ほけんだより　9月

第　４　号
平成２８年９月１日
広島市立広島特別支援学校
保健室

２学期が始まりました。夏休みには素敵な思い出がたくさんできたことでしょう。２学期は、小・中学部は運動会、高等部は宿泊研修や修学旅行、職場体験実習と行事がありますね。「早寝・早起き・朝ごはん」で生活のリズムを整えて元気に過ごしましょう。

1　熱中症について

９月になりましたが、まだまだ暑い日が続きます。熱中症への注意が必要です。こまめな水分補給と休憩を心掛けて、熱中症を予防しましょう。

こんなときは、要注意！！
- 下痢をしている（脱水状態になりやすい）
- 睡眠不足（疲れがとれていない）
- 熱っぽい（体温調節がうまくできない）
- 朝ごはんを食べていない（エネルギー不足）

2　第１回学校保健委員会について

７月２１日に、学校医・学校歯科医・学校薬剤師の先生方やPTA役員の方々に出席していただき、第１回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こと等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　牛尾医師より

この学校の児童生徒の多くに心雑音の所見がありますので、内科検診では、学校の生活ができるか、できないかという視点で検診を行っています。その点を御理解ください。

尿検査について、高校生くらいになるころに、腎臓の機能が低下する人もいるので検診の結果には十分注意してください。腎不全の場合は血圧が高くなってくるので、学校で血圧を測ってみることもよいでしょう。

耳鼻科　太田医師より

耳鼻科検診において、本校では他校に比べ、耳垢栓塞の所見がつく児童生徒が多かったです。耳垢で塞がれて、奥まで見ることができませんでしたが、中耳炎が隠れている可能性があるので、耳鼻科で耳垢を取ってもらってください。

アレルギー性鼻炎は治療が必要なほどの児童生徒に診断しています。健康診断は学校生活のごく一場面であるので家庭での状況も見てください。朝・夜の鼻づまりはアレルギー性鼻炎の疑いがあり、そのような児童生徒がまだいるのではないかと思います。

夏のプールで外耳炎になることもあるので注意をしてください。

眼科　佐久間医師より

プール後の洗眼については、水圧を低くして４、５秒ほど洗眼するとよいでしょう。場合によってはゴーグルの使用が望ましいです。

流行目、急性結膜炎が増加しています。学校で拡がるというより、家族間で感染します。充血や目やにのひどい児童生徒はプールを控える対応をしてください。

歯科　上田歯科医より

むし歯については、歯科にて早めの処置を行ってもらいたいです。学校では昼食後の歯磨きの取組やブラッシングの指導を行っていますが、家庭でスキンシップの面でも仕上げ磨きに取り組んでいただきたいと考えています。

薬剤師　永野先生より

１回目のプールの水質検査では水質に異常はありませんでしたが、塩素量を調整する機械の調子がどうも良くないようでした。移転して数年経つので、もしかしたらフィルターの目詰まりが原因かしれないですので、引き続き業者と連携をとって適正値を保ってください。

空気測定では、新しく建てたプレハブも検査対象にすべきでしょう。夏場もエアコンをつけて部屋にこもっていると空気が汚れる傾向にあるので換気を行うようにしてください。

3　色覚検査について

定期健康診断では、全員に実施されてはいませんが、希望により健康相談の一環として、色覚検査を受けることができます。

平成１５年の学校保健法一部改正に伴い、小・中・高等学校（特別支援学校を含みます）においての定期健康診断の検査項目からなくなり、希望者に対してのみ実施することになりました。

色覚異常の頻度は、およそ男子の５%、女子0.２%といわれています。検査で色覚異常と判定される児童生徒の大半は、日常生活に支障を感じることはないと言われています。

治療方法はありませんが、職業・進路選択の際に、色に対する自分自身の特性を知っておくことは有益であると思われます。

個別の検査を希望される方は、<u>９月５日（月）</u>までに以下の申込書を担任へ御提出ください。担任と相談の上、学年や学級の授業に差し支えない日時に検査を行います。結果については、個別にお伝えします。健康診断票に結果を記載することへの同意の有無についても教えてください。

なお、色覚検査には広島県眼科医会推奨の石原式コンサンス版を用いますので、数字が判読できることが条件となります。

・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・きりとりせん・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・

色覚検査申込書

小　・　中　・　高　　年　　組　　児童生徒氏名（　　）

健康診断票への結果の記載について

記載することに　同意する　・　同意しない　　保護者氏名（　　）

※ ９月５日（月）までに担任へ御提出ください。　担任→保健室へ