



令和4年7月15日
北網島特別支援学校
保健室

夏休みまであと少しとなりました。毎朝、保健室前での検温でみなさんの様子を見てみると、4月の最初は緊張でこぼれていた表情も和らぎ、今では笑顔がたくさん見られるようになったと感じています。もうすぐ約1ヶ月間の夏休みに入りますね。熱中症やコロナウイルスも心配ですが、夏休み明けに元気な姿で会えることを心待ちにしています。

☆☆定期健康診断が終わりました☆☆

4月から行ってきた定期健康診断が終わりました。学校で行う健康診断はスクリーニングの役割を持ち、疾病異常が疑われる場合は病院で詳しく検査をしていただくためのものとして学校保健安全法に位置づけられています。受診のお知らせをお渡しした方については、かかりつけ医や専門医に一度診ていただき、結果を学校までお知らせください。また、健康手帳に健康診断結果を記載しましたので、ご確認ください。

《健康手帳に健康診断結果を記載しました》

ここをチェック！

- ・定期健康診断(一覧)
- ・身長、体重グラフ(小1・2・3年生はきりんのページ)
- ・歯の健康 口の中のようす
- ・7月体重測定(該当者のみ)

*該当箇所には付せんを貼っています。ご確認の上、保護者印をお願いします。



ロイロノートによる健康観察について

学校を欠席した日はその日の体調をロイロノートでお知らせください。(体調管理や家事都合、定期通院やPT等でお休みの場合)。体調不良の場合は、欠席連絡をした日以降の次回登校日までの体調をロイロノートでお知らせください。学校を欠席した日も健康観察を入力していただくことで、学校全体の児童生徒の健康管理につながります。感染症の流行を防ぐためにも、ご協力をお願いいたします。

当日の急な欠席/遅刻連絡は、**8:45~9:00までに電話で**ご連絡ください。

おうちでの様子や受診結果を随時教えていただくと、次回登校する際の健康観察等に活用できます。

夏休み中の健康観察については、後日お知らせいたします。



～後期更新に向けた**指示書・依頼書**の提出について～

すでにお手元に指示書、依頼書がある方もいらっしゃるかと思いますが、10月からの医療的ケア実施に向けて医療的ケアの指示書、依頼書の継続手続きをお願いしております。**現在の医療的ケアの指示書、依頼書の有効期限は9月30日までです。**10月以降も医療的ケアを継続するために、次の提出期限までに『継続』欄への記入をお願いいたします。

第2回提出期限 9月14日(水) 最終期限

学校提出後、記入内容について修正等をお願いする場合がありますので、提出期限日に関わらずご準備ができ次第早めにご提出ください。

また10月1日までに個別マニュアルの更新手続きも必要になります。指示書、依頼書が整わないとマニュアルの作成も進まないため、期日までに必ずご提出いただきますようお願いいたします。

熱中症も心配…。コロナも心配…。



上手に対策していきましょう！

コロナ×熱中症 ～暑い季節に気をつけてほしい感染症×熱中症対策～

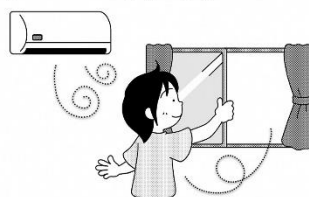
マスク × 水分補給

マスクで潤っていると勘違いしないで、こまめに水分補給をしよう



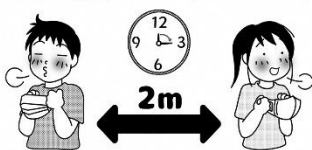
時間を決めて、飲めるといいね♪

エアコン × 換気



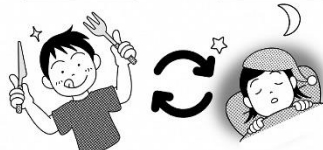
エアコンはとめずに、こまめに換気をしてね。

時間 × 距離



距離をとって、マスクをはずそう。ただし、長時間にはならないでね。

食事 × 睡眠



コロナや熱中症に負けない体力作り、基本は、食べて、寝ることです！

… 保護者の方へ ～子ども医療電話相談事業について～ …

休日・夜間等で医療機関に受診できず、お子さんの急なけがや病気にどう対処したらよいか判断に迷ったとき、小児科の医師・看護師に電話で相談できる制度があります。

利用のおおまかな流れ

- ① 短縮番号「# 8000」にかける (全国同一)
- ② 都道府県ごとの相談窓口へ自動転送される
- ③ 症状等を説明し、対処や受診先等に関するアドバイスを受ける



実施時間帯等の概要については、厚生労働省のホームページで確認できます (<https://www.mhlw.go.jp/topics/2006/10/tp1010-3.html>)。

夏休み中は普段の生活サイクルと異なる状況・場面が増え、例えばお子さんが外出先で体調をくずすことも考えられます。いざというときに活用できる手段として、ご周知いただければと思います。

#8000に関する
厚生労働省の
HPは
コチラから



猛暑 をのりきる強い味方 いい汗 をかこう！

「いい汗」には、こんな特徴があります！

- ◆ 汗の粒は小さめ、濃さはうすめ
- ◆ サラサラで蒸発しやすい
- ◆ 雑菌が繁殖しにくく、においが少ない



いい汗では、いったん汗に含まれた塩分やミネラルが、体外に出る前に再び吸収されています。水分が多くサラサラで、蒸発しやすいという特徴があるため、体温を効果的に下げることができ、熱中症にもなりにくくなるのです。

いい汗をかくためのポイントは「慣れ」。適度な暑さの中でこまめに汗をかいていると、塩分やミネラルを吸収する仕組みが向上していきます。反対に、例えばエアコンがきいた部屋にこもりがちで汗をあまりかかない生活を続けていると、たまにかいても蒸発しづらくベタベタで、効果が十分に発揮されないのです。