血しない

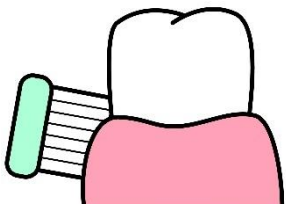


健康な歯肉

色：赤っぽい
形：丸く厚みをもってふくらんでいる
感触：プヨプヨしてひきしまっていない
出血：歯みがきをしたときなど出血する



歯肉炎



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!

耳鼻咽喉科医からのアドバイス

毎年、耳鼻咽喉科検診の結果、「耳垢塞栓」と診断される児童生徒が多くいます。学校医（耳鼻科）に受診についてお聞きしました。

耳鼻科については受診が難しいお子さんも多いです。耳垢塞栓は、病状を見てその場で耳垢を取ることもありますが、点耳薬を使用することもあります。安全に処置を行うために保護者の支えで動かず落ち着いて受診できる場合は、受診してみられると良いと思います。（学校医：ふちゅう町耳鼻咽喉科クリニック 小林医師より）



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。体温の調節能力がまだ十分に発達していない子どもは、とくに熱中症に注意が必要です。

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などの配慮をしています。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。



< 知的・発達障害の方が気をつけたい5つの項目 > 参考：厚生労働省 HP より引用

①汗をかきにくい・暑さや喉の渇きを感じる事が苦手な場合は、こまめに水分をとり、冷却グッズを活用しましょう。



②体温計で検温するなど体調を確認し、体調が優れない日は外出を控えましょう。



③自分から不調を上手く伝えられない場合は、排泄の回数や発汗の様子を観察し、室温もこまめにチェックしましょう。



④特定の服装にこだわりがあり、気温が高くても厚着をしよう場合は、体に触れて体温管理をしましょう。



⑤「暑い」、「喉が渇いた」などをうまく伝えることができない場合があります。周囲の人は「具合が悪くないか」などの言葉かけをしましょう。



保健室からのお知らせ

◎緊急時の頓服薬として、ダイアアップ座薬やエピペン等を預けておられる方について

学校では、教員・養護教諭等が緊急時の頓服薬を用いた対応をすることが可能です。しかし、バス通学中・寄宿舎での舎泊中は、頓服薬を用いた対応することができません。そのため、緊急時には保護者に連絡をすると同時に、救急搬送をすることがあります。ご了承ください。

これから校外学習や、宿泊学習、修学旅行等で校外に出る機会も増えてきます。緊急時には、電話連絡しますのでよろしくお願いいたします。

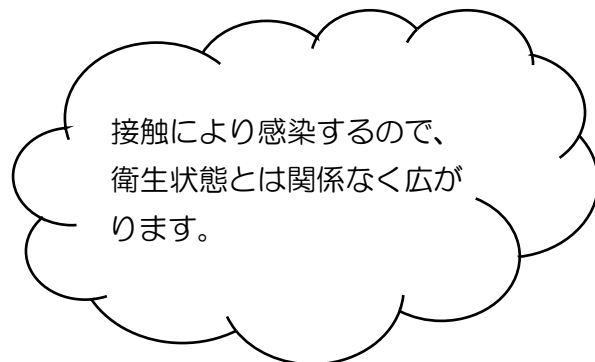
かみの毛にすみつく“アタマジラミ”に注意！

衛生状態に関係なく、頭と頭をくっつけたり、タオルなどを共用したりすることで感染します。



アタマジラミとは

- 卵は灰白色で0.5mm程度の楕円形です。
- 孵化した殻は毛髪に残り、灰白色から黒っぽく変色していきます。
- 吸血されると強いかゆみが起こります。特に後頭部や耳の後ろに多く寄生するため、その部位がかゆくなることが多いです。
- シャンプーをしたり、ぬらしたりしても落ちません。
- 髪の毛と髪の毛が直接接触することにより感染します。またくし、タオル、帽子、寝具などを共用することによっても感染します。



＜チェックの方法＞

- 成虫は動きが速いので見付けることは困難ですが、卵は注意深く観察すれば見付けることができます。
- 卵は髪の毛の根元近くに産み付けられます。
- フケは簡単にとれますが、卵は強力にくっついていて、指でつまんでもとれません。
- 卵は髪の毛の片側に付きます（髪の毛を包みません）。



アタマジラミかな？と思ったら・・・

まずは、皮膚科や小児科を受診され、ご相談ください。アタマジラミ専用のシャンプーを使用し駆除します。すきぐしで（アタマジラミ用すきぐしも販売されています。）卵を取り除いたり、短髪にされるとより早く駆除できます。



もし診断されたら・・・

- 髪の毛と髪の毛が直接接触するのを避けましょう。
- くし、タオル、帽子、寝具などの共用を避け、毎日取り替えましょう。アタマジラミは熱に弱いので、アイロンをかけたり、天日干しをしたりしましょう。
- 部屋はこまめに掃除機をかけ、落ちた髪の毛を吸い取りましょう。
- 出席停止の必要はありませんが、医師の指示に従いましょう。また集団活動で感染しやすいため、アタマジラミが見つかった場合は、すぐ学校へお知らせくださるようお願いいたします。