

# げんきかな

れいわ ねん (2023年) 9月1日

ながはまようごがっこう 保健室 No. 6



今年の夏休みは、いつも以上に暑い日が続きましたが、みなさん体調は大丈夫でしたか？ゆっくりと体を休めたり、楽しい思い出を作ることができたのではないのでしょうか。

9月1日は防災の日です。夏休み中も、全国で台風や大雨による災害が起こりました。いつ自分の身の回りで起こっても大丈夫のように、住んでいる所の避難場所を確認したり、緊急時に持ち出すものなどを家族で相談してみてくださいね！

## 9月の予定

- 4日(月) 身体測定 (高等部男子)
- 5日(火) 身体測定 (高等部女子)
- 6日(水) 身体測定 (中学部)
- 7日(木) 身体測定 (小学部)
- 8日(金) 身体測定 (小学部)
- 21日(木) 保健相談



## 知っておこう応急手当

打撲・ねんざ



やけど



## 新型コロナウイルス感染症に関わって

### 家庭での検温について

家庭で継続していただいております検温ですが、2学期より記録は行いません。ご家庭で体調を見ていただき、いつもと様子が違う際には検温をお願いいたします。(進路実習の際に検温が必要になることもあります。)

学校での登校時の検温につきましては継続して行い、体調の変化には気を付けて教育活動を進めていきたいと思っております。

### 昼食後の歯みがきについて

歯みがきは飛沫が飛び散りやすく、感染のリスクが高いといわれています。学校歯科医とも相談のうえ、2学期以降も昼の歯みがきを行います。1学期の歯科検診の結果を見ましても、むし歯については減少傾向であり、ご家庭でしっかりとケアをしていただいていることと思われまします。歯垢・歯肉の状態については、改善の必要な人もいましたので、今後も朝、夜の歯磨きをしっかりと行っていただきますようお願いいたします。

(変更がありましたら、また、連絡させていただきます。)

## 大雨で命の危険が！

### 避難するときの注意点

長袖、長ズボンなど、動きやすい服装にする

レインコートなどを着る

頭を守るためにヘルメットをかぶる

大人と一緒に行動する

水がひざの上以上にあふれているときは、外に出ない



地域の避難場所は家族であらかじめ確認しておきましょう。



# がっこうほけんいいんかい かいさい 学校保健委員会を開催しました

がつつ か がっこうい がっこう し か い 8月4日に学校医・学校歯科医・PTA副会長・学校長を含む職員と保護者が集まり、本校の健康に関する報告と現状・課題、安全な学校生活を送るためにできることなどを話し合いました。会議内容を簡単に報告させていただきます。ご参加いただいたみなさま、ありがとうございました。



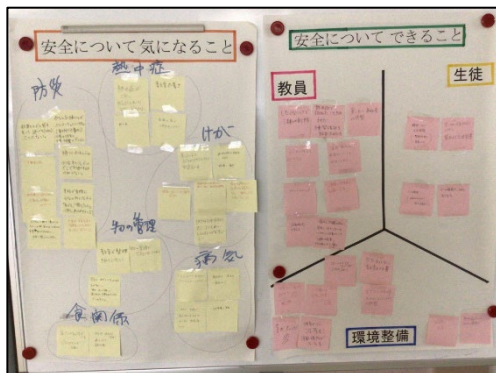
コロナが5類に変わったからと言ってウイルスが変わったわけではない。マスク等の制限されることがなくなり、今はものすごく流行っている。今の状態を見ていると制限を完全に無くしてしまうのは、あまりよくないと思う。養護学校は基礎疾患がある人が多いため重症化したときに困ると思われる。コロナウイルスは変異していくため、引き続き警戒していった方がいいのは間違いない。

中学部の肥満が多いことについては、成長期の影響もあるかもしれない。12歳以上で肥満になると大人になると戻りにくくなるため早めに対応した方がよい。早食い、ながら食い、外食（ファーストフード・コンビニ）、コロナ禍での運動不足など理由はさまざまだと思う。個食・孤食にならないことや、野菜から食べること、しっかり噛んでゆっくり食べることが大事。また保護者の方の食習慣も大事になってくる。

虫歯の数は年々全国的に減ってきている。しかし、9割の子どもは虫歯が無いが数名の子が虫歯をたくさんもっていることが問題となってきた。小学校から中学校時期は歯が生え変わるため、虫歯のある子は減るが、高校を卒業すると検診がなくなるため虫歯が多くなる傾向にある。歯垢歯肉の状態が悪い子が目立っている気がする。歯石がついていると歯茎が赤くなり、どれだけ磨いても歯肉の状態が改善しにくい。中学生以降になると歯石がしっかりとついてしまっている子が多い。そのような状態になると朝昼晩に歯磨きをしても口臭も改善せず、口内環境も悪いままという状態になるので注意が必要。



## あんしん あんぜん がっこう 安心・安全な学校であるために・・・



今年度は、「安心・安全な学校であるために」をテーマに、ブレインストーミングを用いたグループ討議を行いました。学校生活において、安全面で気になることを挙げ、それについて何ができるのかを話し合いました。

### 気になること・・・

- ・熱中症について
- ・防災について（校舎・立地の問題）
- ・ケガや感染症について

など