

ほげさんだより



宮城県立石巻支援学校 保健室
令和2年9月1日
裏面も御覧ください。

日中は暑い日が続いていますが、朝夕の風に秋の気配を感じます。9月は季節の変わり目で一日の気温差が大きく、体調を崩しやすい時期です。元気に過ごせるように夏休みモードから切り替えて、「早寝・早起き・朝ごはん」で、いつも以上に体調に気を配りましょう。



保健室からのお知らせ

延期されていた検診日程が決定しました。

○歯科検診

・小学部:9月9日(水)9:10～

・中学部・高等部3年生:10月1日(木)9:10～

○心電図検査 9月11日(金)9:30～

○尿検査 10月13日容器配付, 14日回収日

○小6修学旅行前健康診断

9月9日(水)13:00～

夏休み明けもコロナ対策 よろしくお願いします。

- ①毎朝登校前に検温と風邪症状の確認をし、健康観察カードへの御記入をお願いします。
- ②発熱や風邪症状のあるときは無理をせずに家庭で休養してください。
- ③免疫力を高めるために、規則正しい生活習慣を心がけてください。

プール学習が 始まります



新型コロナウイルス感染症の影響で中止となっていたプール学習ですが、小学部と中学部でのみスタートします。(高等部では、どうしても3密が防げないため今年度は実施しません。)感染予防に十分取り組みながら実施します。しかし、健康診断が全て終わったわけではありません。安全なプール学習のために以下の点に御協力ください。

◎学校として取り組んでいくこと

- ☐ 人数を制限して入水します。
- ☐ 学習の前後に必ず手洗いと消毒を行います。
- ☐ 共有する教具(ビート板等)は消毒します。
- ☐ 常時換気をします。



◎保護者の方をお願いしたいこと

- ☐ 毎日検温と風邪症状の確認をしてください。
→風邪症状がある場合は、学校の判断でプールをお休みすることがあります。
- ☐ 毎日耳垢がつまっていないか、確認をしてください。
→耳垢がつまったままプールに入ると、耳垢が膨張し外耳炎になったり、耳の聞こえが悪くなってしまう。



けがをしないことが一番！けがをしないように日頃から気をつけましょう。



+++++ これだけはできるようになろう +++++

応急手当 はじめの一步

洗う	冷やす	押さえる
こんなときにするよ	こんなときにするよ	こんなときにするよ
すり傷 水道の水で汚れを洗い落とします 	だぼく 氷のうをあてて冷やします。感覚がなくなってきたら一旦休み 	切り傷 清潔なガーゼなどを傷口にあててぎゅっと押さえます
目にゴミが入ったとき 洗面器の水に顔を付けてまばたきをします 	やけど 水道の水で痛くなくなるまで冷やします 	鼻血 小鼻をつまんで少しづつむきます

+++++

第1回学校保健委員会を実施しました。

今年度は新型コロナウイルス感染症の感染予防のため、書面にて学校保健委員会を実施しました。FAXで校医さんや保護者の方に御指導・御助言・御質問いただいたので、紹介させていただきます。

管理校医 阿部淳一郎先生より

- ・石けんをつけて手洗いするときは20秒くらいかかるので、「こまめ」に行うことも大切ですが、丁寧に洗うことを心がけてください。
- ・今後、新型コロナウイルス感染症とインフルエンザが同時流行するおそれがある。インフルエンザのワクチン接種を早めに受けると、コロナなのか？インフルエンザなのか？という迷いが減り、適した治療が受けられるようになります。

いただいた御質問にお答えします。

Q1 学校で行っている消毒はどの範囲まで消毒されているのか。

A1 学校では、教室、廊下、トイレ、体育館、作業室等の特別教室の手が触れやすい部分（ドアノブや手すり、水道の蛇口等）を、児童生徒の下校後に1日1回行っています。使用している消毒薬は0.05%の次亜塩素酸ナトリウムです。

Q2 肥満度の高い児童生徒に対する取り組みがあったら知りたい。

A2 肥満度の高い児童生徒には、健康のあゆみと一緒に「肥満予防のプリント」をお渡ししています。日常生活の中で気にかけるポイントをいくつか紹介しています。また、毎日保健室で体重を測ったり、運動量を増やしたりという活動を行っている児童生徒もいます。