



暑かった夏が過ぎ去り、涼しい空気に入れ替わって、過ごしやすい季節になりました。本校では9月以降、3年ぶりに水泳授業や宿泊行事が再開されました。様々な制限下で可能な限り感染症対策を取りながら、どうしても安全に実施できるか、現場でも試行錯誤しながら計画を実施しています。

都内の新規罹患患者数は減少傾向ですが、まだまだ用心は必要です。大人も子供も、体調管理に十分注意していきましょう。

\* \* \* \* \* **保護者の方へ** \* \* \* \* \*

### 10月の保健行事

10月	小学部	中学部
5日(水)	AM 健康相談(対象者)	AM 健康相談(対象者)
13日(木)		9:30 中1・2 宿泊前検診

### 11月の保健行事 ※新型コロナウイルスの影響により、変更になる可能性があります。

11月	小学部	中学部
1日(火)		AM 体重測定(中3)
2日(水)	AM 健康相談(対象者)	AM 健康相談(対象者)
4日(金)		AM 体重測定(中2)
7日(月)		AM 体重測定(中1)
11日(金)	AM 体重測定(小6)	
15日(火)	AM 体重測定(小5)	
16日(水)	AM 体重測定(小4)	
17日(木)	AM 体重測定(小3)	
18日(金)	AM 体重測定(小2)	
21日(月)	AM 体重測定(小1)	

\* \* \* \* \*

#### ●こんなときは、保護者の方に連絡をしています。

- ・お子様が体調不良になり、授業を続けることが難しい。(下痢 嘔吐 発熱 激しい咳や鼻水がでる等)
- ・目が充血している、目やにやかゆみがある、腫れている等の症状がある。
- ・耳の穴から浸出液が出ている。
- ・皮膚に湿疹がある。
- ・登校前に自宅でケガをした部分に腫れや赤み、痛みがある。
- ・その他病院受診が必要と思われる場合。

学校は集団学習の場です。登校前にお子様の様子を見ていただき、体調不良やケガ等により1日学校で集団学習活動を行うことが難しそうな場合や、感染症が疑われる際は登校前にまず通院をお願いします。

受診結果で、登校し授業を受けることに健康上問題ないことを主治医等に御確認いただいてから登校して頂くようお願いします。

## 高等部進学から卒業後にむけて、小・中のうちにできること

高等部に進学すると生活がどう変わり、どんなことを学習していくか、見聞きされたことはありますか？

小学部の保護者の方にはまだ先のことと感じられることかもしれません。中学部 3 年生の保護者の方は今後高等部の説明会がありますので、どんなところが楽しみにしておられるかと思えます。

小・中学部との大きな違いの一つは、知的障害特別支援学校の高等部に進学すると、生徒全員が卒業後の進路を決めるための現場実習をします。実習先はスーパーや地域パン屋さん等での品出し、ペットショップ、飲食店、ビル管理清掃、福祉作業所での製造販売等があります（実習先・内容は学校により異なります）。また高等部入学を機に自主通学や部活動を始めるお子様もいます。小・中学部より自立的に活動する機会が一気に増える一方で、私が高等部に勤務していた当時の保健室には様々な悩みが舞い込みました。そのほとんどは生活面についてのことでした。

親の立場からすると、お子様が悩む姿に焦り、どうにかしてあげたいと思うのですが、既に積み上げられてきた生活スタイルを変えるのは難しいこともあります。今振り返ると、小・中のうちに取り組んでいれば高等部でこんなに困ることはなかったのでは、もったいないな・・・と思える悩みごとは多く、毎年保護者の声として聞きます。

今後数か月の間、知的障害特別支援学校高等部保健室で出会った悩み事を元に、小・中の今だからできることをシリーズで御紹介したいと思います。必要な方は御参考までにぜひご覧ください。

実録！

### 知的障害特別支援学校高等部の保健室に寄せられたトラブルや悩みの一例

#### 1 現場実習中のトラブル

- ・実習期間中、実習先に遅刻せず毎日通うことができない。朝決まった時間に起きられない。夜更かし朝寝坊。
- ・気持ちと体力が続かない。
- ・爪を切る、マスク手洗い等ができず、実習先でできることが狭まった。

基本的な生活習慣が確立していないことによるもの。

#### 2 一人通学のトラブル

- ・変質者に会った。

#### 3 男女間のトラブル

- ・思春期だから月経周期が不安定だと思っていたら、実は妊娠していた。
- ・性行為まがいの行為を強要されたが、誰にも言えなかった。

月経周期を把握していなかった。プライベートゾーンを見られたり触られることは危険という認識と男女の適切な距離感の獲得が必要。

#### 4 排せつ、月経について

- ・排せつ、月経の適切な処置ができず、実習先のトイレや借りた作業着を汚してしまい、パニックになった。
- ・実習先でトイレが間に合わず失禁した。本人が大変落ち込み、自尊心にも進路にも影響を落とした。

月経時の手当での練習 排せつの自立が必要。

#### 5 病院に対する恐怖心があり受診できない。

- ・虫歯の痛みを我慢し続け、気づいたときには深刻な事態になっていた。

病院に慣れていないことによるもの。

#### 6 困ったときに気軽に相談できるホームドクター、主治医がない。

近隣病院情報を知っておくと安心です

- ・それまでまったく医療管理が必要なかった生徒が突然てんかん発作を起こしたが主治医がない。
- ・思春期で精神的に不安定になり、登校拒否が始まった。登校しても教室に入れず保健室で1日過ごした。
- ・自傷や他害が激しくなった。近所の病院を受診しようとしたが、受診しやすい立地での病院探しが難航した。
- ・他害があると実習先・進路先の受け入れが困難なケースが多かった。

#### 7 障害年金申請について

- ・お子様が20歳になったときに申請できる障害年金について、申請手続き時に成育歴を含めた診断書が必要と知ったときはもう高3で、そこから医師探しをすることが難航した。

この制度は数年ごとの更新制です！

一次号に続きますー