

ほけんだより



にしゅうらしえんがっこう ほけんしつ
西浦支援学校 保健室
れいわねんがつ
令和7年3月

3月になり、寒さも少しずつ和らいできました。

学校では、3月はしめくりの月です。この一年、健康に過ごすことができましたか？

まだまだ、寒い日もあります。気温の変化にあわせた服装で、元気にすごしましょう。



こんげつ ほけんもくひょう みみ たいせつ
今月の保健目標 「耳を大切にしよう」

きをつけてほしいこと



① 耳元で大きな声をださない



② 鼻をかむときは片方ずつゆっくり



③ 耳そうじは入口を

軽くふきとるくらいに

ざいこうせい ほごしや
在校生の保護者のみなさまへ

ほけんしつ し
保健室からのお知らせ

4月から新年度が始まります。年度が変わるので、学校からたくさんの書類が配られます。保健室からは、次の書類を配ります。4月になりましたら、新しいクラス担任に提出してください。

【 保健調査票(全員)・心臓疾患調査管理票(全員)・結核検診問診票(小中学部のみ) 】

学校で薬を預かっている方には、別の封筒で「指示書」「依頼同意書」「薬」をお返します。4月に改めて、新しい薬と書類を入れて提出してください。

せんげつ がっこうほけんいんかい きじ つづ がっこうい せんせいがた かいどう けいさい
先月の学校保健委員会の記事の続きです。学校医の先生方からの回答を掲載します。

ないかい えとうせんせい しつもん
内科医 江藤先生への質問

きょうぶ ふくぶ だぼく やきゅう
胸部、腹部などの打撲（野球のボールがあたる、サッカーで相手の足が強く当たるなど）
で緊急性の高い症状について教えてください。

⇒胸部であれば、肋骨の骨折が考えられます。重症であれば、肺の損傷が疑われます。痛みが続く、息がしづらい、チアノーゼがある等があれば、救急搬送してください。

⇒腹部であれば、内臓の損傷が疑われます。うずくまって起きられない、吐く等改善が見られないときは、救急搬送してください。



やくざいし ごとうせんせい しつもん
薬剤師 後藤先生への質問

れい おん つか かた おし
冷シップと温シップの使い方について、教えてください。

⇒冷シップは、急な炎症のときに使用してください。

温シップは、慢性的な痛みのあるときに使用してください。かぶれることもあるので、注意が必要です。

⇒アトピー性皮膚炎等で肌が弱く、貼ると肌が荒れる既往歴がある人は、貼らないでください。

炎症を抑えるのは湿布薬以外にも塗り薬や、飲み薬もありますし、やはり冷やすのが一番です。

ちなみに湿布薬で一番肌荒れをしやすい成分は「ケトプロフェン」です。

市販薬にも含まれていますので成分を確認して購入してください。



せいしんかい いけながせんせい しつもん
精神科医 池永先生への質問

しえんがっこう こ こえ くふう おし
支援学校の子どもたちへの声かけの工夫について教えてください。

⇒危険を予測することが難しい子どもたちや同じところで何度もけがを

繰り返す子どもたちへは、直前に具体的な指示で危険を知らせてください。

