

ほけんだより 6月

令和4年6月1日

石川県立小松特別支援学校 No.3

6月の保健目標 **歯を大切にしよう**

すごいぞ!だ液(つば)のちから



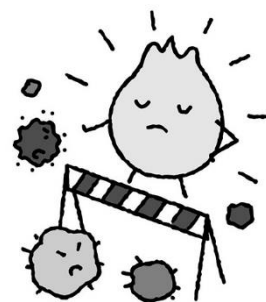
食べたものの消化を助ける



歯についた食べかすを洗い流す



歯をとげにくくする



口の粘膜をばい菌から守る

だ液はよく噛むとたくさんでます。しっかり噛んで食べましょう。

そろそろ熱中症よぼうをはじめましょう

熱中症は、真夏だけではなく6月の雨が多い時期にもなります。

りゆう①じめじめしているとあせがかわきにくく、体にねつがこもりやすいから

りゆう②体があつさになれていないから

↓のやくそくに注意して、熱中症をよぼうしよう!



● **じゅんぴ運動をていねいにする**

● **軽くて短い時間の運動からはじめて、少しずつはげしい運動・長い時間の運動にする**

● **すずしい服(半そで・半ズボン)をきる**

● **こまめに水分をとる**



運動するとき・あつさがはげしいときは

マスクをはずしましょう



●6月の健康診断

検診項目	日時	対象	備考
歯科検診	10日(金)午前9:30より	小学部	朝食後の歯みがきをお願いします。
内科検診	22日(水)午後1:30より	小学部	
色覚検査	随時	希望者	健康調査票にて希望のあった児童生徒のみ。

●歯科治療用絵カードあります

身近な歯科医院で歯科検診や予防処置、必要な時に治療が受けられることを目的に東京都福祉保健局が作成した「絵カード」を参考に、本校でも「歯科治療説明絵カード」を2セット準備しました。歯医者での治療について説明するときは、言葉で説明するだけでなく、視覚支援を使うことが有効であると言われていす。利用を希望される方は、担任にお知らせください。



●マスク着用について

5月下旬に文部科学省よりマスク着用に関する考え方が明文化されました。学校では、これまで感染症対策としてマスク着用の推奨（呼気の激しい運動時以外）・指導をしておりましたが、以下の表の留意点を踏まえ、改めて感染症対策に励んでまいりますのでご理解とご協力をお願いします。



	身体的距離（2 m）が確保できる		身体的距離が確保できない	
	屋内	屋外	屋内	屋外
会話を行う	着用推奨	着用の必要はない	着用推奨	着用推奨
会話をほとんど行わない	着用の必要はない	着用の必要はない	着用推奨	着用の必要はない

参考：R4.5.24 文部科学省初等中等教育局健康教育・食育課「学校生活における児童生徒等のマスク着用について」

※体育等の呼気が激しくなるような活動時や、熱中症の危険が高い日は、マスクを外して活動します。