



令和6年7月1日

都立品川特別支援学校長 田島 忍

担当 養護教諭 宮澤 麻奈美

6月中旬から水泳指導も始まり、楽しそうにプールに向かう子供たちと廊下ですれ違うことが多くなりました。

東京都でも例年より遅くはありますが、梅雨時期に入りました。雨の降る日は気温も下がり蒸し暑いですが、梅雨の晴れ間は気温が上がり熱中症を起こしやすくなります。まだ体が暑さに十分に慣れていないため、学校でもこまめな水分補給や、空調での調整を行い熱中症を予防しています。御家庭でも十分に注意してください。



【7月保健行事予定】

日	曜日	項目	時間	対象(小学部)	対象(中学部)
3	水	健康相談	9:15~	該当者	該当者
8	月	保健指導(月経)	13:30~14:15	小5女子	
10	水	保健指導(月経)	11:00~11:45	小4女子	
12	金	保健指導(月経)	11:00~11:45	小6女子	

【9月保健行事予定】

日	曜日	項目	時間	対象(小学部)	対象(中学部)
3	火	身体測定	9:30~		中1・2・3
4	水	健康相談	9:15~	該当者	該当者
5	木	宿泊前検診	9:30~	小6	
6	金	身体測定	9:00~	小3・4	
9	月	身体測定	9:00~	小2・5	
10	火	身体測定	9:00~	小1・6	
19	木	宿泊前検診	9:30~	小5	

熱中症ねつ ちゆう しょうが起こるのは炎天下えん てん かだけじゃない!

プールで

一見涼しそうなプールでも、水温が高いと熱中症のリスクが。しかも、汗が水に流れてしまうので自分がどれだけ水分を失っているか気づきにくいのです。



お風呂で

熱中症のなりやすさは温度だけでなく湿度も関係しています。浴室や洗面所は湿気がこもりやすく、長時間過ごすときは注意が必要です。

睡眠中に

眠っている間も呼吸からの揮発や寝汗などで予想以上に水分を失います。

対策の基本はこまめな水分補給。

朝起きたとき、お風呂の前後、運動の合間には、意識して水分をとりましょう。



健康診断結果について

今年度の健康診断が終了いたしました。御協力ありがとうございました。各校医や検診機関より病院受診が必要とされた方、また当日欠席などで各検診を受けられなかった方には、すでにお知らせを配布しております。御家庭で早めの受診をお願いいたします。受診されましたら、報告用紙を学校に提出してください。

また、定期健康診断の結果を記録した「健康の記録」を、7月中に配布いたします。「健康の記録」は御家庭で保管し、健康観察の参考にさせていただければと思います。

学校感染症について

発熱や嘔吐・下痢、咳や鼻水など、体調不良でお休みしているお子様が増えています。水泳指導の開始や、気温の高低差などから、疲れがみられる様子も伺えます。体調で心配な様子がありましたら、無理をせず早めに病院を受診してください。学校感染症にり患された際は、「学校感染症による欠席届（兼再登校届）」の提出が必要となります。用紙は学校 HP からダウンロードできます。

夏休み中に学校感染症にり患した際は、夏休み明けに保健室へお知らせください。

月経指導について

今月、小学部高学年女子児童を対象に「体と心の変化」の授業を実施いたします。

○これから心と体がどのように変化していくのか

○月経が始まったらどうしたらいいのか(生理用ナプキンの使い方と捨て方)

○プライベートゾーンについて

○男女の距離の取り方(握手の距離)

を学習します。小学部高学年は思春期を迎え、体と心が多様に变化していく時期です。女子は月経が始まる児童がいるため、例年実施しています。

当日はロリエから学校に無償配布されているパンフレットとナプキン、養護教諭が作成した資料を配布します。よろしければ御家庭で御活用ください。

夏休み中の受診について

夏休み中に主治医等の受診をした結果、「主治医意見書の内容が変わった」「検査の結果が出た」「薬の種類や量が変わった」「服薬を開始した」等変更がございましたら、夏休み明けに保健室へお知らせください。

6月19日に第2回緊急時対応訓練(エピペン)を実施しました

前回と同じく日本体育大学保健医療学部救急医療学科教授 救急救命士 鈴木健介先生御指導のもと、エピペンを使用した緊急時対応訓練を実施しました。子どもがアレルギー食材の誤食によりアナフィラキシーショックを起こした場面を想定し、教職員は声をかけあい、チームで対応する訓練



をしました。迫真の演技をする子ども役の教員を相手に、大変緊張感が漂いました。ロールプレイ終了後に多くの教職員が挙手し、この場合はどうすれば良かったのか、ここで迷った、等率直な意見交換による答え合わせができました。子どもたちの安全を守るための大事な訓練を、今後も続けていきます。