

ほけんだより



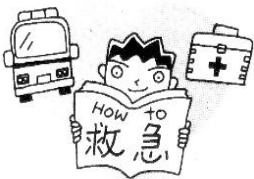
静岡聴覚特別支援学校
保健室 文責・栗田
令和7年8月29日







この夏は、「熱中症警戒アラート」が毎日のように出て、気温が40度を超える日もあり、体調管理が難しい夏休みでしたが、元気に過ごすことができましたでしょうか。

もし、夏の疲れが出たり、生活リズムが崩れてしまったりしたら、朝食を含めて、朝起きてから家を出るまで余裕のある生活をして「学校モード」にリセットしましょう。

けがをしたとき、あわてないで!! ~応急手当の基本~



9月は「防災の日」(1日)、「救急の日」(9日)、「秋の全国交通安全運動」(21日~30日)など、命や安全に関係のある記念日の多い月です。けがをしたとき、子どもたちはその対応を自分でできるでしょうか。簡単な応急手当の方法を知っていると、落ち着いて対応できます。

<h3>すいむいた</h3>  <p>傷口の汚れ(血液や土など)を水道水でよく洗い流せば、消毒はしなくても大丈夫です。傷口を乾かさないようにする絆創膏(湿潤療法)をすると、傷口をきれいに治すことができます。学校ではワセリンを塗って乾かさないようにしています。</p>	<h3>鼻血が出た</h3>  <p>血がのどの方に流れてこないように顔を下に向け、小鼻をつまんで5分ほどぎゅっと押さえます。血がのどに流れるので、上は向きません。鼻血が止まりにくいときは、額から鼻にかけて冷たいタオルで冷やすと良いです。</p>
<h3>突き指をした</h3>  <p>突いた指を水道水や氷水でよく冷やします。 テープなどで隣の指と一緒に巻いて、動かないように固定します。 指を引っ張ると、痛みや腫れがひどくなり悪化させるので、してはいけません。</p>	<h3>ハチ・虫にさされた</h3>  <p>毒針が残っていたら毛抜きで抜き、毛虫などの細かい有毒毛はセロハンテープでやさしく取り除きます。 石けんで洗い、水道水でよく洗い流し、濡れたタオルなどで冷やします。冷やすことで症状が和らぎます。</p>

定期通院や受診の結果をお知らせください



夏休みに定期通院や病気等で通院をした場合は、「受診結果連絡票」へ記入して、緑のクリアファイルに入れて提出してください。用紙が不足する場合は、学校ホームページからもダウンロードできます。新たに学校での内服が必要になった場合は、「与薬依頼書・見届け依頼書」への記入もお願いします。

「自分のことを深く知ることができる子」を目指して！

① 7～9月のテーマ『はじめましてのコミュニケーション方法』

心身の成長を促し、困ったとき自分自身で対応する（セルフマネジメント）力を育てることを目指して、取り組んでいます。

7月には、教員に、自分が普段やっている「はじめましてのコミュニケーション方法」を紹介しました。夏休みには、御家庭でいろいろな機会に「はじめましてのコミュニケーション」を経験する機会があったのではないかと思います。

9月は、いろいろな意見や経験を踏まえて、子どもたち自身が「はじめましてのコミュニケーション」について考えてみます。自分から勇気を出して行動してみるのか、他の人から声を掛けてもらったかどうか、いろいろな方法を知って、行動できるようになって欲しいと思います。



② 小学部高学年、中学部『ことばのプレゼント』の授業

白鳥司スクールカウンセラーにアドバイスを受けながら、「友達が知っていて自分が気付いていない自分を知る」ことで、自分のことをより深く知ることができるワークを行います。小学部高学年は1回目を1学期に行い、中学部は2学期に行います。

このワークは「ストレングスカード」という40種類のカードを使って行います。カードには「新しいことが好きである」「勇敢である」「人と協力ができる」「だれとでも仲良くなれる」「自分の考えを人に話せる」「待つことができる」などのいろいろな内容がありそれらの内容が、その人に当てはまると思えば、友達は印を付けていきます。その内容で自分では気付いていなかったけれど、友達から「ことばのプレゼント」として自分の持っている強さ（良さ）を気付かせてもらうことで、力付けられ、自信を持っていきます。

小学部高学年では、この「ことばのプレゼント」をもらったあと、自分に自信を持って行動できるようになった児童もいます。

教員も夏休みにこのワークをやってみました。一人一人が違った強さ（良さ）の組み合わせを持ち、その強さ（良さ）をそれぞれの方法で発揮していることが分かり、違いを尊重することにも繋がります。



9月5日に歯みがき指導を行います！

今年度も、3人の歯科衛生士（山田学校歯科医の歯科医院所属）に歯みがき指導をお願いしています。

幼稚部は、保護者学習会と親子歯みがき教室を行います。小学部1年生は、初めて生えてくる永久歯や生え変わった永久歯の話とみがき方について指導を受けます。

今回は歯みがき指導が無い学年も、今までの指導を思い出して、丁寧に歯みがきをしましょう。

