


ほけんだより 7月



学校
ホームページ

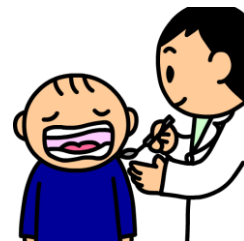


清水特別支援学校 保健室
令和8年7月1日

歯科健康診断・歯科相談を行いました

6月18日(木)、全校児童生徒を対象に歯科健康相談・歯科相談を行いました。受診した児童生徒全員に「歯科健康診断結果のお知らせ」を配付いたしましたので、受診が必要な場合は歯科専門医にて治療・相談・指導を受けてくださいますようお願いいたします。

また、歯科保健調査票に相談内容を御記入いただきました保護者の方には、学校歯科医 大森先生からのコメントも一緒にお渡ししていますので、御覧ください。



健康診断結果のお知らせについて ★★★★★★★★★★★★★★★★★★

今年度の定期健康診断の実施が終わり、その都度、結果のお知らせも配付いたしました。

★内科検診、歯科検診、尿検査

検査を受けた全員に結果のお知らせを配付しています。

医療機関を受診したら、受診の結果を学校まで御提出ください。

★視力検査、聴力検査

検査を受けた児童生徒で、受診や医師への相談が必要な児童生徒へお知らせを配付しました。「測定困難」だった場合はお知らせを配付していませんが、心配な場合は一度医療機関に御相談ください。

★心電図(小4、中1)

検査を受けた児童生徒で、受診や医師への相談が必要な児童生徒へお知らせを配付しました。お知らせがない場合は「異常なし」です。



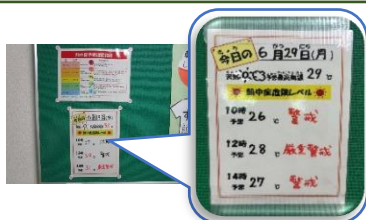
視力、聴力検査の結果は身長・体重を記録している「健康の記録」にも記載しています。御確認ください。

学校の健康診断は病気の可能性がある児童生徒を見つけるための検査ですので、医療機関で検査すると「異常なし」と判定される場合があります。ご了承ください。



本校での熱中症対策

校舎内にはいろいろな場所に温度計・湿度計を設置しています。熱中症にならないように、教室や体育館の温度を調整しています。



児童生徒玄関前の掲示板には1日の天気予報と予想気温を掲示しています。予定している活動が実施可能か確認しています。



<アイスラリー> 冷たい飲み物で、体の中を冷やす

熱中症の予防には、水分や塩分を摂ることも大切ですが、飲み物の種類や飲み方も重要です。近年話題のアイスラリーとは、飲み物と小さな氷がシャーベット状に混ざっている飲み物です。市販されているものもありますが、激しい運動をするのであれば、**運動したり暑い場所に行ったりする前に、冷たい飲み物を飲むだけでも効果はあります。**ただ、砂糖が多いジュースや炭酸飲料、利尿作用（尿として水分を出してしまう）のあるコーヒーやお茶、紅茶（ミルクティーを含む）は避けましょう。

また、アイスラリーではなく、液体で水分をとるときは、一度にたくさん飲んでも吸収されないので、こまめに少しずつ飲むようにしましょう。

水筒を洗う時の注意

- ・使ったらその日のうちに洗う
- ・フタやパッキンを外して洗う
- ・台所用洗剤で洗う
- ・よくすすいで、しっかり乾燥させる



保健指導を行いました

6月22日（月）～26日（金）に「手洗い強化週間」を設け、感染症予防の基本である手洗いの大切さを確認しました。

それに先立ち、前週の6月15日（月）～19日（金）には、各クラスで手洗いに関する保健指導を行いました。指導では、どのようなときに手を洗うのか確認するとともに、手洗いチェッカーを使用して、自分の手にどれくらい汚れが残っているのかを実際に目で見て確かめました。



- ・指先、爪の間
- ・指の間
- ・手首

に、汚れが残っている児童生徒が多かったです。



7月の給食目標

しっかり食べて暑さに負けない体を作ろう

