

ほけんだより12月

令和6年11月29日
東京都立矢口特別支援学校長
阿出川 千賀子

今月は裏面に講演会の案内があるため、Classiの配信と合わせて、紙面での配付も行います。
来月以降は、引き続きClassiでの配信となります。

12月の保健目標 けがに気を付けよう

12月11日は、「胃(12)いい(11)」の語呂から「胃腸の日」と言われるそうです。クリスマスやお正月とイベントの多い冬休みですが、体調と相談しながら楽しんでください。冷えも胃腸の働きを鈍らせる原因になります。暖かい服装、温かい食事、温かい心でこの冬を乗り切りましょう。

マイコプラズマ肺炎が流行しています

以前は、4年に1度流行することから「オリンピック病」とも呼ばれたマイコプラズマ肺炎ですが、今年の流行は2016年以来、8年ぶりの大流行とされています。



特徴として、発熱、倦怠感、頭痛等が現れた数日後(3~5日後)に咳が出ます。(熱が出ないこともあります)。潜伏期間は2~3週間と長く、解熱後も咳が続きます。

初めは、ただの風邪と診断されたけれど、なかなか咳が治らず、後からマイコプラズマ肺炎だったと分かるケースも聞きます。潜伏期間が長く、どこでかかったか分かりづらい、風邪と勘違いされやすいことから注意が必要です。

予防としては、基本的な感染対策と同様です。

「石けんを使った手洗い」「うがい」「咳エチケット」「換気」で細菌が体内に入らないように気を付けましょう。都内では、インフルエンザの流行期に入ったと情報も出ました。どんな感染症にも負けないよう対策していきましょう。



真夜中に 年末年始に 突然の体調不良…そんなときは?

年末年始、医療機関がお休みの日に限って発熱したりケガをしたりする子どもたち。いざという時のために、電話で相談できる連絡先があります。



例

#8000

子ども医療でんわ相談

休日・夜間に受診などの判断を迷ったとき、小児科医師・看護師に相談できます。全国统一の短縮番号です。

#7119

救急安心センター事業

急なケガや病気で救急車を呼ぶかどうかの判断に迷ったとき、専門家からアドバイスを受けられます。

※お住いの地域によっても異なりますので、調べておうちでも貼りだしておくのがおすすめです。

講演会のお知らせ

この度、講師の先生を招き、保護者の方を対象に講演会を実施いたします。心と身体が成長していく子供たちへの理解を深め、支援者としての配慮事項や関わり方のポイントについてお話させていただきます。ぜひ、御参加ください。

1 日時 令和7年1月29日(水) 9時30分から12時00分
(受付開始 9時15分から)

2 会場 本校2階 研修室

3 内容 「障害のある子の性と支援」
講師 東京都心身障害者福祉センター 山本 良典 先生

4 申し込み方法

右のQRコードを読み取り、参加申し込みをお願いします。
※QRコードでの申し込みが難しい方は、連絡帳等で
保健室まで参加申込の旨をお知らせください。



参加申し込み
はこちらから

5 申し込み期限 令和6年12月13日(金)

6 その他

- ・スリッパ、お履物を入れる袋を御持参いただきますようお願いいたします。
- ・体調不良を感じた場合などは、学校まで御連絡をいただき、無理のない御来校をお願いいたします。
- ・校内の動線を確認するため、研修室への移動は緑階段を御利用ください。



12月の保健行事

2日(月)	体重測定	中学部	全員
3日(火)	体重測定	小学部	4・5・6年生
4日(水)	体重測定	小学部	1・2・3年生
10日(火)	健康相談	希望者	(※)
12日(木)	歯科保健指導	中学部	3年生①
19日(木)	歯科保健指導	中学部	3年生②

※本校、学校医(精神科)による健康相談です。

御希望の方は連絡帳等で保健室までお知らせください。

