

ほけんだより 7月

平成30年7月2日発行

No. 4

稲川支援学校 保健室

今月は1学期のまとめの月です。

さて、6月の心電図検査をもって、4月から続いていた定期健康診断が終わりましたが、検査機関から心電図検査結果が届くのを待っているところです。夏季休業前には結果をまとめてお知らせしますので、少しお待ちください。

視力検査や聴力検査については、小学部低学年の場合、正確な検査ができない場合があります。検査の時の様子などについては、保健室で記録していますので、ご不明な点がございましたら、遠慮なく保健室にご連絡ください。

今月は小学部、中学部でプール学習や水泳教室が行われますので、登校前の健康観察をよろしくお願いいたします。



プール開きの前に…
耳・鼻・目の病気がある人は
お医者さんに相談しよう



身体測定

保健目標:夏を健康に過ごしましょう。

7月3日(火) 小学部

5日(木) 中学部

6日(火) 高2,3

13日(金) 高1



フッ素洗口 実施中!

今年度も小学部・中学部の希望者が、毎週1回、給食後に保健室でフッ素洗口を実施しています。今年度は小学部14名、中学部7名、合計21名です。

教室での歯みがきの後、1分間、フッ化物洗口液 10ml でぶくぶくうがいをします。

ただし、うがいが難しい場合は、養護教諭がブラッシングの支援をしています。また、1分間のうがいが難しい場合は、20~30秒程度のうがいをするなど、実態に応じた対応をしています。

食後の歯みがきで口の中を清潔に保つことは、むし歯予防に欠かせないことです。家庭でも、就寝前に仕上げみがきを丁寧にするなど、歯みがきタイムを工夫してみてください。



感染症予防の基本



手洗い・うがい
・十分な栄養と睡眠

夏に流行る!! 3つの感染症

手足口病

口の中や手のひら、足の裏に2~3mmくらいの赤い発疹や水ぶくれができます。熱はあまり高くなりません。

ヘルパンギーナ

突然高熱が出て、強いのどの痛みがあります。のどに水ぶくれができます。

咽頭結膜炎 (プール熱)

発熱して、のどが真っ赤で痛くなります。目の痛みとかゆみがあります。

治療は

まず水分補給。食事は、やわらかくて、刺激や塩味の少ないものを。それから十分な休養です。

予防は

「手洗い・うがい」と睡眠をたっぷりって体力アップ。

プール熱はタオルの共用に気を付けて

