保健だより　9月号

茨城県立大子特別支援学校
保健室　2015.9.1

長い夏休みも終わり，２学期が始まります。
朝方はとても涼しくなり，秋の風を感じます。
台風到来などで気圧の変化も多く，行事も多い２学期です。夏休みのリズムから学校生活のリズムへ少しずつ体を慣らしていきましょう。

９月の行事予定

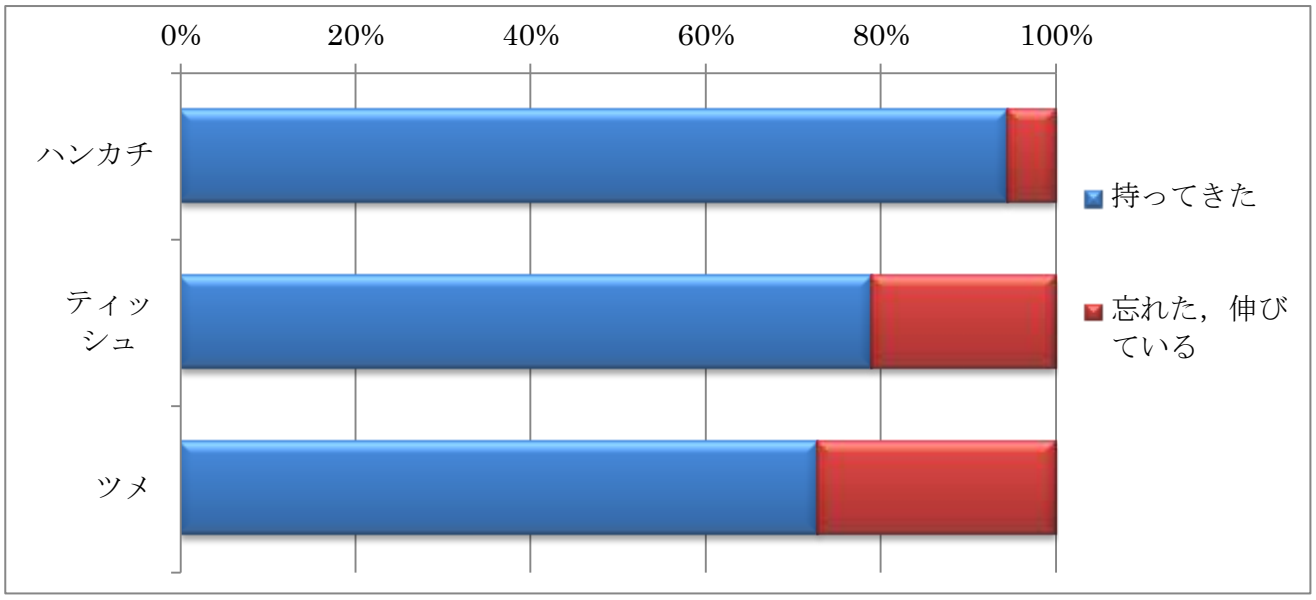
２日（水）身体測定（中・す）
３日（木）身体測定（小高）
４日（金）身体測定（小低）
７日（月）修学旅行事前検診（中３）

９月の保健目標

○規則正しい生活をしよう。

☆　ピカピカチェックから見えること

小学部は毎月２回，中学部は毎月１回，衛生検査を実施しています。
小学部は「ピカピカチェック」と称して，「ハンカチ」，「ティッシュ」，「ツメ」のチェックを担任が行います。下記の図は４月～７月までの計８回検査をした結果です。



ハンカチは忘れずに持ってきていることが分かります。ティッシュは，体操服のポケットが小さく，入らないのかもしれません。ですが，普段着ている服のポケットや，カバンの中に必ずいれておくようにしましょう。
また，手のツメは伸びるのが早く，こまめに切ることが大切です。なかなか切らせてくれないというお話も伺います。
手のマッサージだけする，大人が手を添える，爪切りの正しい持ち方を教える，切る順番を教える（中央→両端→残った角），マーカーで切る部分に色をつける等の方法があります。ツメが伸びていると，思わぬところに引っかけて，ケガをすることもあります。

☆　お薬の説明書の提出について（お願い）

①夏休み中に通院し，お薬の量，内容，服薬時間の変更等があった際には新しいお薬の説明書のコピーの提出をお願いします。
②しばらくお薬の変更がない場合についても，毎学期始めには，一番新しいお薬の説明書のコピーの提出をお願いします。