

# ほけんだより6月



令和元年6月24日  
白兔養護学校保健室

梅雨入りも間近となっています。肌寒い日があったり、蒸し暑い日があったりで体調を崩しやすくなっています。

また、県内または東部地区では、手足口病や溶連菌感染症などの感染症も流行しています。日頃から、うがい・手洗いを習慣づけるとともに、適度な運動や睡眠をとり、体調を整えるなど家庭での御協力よろしくお願ひします。

**健康観察について** 感染症の拡大防止対策の一つとして、朝の健康観察を行っています。毎朝健康観察を行うことで、病気の早期発見早期治療へ結びつけていきたいと考えています。引き続き、朝の検温と体温カードの記入をお願いします。

また、お子さんの御家庭での様子や気になること、御家族の感染症についての情報などもお知らせください。御協力よろしくお願ひします。

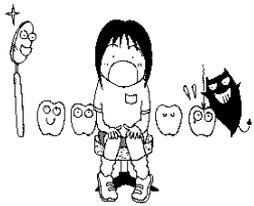


## 6月の保健目標 歯と口の健康を守ろう！



**歯肉は健康ですか？ チェックしてみましょう。**

- 歯肉の色は・・・薄いピンクならよい
- 歯肉の弾力は・・・指で押してみても、かたく引き締まっていたらよい
- 歯肉の形は・・・歯と歯の間にきれいな三角の形ができていたらよい
- 出血は・・・歯みがきをしている時に血が出なければよい



### しっかりかむって大切！

- ★だ液がたくさん出て、消化を助ける・・・だ液には抗菌・殺菌作用がある
- ★食べ物をしっかり味わえる
- ★時間をかけて食べるので、肥満予防になる
- ★あごがしっかり発達する・・・歯並びもよくなる、よくかんで飲み込む習慣をつける



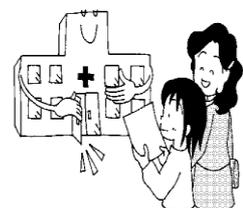
### 学校の健診結果より

「歯・口の健康診断結果のお知らせ」をお渡ししています。治療が必要な場合、早めに予約し受診されますようよろしくお願ひします。

### むし歯の治療などでお困りではありませんか？

本校の学校歯科医は米澤歯科医院（鳥取市大榎町 0857-23-5099）の米澤先生にお世話になっています。

鳥取県口腔総合保健センター（鳥取市吉方温泉町3丁目 0857-23-2621）では障がい児（者）診療相談日（木曜日午後）が設けられています。一度御相談してみてください。



## 性と生の教育の参観日・保護者研修会

先日の日曜参観では、公開学習、保護者研修会等への参加、ありがとうございました。学校生活においてあらゆる場面や学習の中で「性と生の教育」に取り組んでいる授業を参観していただきましたが、いかがだったでしょうか。

また、保護者研修会では、米子にあるミオ・ファティリティ・クリニックの看護師葉山美紀子さんに『子どもと話そういのちのはなし』の演題で話をいただきました。小・中・高等部の保護者約60名の参加があり、たくさんの事例から対応の仕方などを教えていただきました。保護者の感想としては、「とても参考になった」「まだ小さいので考えていなかった」「家庭内ではなかなか話せない、難しい」「子どもと確かめ合いながらしていこうと思った」「性というテーマだったので重い話かなと思っていたけど、さらっと大事なことをしっかり伝わるように話をしてくださった」「子どもとしっかり向き合うことに勇気付けられた」などがありました。

「お子さんの性について」一番理解しているのは家族。だから、信頼できる家族が正しいことを伝えてあげて欲しい。自分の人生を壊してしまわないように、自分を守る、他人を傷つけないようにするために日ごろから話をして欲しい。」とおっしゃっていました。

講演の終わりに、葉山先生からもし相談したいことなどがあれば、相談にきてくださいと、メールアドレスを教えてくださいました。身体のことなどで困った時など御利用ください。

☆葉山美紀子さんのアドレス [egg21@sanmedia.or.jp](mailto:egg21@sanmedia.or.jp)

今後も、各学部・学年に適した内容の学習として、助産師さんや看護師さんに専門的な立場からお話をさせていただく計画も立てています。

御家族で関わるよい機会としてくださいますようお願いいたします。



### 保護者の方へ

#### ◎体操服や制服の寄付のお礼

保護者の方からたくさんいただきました。大切に使用させていただきます。ありがとうございました。

#### ◎使用済みのタオルやバスタオル寄付のお願い

校舎の消毒や掃除に使用しますので、家庭で使用済みになった古いタオル・バスタオル等がありましたら、保健室によりしくお願いします。