

ほけんだより



第 6 号
平成 25 年 9 月 6 日
広島市立広島特別支援学校
保健室

夏休みは楽しく過ごすことができましたか？体調を崩すことはなかったでしょうか？

いよいよ 2 学期が始まりました。学校や授業のある生活に
戻るのに時間がかかる人もいるかもしれません。『早寝・
早起き・栄養補給』を心掛け、体調を整えましょう。



1 9月の保健行事予定

日時	小学部	中学部	高等部
9月 3日(火)			身体計測(1年)
9月 5日(木)			身体計測(3年) 宿泊研修前健康相談(1年)
9月 6日(金)	身体計測(全学年)		
9月 9日(月)		身体計測(2年)	
9月12日(木)		身体計測(全学年)	
9月13日(金)			修学旅行前内科健康相談 (2年A組~2組、6~8組)
9月19日(木)	神経科健康相談(相談希望者) 歯科保健指導(3年)	神経科健康相談(相談希望者)	神経科健康相談(相談希望者) 歯科保健指導(3年)
9月20日(金)	修学旅行前内科健康相談 (6年)		修学旅行前内科健康相談 (2年3~5組、9~12組)
9月25日(水)	眼科健康相談(検診を受けていない人と相談希望者)	眼科健康相談(検診を受けていない人と相談希望者)	眼科健康相談(検診を受けていない人と相談希望者)
9月26日(木)	耳鼻科健康相談(検診を受けていない人と相談希望者)	耳鼻科健康相談(検診を受けていない人と相談希望者)	耳鼻科健康相談(検診を受けていない人と相談希望者)

<保護者の皆様へ>

9月は学校医の先生方による眼科と神経科、耳鼻科の健康相談を実施します。相談の御希望がございましたら、担任へ御連絡ください。



2 感染症予防について

広島市感染症情報センターによると、RSウイルス感染症や無菌性髄膜炎がいつもの年の同じ時期に比べて多い状態となっているようです。食事の前やトイレの後の手洗い等、感染症予防を心掛けましょう。



3 学校保健委員会について

7月25日に、学校医・学校歯科医・学校薬剤師の先生方やPTA役員の方々に
お越しいただき、学校保健委員会を開催しました。学校環境や児童生徒の皆さんの健康に関する事などについて話し合いましたので、報告させていただきます。



<内科検診について>

心疾患があったり、心臓検診で受診を勧められたりした場合、かかりつけの医師等に早めにご相談・受診してほしい。



(牛尾医師)

<発達障害の診断基準について>

5月に発達障害の診断基準が変わった。いつ診断されたかで診断基準が違ってくるため、障害名が変わってくることを知っておいてほしい。



(松田医師)

<整形外科検診について>

側わんや足の變形は将来障害が大きくなる可能性がある。専門医に診てもらっていない人は、どこかで診てもらい、将来の障害が大きくならないようにしたほうが良い。



(福原医師)

<耳鼻科検診について>

耳垢栓塞の割合が、379人中72人と多かった。耳垢栓塞は、鼓膜が見えない状況で何か問題があってはいけない、また、家では取りきれないだろうということもあり、受診してもらいたい。



(太田医師)

<歯科検診結果について>

むし歯が全くない人の割合が53.5%(昨年)から63.9%(今年)に上がっている。100%目指していきたい。歯磨きをきちんとすると、インフルエンザの発症率が低いという統計もある。



(上田歯科医師)

<安全点検や環境衛生検査について>

結果を受けて、どう対応するかを考え、責任を持って対処してほしい。(永野薬剤師)



<視力検査について>

小学部では4割の児童しか視力表での測定ができていない。小学部特に低学年では、目が見えにくいと訴える児童はほとんどいない。このような児童の中には、強い遠視のために視力の発達が止まっている例(弱視)や、また遠くも近くも見えにくいために落ち着きのない児童として捉えられていることもある。このような例では早めに見つけて眼鏡矯正することで、弱視を予防したり、生活態度を改善できることもある。また、他のいろいろな目の病気が隠れていることもあるので、ぜひ眼科へ受診してほしい。



(佐久間医師)



PTA役員の方より

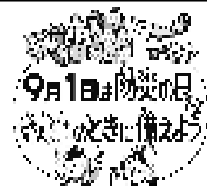
子どもの状態を理解してもらえ医療機関を受診したいというお話がありました。

学校医の先生方からは、相談していただけたらという御返事がありました。相談等がございましたら保健室に御連絡ください。

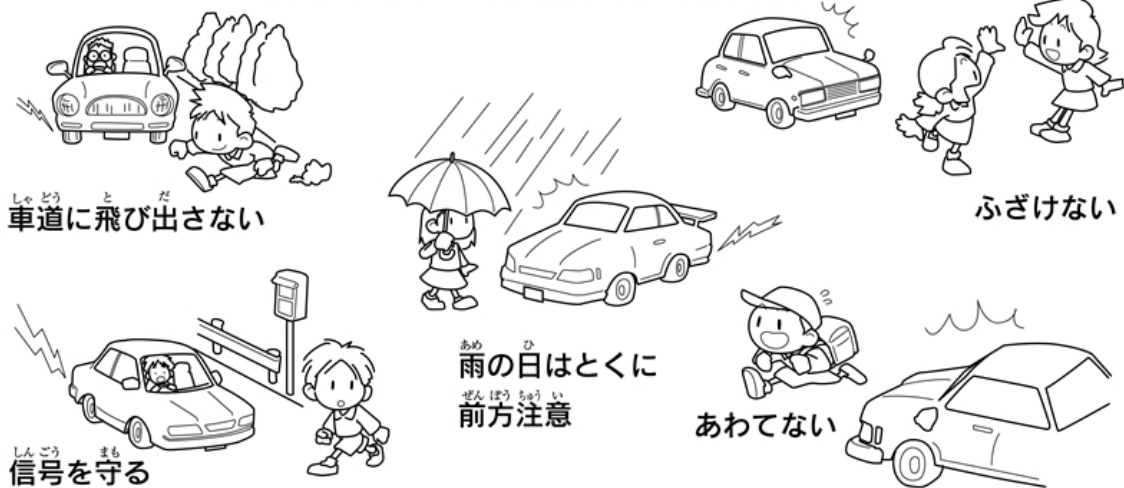


4 事故・けがの防止について

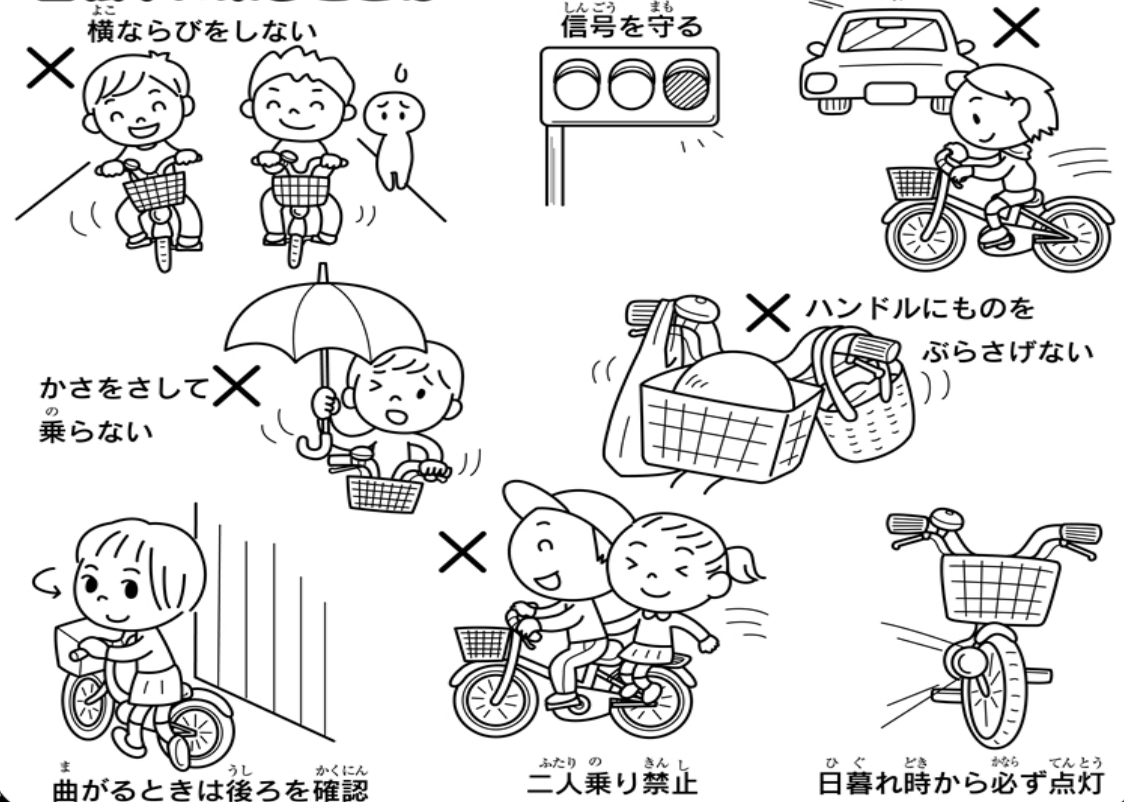
9月1日は『防災の日』でした。災害への備えは、命を守る備えでもあります。また、普段の行動や身の回りを見直し、安全について考えておくことも万一の備えとなります。この機会にぜひ安全について考えてみてください。



道路を歩くときは注意しよう



自転車に乗るときは



5 応急手当について

9月9日は『救急の日』です。災害への備えとして救急用品を用意したり、応急手当について覚えたりしておきましょう。



応急手当の基本 RICE (ライス)

ねんざ・打撲・骨折など、よくおこるけがをしたときに、行なう応急手当がRICEです。ケガを早く治すために、基本となる大事な手当なので、ぜひ覚えておきましょう。

Rest 安静にする

無理せず、安静にすることで、けがをしたところのけががひどくなったり、新しいけががおこるのを防ぎます。



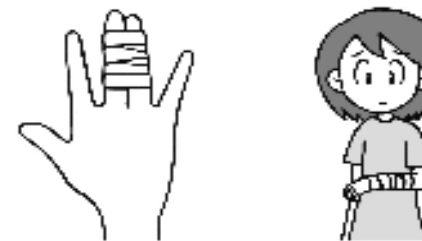
Icing 冷やす

冷やすことで、血管が収縮して出血や炎症をおさえて、はれや痛みをおさえます。(1回15~30分)



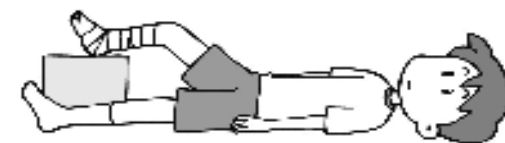
Compression おさえる

おさえたり、固定することで、出血や内出血の量を少なくして、はれをおさえます。



Elevation 高く上げる

心臓より高く上げることで、血液が心臓に戻りやすくなり、内出血やはれをおさえて、痛みも和らげます。



こんなことはやめましょう

- ・動かす
 - ・温める (入浴する)
 - ・マッサージする
- ※内出血やはれをひどくします。

