



令和5年6月30日
大和田小 保健室
養護教諭 鈴木杏南

梅雨が明け、ますます日差しが強くなりました。朝、校庭の気温(WBGT)を測ると、すでに30℃近く、校庭での活動が制限される状況です。熱中症喚起をこまめに行い、安全に過ごせるように見守っていきます。

健康診断は残すところ、5年生対象の脊柱側弯症検診と4年生(希望者)対象の色覚検査のみとなりました。ご協力ありがとうございました。治療勧告等が配布されたご家庭は、なるべく早い受診をお願いいたします。

7月の予定

7月5日(水)	5年生対象 脊柱側弯症検診
7月7日(金)	4年生(希望者)対象 色覚検査
7月11日(火)	第1回学校保健委員会

色覚検査

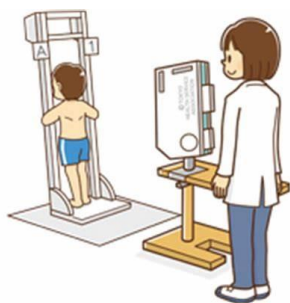
男子の約5%(20人に1人)、女子の約0.2%(500人に1人)に生まれつき色覚に特性(見分けにくい色がある)があります。色覚の特性は、本人には自覚のない場合が多く、保護者も気付いていない場合が少なくありません。

色覚に特性のある児童に配慮した指導ができるよう、毎年4年生に手紙を配布し、希望者を対象に色覚の検査を行っています。

4年生以外でも検査は可能ですので、希望する方は、担任を通してご連絡ください。



脊柱側弯症検診



脊柱(背骨)は、横から見ると前後に自然なS字カーブをえがいていて、正面から見るとまっすぐなのが正常です。それが、何らかの原因により、正面から見た時に横に曲がってしまうことを側弯症といいます。

体の中心である脊柱が曲がってしまうと、肋骨など骨格全体がゆがみ、腰や背中など体のいろいろな部分に不調が出ます。また、内臓にも悪い影響を与えます。そこで、三次元モアレ撮影で脊柱の状態を検査します。

第一回学校保健委員会

- 日時 令和5年7月11日(火) 16:10~16:50まで (受付:16:00から)
- 場所 視聴覚室 (※参加人数により変更の可能性あります)
- 内容 (1) 健康診断結果報告
(2) 体力テスト結果報告
(3) 多様な性についての学習方法の検討

参加申し込みありがとうございます！

昨年度の学校保健委員会では、「多様な性について学びを深めよう(教職員対象)」をテーマに協議を行いました。今年度は、子供たちが、多様な性について学ぶために効果的な学習方法について、学年ごとに検討していきたいと思ひます。



熱中症の危険が高いと予想される日の前日の夕方、または当日の早朝に、都道府県ごとに「熱中症警戒アラート」が発表されます。環境省のLINEアカウントを登録しておく、この情報を受け取ることができます。



気温 ※参考	WBGT (暑さ指数)	熱中症予防運動指針	
35℃以上	31℃以上	運動は原則中止	特別の場合以外は運動を中止する。 特に子どもの場合には中止すべき。
31～35℃	28～31℃	厳重警戒 (激しい運動は中止)	熱中症の危険性が高いので、激しい運動や持久走など、体温が上昇しやすい運動は避ける。 10～20分おきに休憩をとり水分・塩分の補給を行う。 暑さに弱い人※は運動を軽減または中止。
28～31℃	25～28℃	警戒 (積極的に休息)	熱中症の危険が増すので、積極的に休憩をとり適宜、水分・塩分を補給する。 激しい運動では、30分おきくらいに休憩をとる。
24～28℃	21～25℃	注意 (積極的に水分補給)	熱中症による死亡事故が発生する可能性がある。 熱中症の兆候に注意するとともに、運動の合間に積極的に水分・塩分を補給する。
24℃未満	21℃未満	ほぼ安全 (適宜水分補給)	通常は熱中症の危険は小さいが、適宜水分・塩分の補給は必要である。 市民マラソンなどではこの条件でも熱中症が発生するので注意。

熱中症 重症度と対応

軽症	中等症	重症
めまい、立ちくらみ、生あくび、筋肉痛、こむら返り ※意識ははっきりしている	頭痛、吐き気・嘔吐、体のだるさ、判断力の低下	意識がない、受け答えがおかしい、けいれん発作
水分・塩分をとらせ、様子を見守る	自力で水が飲めないときは119番	ただちに119番



夏に多い子どもの感染症

7月は子どもの感染症が急激に増えます。
手洗い・うがい・十分な睡眠で予防を心掛けましょう。



ヘルパンギーナ
38～40度の発熱、のどの痛み、食欲不振、口の中の水泡など

手足口病
口の中、手のひら、指、足の裏の水泡など

咽頭結膜熱（プール熱）
38～39度の発熱、頭痛、のどの痛み、目の充血など



こんな症状が見られたら、まずは病院を受診してください。
家庭ではこまめな水分補給をお願いします。

【改めてご連絡】
感染症にかかった際の登校届は不要になりました。
出席停止期間は、医師の指示に従ってください。