

ほけんだより



令和6年11月1日
東京都立永福学園
校長 緒方 直彦
主任養護教諭 富田 貴恵

10月は、最高気温が30℃の翌日が20℃というように、1日で10℃以上の差がある日もありました。登校時の児童・生徒の皆さんを見てみると、ひざ掛けや上着などを上手に利用されていました。今後も寒暖の差が大きい日があるようですので、引き続き対策をお願いします。

《11月の保健行事》

日程	内容	対象者
11月 1日(金)	体重測定	高等部
11月 5日(火)	体重測定	中学部
11月 7日(木)	親子歯科保健指導	小学部4年生
11月12日(火)	体重測定	小学部4～6年生
11月13日(水)	体重測定	小学部1～3年生
11月28日(木)	親子歯科保健指導	中学部1年生



- ☆小児神経診察 11日(月)：対象の方には既にお知らせを配布しています。
相談を希望される方は、翌月に設定させていただきますので、担任を通じて保健室にお申し出ください。
- ☆摂食指導 5日(火)
12日(火) } 個別にお知らせしています。
- ☆整形診察 8日(金)
14日(木)・・・年間行事予定から日程が変更になっています。
- ☆精神保健相談：＜海野医師＞ 11月20日(水)
※希望される方は、**11月13日(水)までに**担任を通じて、保健室にお申し出ください。
- ☆ユースヘルスケア(産婦人科)相談：＜塚田医師＞ 11月11日(月)
※希望される方は、**11月6日(水)までに**担任を通じて、保健室にお申し出ください。

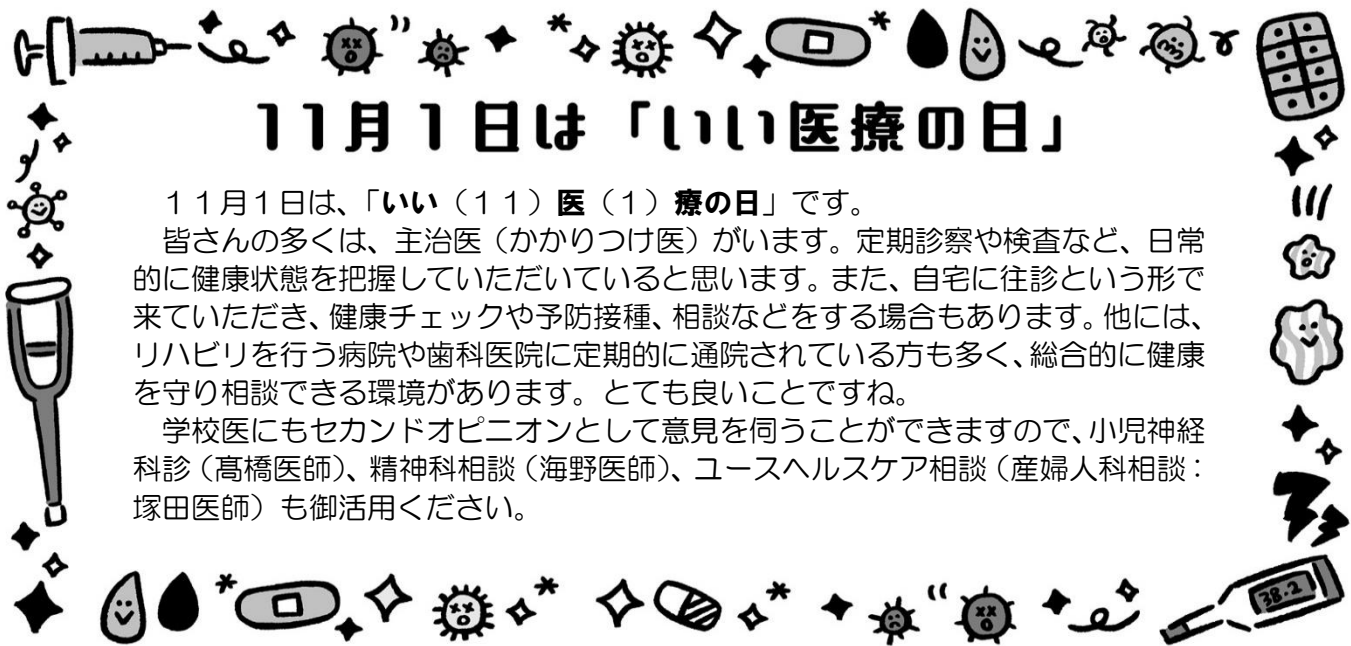
昨年同様
お知らせします

『学校感染症情報のお知らせ』について

11月より、学校感染症情報についてホームページに掲載します。学校感染症の流行状況を確認できますので、お子様の健康管理等にお役立てください。

- 掲載場所：本校ホームページ
- 掲載日：毎週月曜日の夕方
- 掲載内容：前週の火曜日から当該週の月曜日までの学校感染症罹患者数(学部別)

学校感染症の流行状況によって、学級閉鎖等を検討したり、より丁寧に学校全体の児童・生徒の健康観察をいたしますので、**学校感染症に罹患された場合は、必ず学校にお知らせください。**よろしくお願いいたします。



11月1日は「いい医療の日」

11月1日は、「いい（11）医（1）療の日」です。

皆さんの多くは、主治医（かかりつけ医）がいます。定期診察や検査など、日常的に健康状態を把握していただいていると思います。また、自宅に往診という形で来ていただき、健康チェックや予防接種、相談などをする場合もあります。他には、リハビリを行う病院や歯科医院に定期的に通院されている方も多く、総合的に健康を守り相談できる環境があります。とても良いことですね。

学校医にもセカンドオピニオンとして意見を伺うことができますので、小児神経科診（高橋医師）、精神科相談（海野医師）、ユースヘルスケア相談（産婦人科相談：塚田医師）も御活用ください。

◆◆ そして、11月8日は「いい歯の日」です ◆◆

いい歯のために、毎日の積み重ねが大事！！

親子歯科保健指導でいただいた助言は12月号で皆さんにもお伝えします



食べたらみがく



1本1本意識して



かむと唾液が出てむし歯予防



歯と歯の間は、歯間ブラシを上手に活用

空気の乾燥に、御注意

冬になると空気が乾燥します。すると、鼻やのどの粘膜を保護するバリア機能が低下し、インフルエンザなどの感染症にかかりやすくなると言われています。

空気が乾燥すると唇や肌の潤いがなくなり、皮膚のかゆみも出てくるため保湿剤など使用すると良いですね。学校で保湿剤の塗布などを希望される場合は、年度初めにお配りした、オレンジ色の「学校での与薬申請書(臨時薬)」に記載し、連絡帳にその旨、御記入ください。*医師に処方されたものに限ります。

忘れがちなのは、「水分補給」です。暑くないから大丈夫！ではありません。呼吸等により体内の水分が蒸発するので注意が必要です。成人では呼吸による1日あたりの喪失水分は300ml、皮膚からは600mlとされています。秋・冬もしっかり水分補給を！

