

ほけんたより9月

令和元年 9月 2日
埼玉県立和光特別支援学校
No. 8 保健室

夏休みが終わり、学校に児童生徒の皆さんの元気な声が戻ってきました！
暑さが峠を越して、少しずつ過ごしやすいようになってきているように感じますが、
皆さんは夏の疲れなどは残っていませんか？
また、長い休みの間に生活リズムが不規則になっていませんか？
9月以降は、宿泊を含む校外学習や修学旅行、文化祭など楽しい行事が多く
あります。生活リズムと体調を整えて、元気に学校生活を送りましょう



『いざ』というときに備えよう！



9月1日は「防災の日」、9月9日は「救急の日」です。
災害や事故は、いつ起こるか分かりません。いざというときに落ち着いて行動するのは、とても難しいことです。日ごろから十分な準備と心構えをしておくことが大切です。



◆救急箱や非常持ち出し袋の中身をチェックしましょう

- *期限の切れた薬や救急用品は交換しましょう。
- *非常用持出袋の中身を見直して、必要なものを揃えましょう。



◆いざというときの避難場所や連絡方法を確認しましょう

- *自宅近くの学校や公民館など、家族で話し合って避難場所（集合場所）を確認しておきましょう。
- *災害時は携帯電話等が繋がりにくくなります。災害用伝言ダイヤル「171」の利用など、家族で連絡方法を確認しておきましょう。

発育測定のお知らせ

9月 4日 (水)	…	中学部
5日 (木)	…	高等部、中高一般
6日 (金)	…	小高
9日 (月)	…	小低



※校内行事の都合により、年度当初の予定と一部変更となっております。ご了承ください。

まだまだ熱中症に注意！

暑さの峠は越えたといっても、まだまだ暑い日が続いています。熱中症予防のために、以下のことに注意しましょう。



※汗をかいたときの水分補給には、あわせて塩分も必要です。

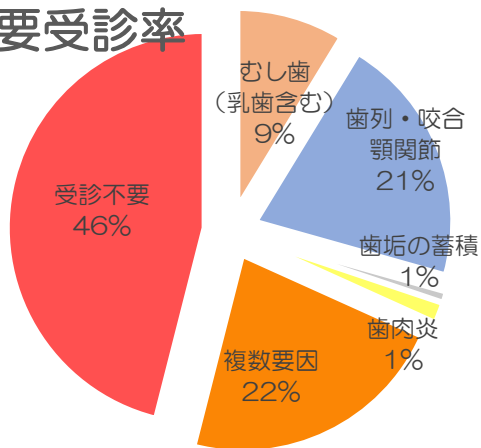
1リットルの麦茶に塩を一つまみ混ぜた「塩麦茶」は、ミネラルも補給できておすすめです。

本校の歯科健診結果について

今年度の本校の歯科健診結果をまとめました。

文部科学省の学校保健統計調査（平成30年度）によると、小学生で約22%、中学生で約15%、高校生で約18%の児童生徒に未処置のむし歯があると示されています。本校は9%で、調査結果と比較しても良い結果でした。普段からていねいな歯みがきを実践されている子どもたちが多く、学校歯科医の田中先生からもお褒めの言葉をいただきました。引き続き、学校と家庭で連携しながら、ていねいな歯科保健指導を行ってまいります。

要受診率



受診・治療・相談は済みましたか？

本校で実施した健康診断のスクリーニングで受診をすすめられた方（お知らせのみで受診の必要がない場合もあります）、夏休み中に受診・治療等は済みましたか？

また、本校での健康診断を受けられなかった方には、定期受診をされている場合を除き、医療機関にて診ていただくようおすすめしております。

既に多くの受診報告をいただいておりますが、受診済みの方でまだ結果を学校へ連絡されていない場合は、担任または保健室への結果報告にご協力ください。



健康保険証の有効期限をご確認ください

ご提出いただいている健康保険証の有効期限がきれてしまっている方、9月末に切れる方がいます。今一度、お子さまの健康保険証をご確認くださいようお願いいたします。

有効期限がきれてしまっている場合や提出後に保険証の変更があった場合には、速やかに「保険証の写し（コピー）」をご提出ください。ご協力をお願いいたします。

