

# 保健だより1月

2学期が終わり、冬休みに入ります。ゆっくりと過ごし、心も体もリフレッシュしてください。  
保護者の皆さま、福祉園の職員の皆さま、毎日の健康観察や感染予防などへのご協力をいただきありがとうございました。来年も、どうぞよろしくお願いいたします。

1月の保健行事			
10日(水)AM	身体測定：小学校 低学年	15日(月)AM	身体測定：小学部 高学年
11日(木)AM	身体測定：高等部	19日(金)AM	療育相談：希望者のみ
12日(金)AM	身体測定：中学部	22日(月)13:15～	宿泊前検診：高2


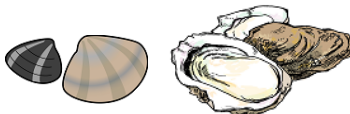

## 保健室からお願い

- 冬休み中に病気や大きなけがをした方は、連絡帳を通じて保健室へお知らせください。
- 通院で処方薬の変更があった方は、連絡帳を通じてお知らせください。また、薬の説明書のコピーの提出をお願いいたします。併せて、災害時用の預かり薬の差し替えも必要となりますので、ご準備ください。
- 定期健康診断の結果を受け取った方で、冬休み中に通院・治療をされた方は、「受診結果 報告書」のご提出をお願いいたします。

## 感染性胃腸炎にご注意ください！

感染性胃腸炎とは、ウイルスを原因とする胃腸炎のことで、秋～冬には「ノロウイルス」、冬～春には「ロタウイルス」が多く、「アデノウイルス」は年間を通して発生します。  
主な症状は腹痛や下痢、嘔吐、発熱、悪心などです。潜伏期間は約2日、り患後は便中にウイルスが3週間以上排出されることもあります。感染性胃腸炎に、り患した場合は「症状により学校医その他医師において感染のおそれがないと認められるまで」出席停止扱いとなります。

## 対策のポイント

<p>① <b>こまめな手洗い</b> せっけんとうすいによる手洗いを。トイレのあと、食事の前はより丁寧に手を洗う。</p> 	<p>② <b>二枚貝の十分な加熱処理</b> カキなどの二枚貝を調理するときは、中心温度85℃以上で90秒以上の加熱をする。</p> 	<p>③ <b>嘔吐物や便の適切な処理</b> 嘔吐物や便の処理をするときは使い捨て手袋、マスク、ガウンを身に付け、処理後は石けんで十分に手を洗う。嘔吐物や便の消毒は次亜塩素酸ナトリウム(塩素系漂白剤)を使用し適切に処理する。</p> 
--	---	---


あさ けんこうかんさつ ねが  
朝の健康観察をお願いします



全国的にインフルエンザなどの感染症の流行が続いています。3学期も、登校前には「今日一日、元気に学校生活をおくることができる体調か」を大人の方の目で観察していただきますようお願いいたします。  
体調不良時に無理をすると、症状が悪化したり、長引いたり、他の人にうつってしまう場合もあります。体調不良時は無理に登校せず、早めの休養や受診をお勧めします。

あさ けんこうかんさつ ぽいんと  
【朝の健康観察のポイント】

- 夜はぐっすり眠れましたか。睡眠不足ではないですか。
- 朝ごはんを、いつもどおり食べられましたか。
- 顔色は赤かったり、青白かったりしていませんか。
- 鼻水や鼻づまりはありませんか。
- 咳やくしゃみは出ていませんか。
- のど、頭、お腹など体に痛いところはありませんか。
- めまいや吐き気、気持ち悪さなどはありませんか。
- 下痢をしていませんか。 など

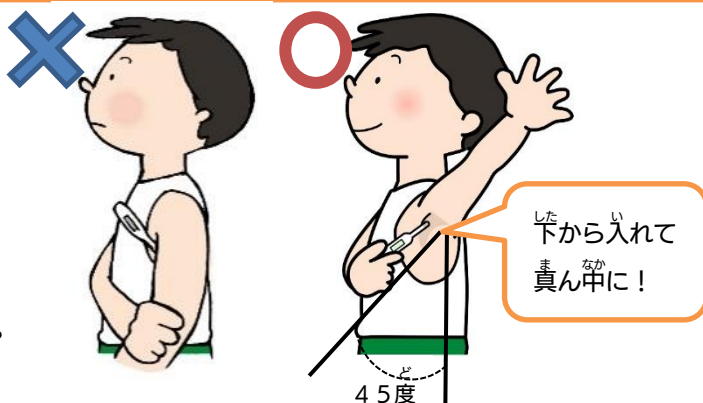


からだ ちょうし よ  
体の調子が良くないと感じたら  
ねつ はか  
熱を測ってみてください。

また、不調というわけではないけれど  
いつもとちがうなと思うことや、気になる様子などがあれば、連絡帳やお電話等で学校にも、お知らせの上、送り出してください。よろしくお願いたします。

たいおんけい  
体温計の正しいあてかた

- ①わきの下の汗をティッシュやタオルで拭く
  - ②わきの中心にあてる
  - ③体温計を下から押し上げるようにしてわきをしっかりとしめる
- ※検温ポイントがずれると、検温値が低くなります。



療育相談のお知らせ

本校では、毎月1回、精神科校医 熊代新先生（福島県の針生ヶ丘病院勤務）による療育相談日を設けています。お子様の発達に関することや、服薬のこと、日常生活の中で困っていること等に対して、相談を受けながら医師の立場から見立てや助言をお伝えできる機会です。

（主治医とは見立てや、助言内容が異なる場合もありますが、医師の一つの意見としてお伝えしています。）

2月の療育相談日は16日（金）です。相談を希望される方は、下記の申込票を1月19日（金）までに御提出ください。

きりとり

〈 令和6年2月16日（金） 療育相談 申込票 〉 (小・中・高) \_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_組

児童・生徒氏名 \_\_\_\_\_ 保護者・担当者氏名 \_\_\_\_\_

ご希望の相談時間 ①10:30～ ②11:00～ ③11:30～ ④12:00～

第1希望 \_\_\_\_\_ 第2希望 \_\_\_\_\_ 第3希望 \_\_\_\_\_ 家庭・寮 → 担任 → 保健室