

ほけんだより



令和4年11月4日 かもと稲田支援学校 保健室

11月に入り、唇の表面がカサカサしたり、朝起きて喉がイガイガしたりはありませんか？それは、空気が乾燥しているサインです。乾燥に気づいたら、水分を多めに摂ったり、皮膚の保湿をするなど早めの対策をしましょう。



感染症対策について



今年は、これから秋冬にかけて季節性インフルエンザも流行すると懸念されています。今までの感染症対策については、引き続き継続し、効果的に換気をしましょう。また、発熱に限らず、咽頭痛や咳、頭痛など、普段と異なる症状がある場合は、登校を控えるようお願いいたします。特に、冬に流行しやすい感染症としては、感染性胃腸炎・インフルエンザ・RSウイルス感染症があります。熊本県のホームページから感染症情報も確認できますので、居住地の感染症情報も参考に

されてください。また、日々の健康観察をご家庭でもよろしくお願ひします。

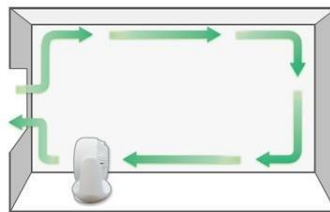


寒く、乾燥傾向にある時こそ、換気を！



常時、対角線上に10cm程度の空気の通り道をつくりましょう。

常時換気が難しい場合は、30分に1回換気をしましょう。



サーキュレーターなどは、室内から外へ向けて使用すると効率よく換気できます。

がっこうい 藤岡丈士先生より
(平井藤岡医院)



今週になり、新型コロナウイルス感染症の陽性者が増えています。基本的な感染症の予防対策を続けましょう。

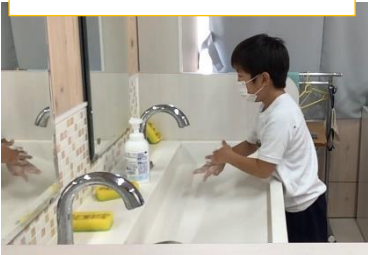


ほけんいいんかい ★保健委員会★ いなだ かもと稲田まつり活動報告 かつどうほうこく

「あわあわてあらいのうた」と「アルコールの消毒方法」と「人と人のきより」の感染症の動画を保健委員15名全員で作成しました。子どもたちとアイデアを出し合いながら、少し恥ずかしさもあるようでしたが、みんなで協力して楽しく撮影しました。体育館や廊下で動画を流しましたが、見ていただけましたか？

これからの保健委員会の活動も、かもと稲田支援学校のみんなが元気に過ごすために活動します！！

かめさん かめさん♪



アルコール ワンプッシュ

人と人のきより♪ 人と人のきより♪



ほけんしつ し ~保健室からお知らせ~

★スクールカウンセラーについて★

学校のカウンセラーに相談してもいいのだろうか？と悩まれてモヤモヤされている方もいらっしゃるのではないのでしょうか？お子さまのことなどでスクールカウンセラーへ相談できます。その際は担任または養護教諭までお声かけください。

★「ちょっとスポーツにチャレンジ①」★

10月号の保健便り高等部版からいつでもどこでも手軽にできるスポーツ（運動について）動画配信を始めました。ホームページから見るができますので、ご家庭でもぜひ、チャレンジしてください。



こうとうぶ みやけせんせい 高等部 三宅先生

～保護者の皆様へ～

季節の変わり目で体調管理が難しい時期になりました。子どもたちには、自分で衣類の調整をするよう声をかけています。ご家庭でも子どもたちと一緒に考えていただくとありがたいです。

さて、12月7日（水）午後から高等部生徒を対象に、保健師を招聘して性に関する教育講演会を行います。子どもたちの学びをご家庭でも共有し、話題にすることで、子どもたちの学びが深められるのではないかと思います。ご都合のつかれる方は、ぜひご参加ください。小中学部の保護者の方も、将来の子どもたちをイメージされてご参加ください。