

# ほけんだより 6月



学校  
ホームページ



清水特別支援学校 保健室  
令和8年6月1日

## 6月の予定

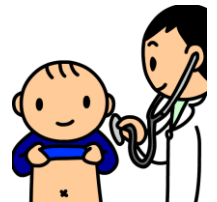
日にち	曜日	検査等	対象者
3日	水	内科検診	高等部、前回内科検診欠席者
5日	金	視力・聴力検査	全員
18日	木	歯科検診	全員

## 健康診断の練習をしています！

健康診断の前には、クラスの授業や活動などで事前に練習を行っています。

### 【内科検診】

小学部では教員が医師役となったり、時には児童が医師役となったりして、受診の手順を確認しました。中学部では、検診の目的と手順を確認した後、実際に聴診器を使って心臓の音を聞いて体についても勉強しました。



### 【心電図】

検査で使用する吸盤や手足につけるクリップを実際につけて、じっと待つ練習をしました。教室での練習に慣れたら、当日検査する保健室でも事前に練習を繰り返し、当日はみんな前向きに検査に臨むことができました。



昨年、診察を受けることが難しかった子が  
今年は自分で診察の椅子に座り、自分で洋服をめくっていま  
した。毎年、検診の様子からも子どもたちの成長を感じ、  
うれしく思います。

## 事前学習の様子



心電図検査の練習。  
手足にクリップを  
付けて待ちます。



内科検診の練習。  
流れを確認しながら練習  
します。



検査の目的、手順について  
学習します。

## 情報提供の御協力

### ありがとうございました

5月の保健だよりで、医療機関を受診する際の工夫について保護者の皆様に伺ったところ、5名の保護者の方からお返事をいただきました。お返事、ありがとうございました！健康診断の結果から医療機関への受診が必要になることもあると思いますので、参考にさせていただければ幸いです。

- （歯科について）兄弟のかかりつけ医に、音の苦手さ、じっとすることの難しさを伝えておき、ノートに手順書を作り、事前に伝えた。歯科医の先生とスタッフさんが、人がいない時間帯で予約をとってくださり、機械や器具を触らせてくれ、本人が慣れるのをそっと待ってくださり、横になれたら素早く処置してくださった。
- 初めての歯医者へ行く時、特性を伝えると理解してくれ、快く受け入れてくれた。
- 待合スペースに座っている時に、ビーズネックレスを持たせると、待ち時間が少し長くても待つことができる。
- 好きなYouTubeを観る(音は最小にする)と、機嫌が悪い時に少し気が紛れる。
- 診察室を出てしまうので、入ったら内カギをかける。
- 先生の写真カードを見せて見通しを立てる。
- 待ち時間が長い時は、iPadや飲み物、食べ物を少し持っていき、時間をつぶす。
- 嘘をつかない。病院で注射を打つ時は、目を見て「この注射は痛いけど、もっと元気になるために注射します。」と正直に説明する。ぐずりそうになる時もあるが、「痛いけど元気になるよ。」と声をかけると少しの間我慢できる。それでもダメな時は動画を見せて気を紛らわせている。

### 熱中症に注意



### 熱中症対策7カ条

1. 飲み物を持ち歩きましょう
2. 水分をこまめにとりましょう
3. 塩分をほどよくとりましょう
4. 帽子などで日ざしをよけましょう
5. 衣服を工夫しましょう（麻や綿は通気性が良く◎）
6. こまめに休憩をとりましょう
7. 冷却グッズを身につけましょう

出典：熱中症ゼロへ - 日本気象協会推進

### 6月の給食目標

よくかんで食べよう



