

ほけんごより

夏休み号

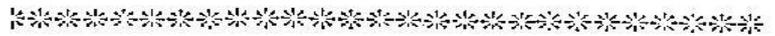
令和6年7月19日
小松島支援学校
担当：

(おうちの人と読んでね。)



楽しい夏休みにしよう!!

まだまだ暑い日が続きます。元氣に夏を乗り切って、夏休み明けに元氣な姿で会えるのを楽しみにしています。



子供が熱中症になりやすい

理由

体温をうまく調節できない

汗をかく機能が未発達なため、汗をかいて体温を下げるのに時間がかかり、体に熱がこもりやすくなります。



地面との距離が近い

身長が低いため、地面からの照り返しの影響を強く受けます。大人の体感温度なら約32℃でも、子どもは35℃程度となります。

自分で予防できない

ひとりで水分補給ができません。かたたり、体に異変を感じてもうまく伝えられなかったりします。



お子さんの熱中症を防ぐために、十分な対策を取ってください。

水筒でこまめに水分補給をさせる

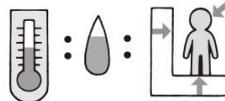
帽子をかぶらせる 風通しの良い服を着せる など

WBGTってなに？



熱中症の危険度を示す数値を、暑さ指数 (WBGT) と言います。

WBGTは、気温や湿度、輻射熱 (日差しや建物、地面などから受ける熱) などで決まります。天気予報でも伝えているので、表を参考に熱中症に気をつけましょう。



学校では環境省が発表している暑さ指数の予測値や実際の測定値を基に熱中症予防を行っています。暑さ指数は環境省 LINE 公式アカウントやホームページでも確認できますので参考にしてみてください。

暑さ指数 (WBGT)	活動の目安	注意事項
(31以上) 危険	すべての活動で熱中症が	外出はなるべく避け、涼しい室内で生活する
(28以上31未満) 厳重警戒	がおこる危険性	外出時は炎天下を避け、室内では室温の上昇に注意
(25以上28未満) 警戒	掃除などの活動でもおこる危険性	運動や激しい作業をする際は定期的に充分な休息を取る
(25未満) 注意	激しい運動などでおこる危険性	危険性は少ないが激しい運動や重労働時には熱中症の可能性も

※日本生気象学会「日常生活における熱中症予防指針 Ver.4-1 (2022) 参照」

健康の記録等を配布します

★ 配布物について

健康診断が終わりました。本日、下欄の配布物・提出物一覧に示したものを配布します。よく御覧いただき、お子様の健康管理にお役立てください。

また、健康診断で気になる病気が見つかったり、むし歯があつたりした場合は、早めに病院で受診することをお勧めします。治療が終了しましたら、結果を御家庭で記入の上、受診報告書を学校に御提出願います。なお、定期的に受診するなど経過観察中のものは、受診時の結果を記入し受診報告書を御提出願います。受診報告書は保護者の方が記入して構いません。

● 配布物・提出物一覧

学部	学年	配布物	夏休み明け提出物	備考
小	1～5年	健康の記録・成長曲線	健康の記録・成長曲線	※提出する「健康の記録」には押印をお願いします。 ※「成長曲線」は押印の必要はありません。
	6年	健康の記録・成長曲線	成長曲線	
中	1・2年	健康の記録・成長曲線	健康の記録・成長曲線	
	3年	健康の記録・成長曲線	なし	
高	1・2年	健康の記録	健康の記録	
	3年	健康の記録	なし	

提出日 8月26日（月）（上表の該当学年のみ）

★ 「健康の記録」「成長曲線」について

● 「健康の記録」

視力検査や聴力検査等の校内で教員によって行われる項目や校医の先生に来ていただいて検診する項目の全ての結果が記入されています。家庭での観察を要するものや受診を勧めるものについては、すでに個別にプリントを配布しています。

● 「成長曲線」

小・中学部の児童生徒には小学1年生から今年度までの身長・体重を記録した成長曲線と肥満度を記入したものを配布しました。男子は水色、女子はピンク色の用紙になっています。曲線からずれているからといって必ずしも病的なものとは限りません。

★ 四肢の状態の検診結果について

四肢の状態は運動機能問診票で当てはまる項目があった児童生徒については、内科検診でみていただきました。学校生活や日常の活動に支障があるような状態がみられるかどうかを検討しました。その結果、整形外科受診が必要とされたお子様にはすでに受診を勧めるプリントを配布しております。