



令和5年6月1日  
湘南支援学校 保健室

6月といえば梅雨を連想しますが、5月末から暑い日々が続いています。身体が慣れていない6月の暑さは、熱中症になりやすいといわれています。小学部は運動会や遠足、高等部は実習も始まります。熱中症にならないように、こまめな水分補給や体調管理を行い、元気に夏を迎えたいですね。


高等部1年生、2年生は校内実習の兼ね合いで6月の体重測定は5月末に実施しています。

## 6月の保健行事

- 1日 (木) 精神科検診 (小6・中1・中2)
- 2日 (金) 体重測定 (高3)
- 6日 (火) 歯科保健指導  
(小2・中3・小学部保護者)
- 7日 (水) 体重測定 (小)
- 8日 (木) 体重測定 (中)
- 29日 (木) 歯科保健指導 (高3・高3保護者)

### は 歯みがきを楽しく!

6月6日、6月29日は歯科衛生士さんが来校され、歯科保健指導を行います。6日は小学部2年生、中学部3年生、29日は高等部3年生の児童生徒が対象です。また、併せて小学部、高等部3年生の保護者の方を対象に歯科保健講話もそれぞれ行います。「歯磨き粉が使えない場合はどのようにしたらいいですか。」「口をなかなか開けてくれなくて困っています。」等、ありましたら、是非この機会に歯科衛生士さんにご相談してみませんか。ご参加お待ちしております。



**6月6日 歯科保健講話**

日時：6月6日(火) 10:00~10:30  
対象：小学部保護者

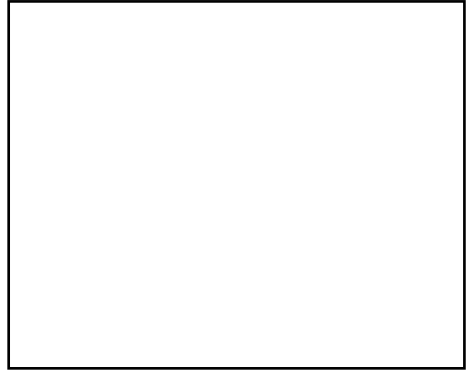
**6月29日 歯科保健講話**

日時：6月29日(木) 11:00~11:30  
対象：高等部3年生保護者

★事前申し込みの無い方でも参加可能です。

## 保健室 はじめました

湘南支援学校の保健室では、毎月「ほけんだより」を通じてご家庭へ保健情報等を発信しています。今後、発信してほしい保健情報、「ほけんだより」を読んだ感想等がありましたら、こちらのQRコードから入力をお願いします。ご意見、ご感想お待ちしております。



※個人情報に関する内容の記載は受け付けておりません。個人情報が含まれる内容についてご意見等ありましたら連絡帳等でお知らせください。

# 健康診断について

4月から始まった定期健康診断も残すところわずかになりました。今回は、学校で行っている検診前の取り組みについて、ご紹介させていただきます。



## ○耳鼻科検診練習セット○

耳鼻科検診では耳鏡や鼻鏡等、多くの器具を使います。多くの子どもたちは、器具で何をされるのか、痛みがあるのか等の不安を抱きます。そのため、事前に自分で器具を触ってみる、担任の先生と一緒に医者さんごっこをしてみることで抵抗感を軽減させていきます。また、医師が身に着けている額帯鏡をオリジナルで作成し、本番に近い状態で練習ができるようにしています。

是非、過敏のあるお子さんにはご家庭で、日常的に鼻や耳を触る練習をしてみてください。日常的に鼻や耳をご家庭で触っていただくことで、感覚に慣れ抵抗感を軽減することができます。

## ○視力検査練習セット○

視力検査では、ランドルト環だけではなく、絵の指標も併せて使用しています。お子さんにどの方法での検査が適しているのか、事前に担任が教室で練習を行いながら確認をしています。また、マッチング練習を積み重ねていくことで、当日の検査もスムーズに行うことができます。



## 痛くなくても歯医者さんへ ～定期検診のススメ～

定期健康診断の歯科検診が終わりました。歯科検診の結果、校内の半数の児童生徒に受診のすすめを配付しました。むし歯のほか「歯肉炎」「歯垢・歯石」が目立っていました。歯みがきは続けているうちにどうしても手を抜いてしまったり、自己流になりがちです。そこで、半年に1回程度、歯科医院で定期検診を受けることをおすすめします。歯と口の異常や病気だけではなく、口腔ケアの方法もチェックしてもらえます。歯は一生の財産です。しっかり食べて生きていくために歯を大切にしていきましょう。

