

ほけんだより



令和4年4月14日 かもと稲田支援学校 保健室

入学・進級おめでとうございます。

新しい1年のスタートですね。環境が変わると疲れも出やすくなりますが、元気に過ごすには「早寝・早起き・朝ごはん」です。栄養をとり、しっかり休む時間も作りましょう。保健室は、みんなの元気をサポートしていきます。1年間よろしくお祈いします。



毎朝、健康観察を行いましょ

健康観察チェックリスト（朝、おうちの人とチェックをしましょ）

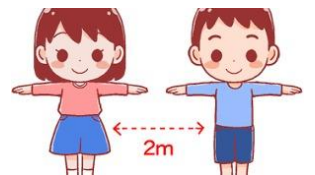
- 咳や鼻水は出ていませんか？
- 喉がイガイガしたり、痛かったりしませんか？
- ご飯をおいしく食べられていますか？
- 吐き気や気分不良はありませんか？
- 頭は痛くありませんか？
- お腹は痛くありませんか？
- 朝、体温を測りましたか？
- 体温が平熱より高くありませんか？



*保護者の皆様もお子様の毎日の健康観察をされて、連絡帳への記入をご協力ください。

感染症予防対策をしよう

- 食事前・トイレ後・外出から帰宅後は石けん手洗いをする。
- 咳エチケットを心がける。
- 帰宅後は、うがいを行う。
- 友達と会話する時は、マスクをつける。
- 友達との距離も両手を広げたくらいあける。（1～2m程度）
- 部屋の換気をし、窓を10センチ程開けて風の通り道をつくる。
- 十分な睡眠を取り、食事もしっかり摂る。
- 「早寝・早起き・朝ごはん」で規則正しい生活を送る。
- アルコール消毒を行う。（アルコールに弱い人は使用しないようにしましょ。）
- 体調が普段と異なる時は、お家の人に伝える。



自分のことを伝えられることが大事ですよ。



健康診断日程

4月13日(水)	身体測定(全員)
4月20日(水) 13:30~	内科検診(高)
4月21日(木)・22日(金)	尿検査(全員)
4月26日(火) 14:00~	眼科検診(高)
5月2日(月) 9:00~	心臓検診(高1)
10:00~	心臓検診(小1・中1)
5月11日(水) 13:30~	歯科検診(高)
5月11日(水)・12日(木)	尿検査(二次)

お世話になる学校医・歯科医・
薬剤師の先生方を紹介します。

内科	藤岡	丈士	先生
歯科	神山	久志	先生
耳鼻科	前原	達彦	先生
眼科	宮崎	隆一	先生
薬剤師	狩野	壮太郎	先生

★健康診断は、「どれくらい成長したか」「病気の異常(疑い)がないか」を調べます。

★検診の前日は、体操服やめがねなど、持ち物を確認しましょう。

★検診の時は、マスクをつけて静かに待ち、校医さんの質問にしっかり答えましょう。



保健室利用の際の約束

- ① 体調不良やけがで保健室へ来る場合、必ず担任の先生と一緒に、もしくは担任の先生に伝えてから来てください。
- ② 養護教諭が出張などで不在の際は、担任の先生などに対応をお願いしてください。(保健室が空いていたとしても、勝手に保健室を使わないでください。)
- ③ 保健室で薬をあげることはできません。
- ④ 保健室での休養は原則1時間です。(状況によって例外もあります。)
- ⑤ 保健室に入るときは、「〇年の〇〇です。失礼します。」
保健室を出るときは、「失礼しました。」と挨拶をしましょう。
- ⑥ 継続した治療はできないので、包帯・湿布・絆創膏・マスク・カイロなど必要な人は自分で持ってくるようにしましょう。



～ 保護者の皆様へ ～

新型コロナウイルス感染症の感染対策をはじめ、子どもたちが安心・安全に生活できるよう努めてまいります。御家庭でも御協力をお願いします。また、子どもたちの体調等で気になられたり、不安な様子がみられたりした際には、担任または養護教諭まで御相談ください。昨年度に引き続き、小・中学部の養護教諭は森山、高等部の養護教諭は小川です。よろしくお祈りします。



小・中学部 森山



高等部 小川

お知らせ：フッ化物洗口を5月頃から開始します。希望調査を行いますので、
4月18日(月)までに担任へ提出してください。