

てのひら



ほけんだより

令和6年4月10日

東京都立北特別支援学校長

小池 巳世

入学・進級おめでとうございます。

新しい一年のスタートです。環境が変わると疲れも出やすくなりますが、栄養と休養を十分にとり、個々のペースで生活リズムを整えていきましょう。

児童・生徒の皆さんが楽しく元気な学校生活を送れるよう、保健室スタッフ一同お手伝いさせていただきます。一年間、どうぞよろしくお願いいたします。

にゅうがく しんきゅう
入学・進級
おめでとうございます

☆☆☆ 保健室からのお知らせ ☆☆☆

4月から定期健康診断が始まります。

別紙「令和6年度 定期健康診断カレンダー」で日程を御確認ください。健康診断関係の配布物や提出物が多くなりますが、御協力お願いいたします。

【提出物について】

○健康診断前保健調査、心臓検診調査票、結核検診問診票（小中のみ）

既にお渡ししています。まだ提出されていない方は速やかに提出をお願いいたします。

○尿検査・・・全員

尿検査容器は
4月15日頃に配布

4月18日（木）、19日（金）
5月に2回、6月に1回あります

【在校中の服薬の介助について】

- ・「服薬の準備について（お願い）」というプリントを配布いたします。よくお読みください。
- ・昼に臨時薬（毎日のお薬以外の抗アレルギー薬等）を服用される場合は、毎日必ず連絡帳への記入をお願いします。記入されていない場合は、保護者に電話等で確認できるまでは服薬できませんので御了承ください。

【衛生用品（生理用品）について】

- ・児童・生徒用に衛生用品（生理用品）を準備しています。トイレ等に用意していますので、学校で生理用品の使用を希望するお子さんは、担任又は養護教諭にお知らせください。

☆☆ 保健室スタッフの紹介 ☆☆

常勤看護師

岡 千寿(今年度より) 鏡 知華子

主任非常勤看護師

林下里見 藤井陽子

総合非常勤看護師

田中幸子 外山和子

非常勤看護師

岡本幸子 柿木理恵 加藤多美子 北原美紀 小林佳寿子 齊藤了子 佐藤志麻
村主絵理子 鈴木美穂 関口千穂 瀬戸口久美子 田村栄子 中島 舞 根岸真弓
森本久美子 北川千草 堀りつ子 本島安純 高柳真理

養護教諭

佐藤千晶 星野由佳

よろしくお願いします



校医の紹介

- 内科 : 今井祐之先生 (北療育医療センター)
- 歯科 : 田中俊一先生 (たなか歯科医院)
- 耳鼻科 : 武市充生先生 (北赤羽ファミリー耳鼻咽喉科)
- 眼科 : 大鹿京子先生
- 整形外科 : 岡田真明先生 (赤羽病院)
小崎慶介先生 (心身障害児総合医療療育センター) : **今年度より**
- 神経科 : 藤田之彦先生 (あしかがの森 足利病院)
- 薬剤師 : 山口能子先生



4月の保健目標

自分のからだを知ろう!!

健康診断は、毎年成長する体の様子を知るため、また、学校で元気に勉強や運動できる状態かを調べるために行います。

体の不調につながる病気があれば早く見つけることも大切な目的です。自分の体をよく知ることは、自分の体を大切にすることにつながります。

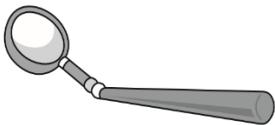
自分の体を知り、健康を整えリズム良く学校生活を送れるようにしていきましょう。



健康診断の器具

これらの器具はすべて健康診断で使われるものです。いつ、どんな風に、何を調べるために使われるのでしょうか。

歯鏡



+ 歯科検診 +

▶ 歯の裏・奥歯まで入念に見るための器具



歯や歯肉の状態、歯並びなどを確認する際、見えにくい部分を見るために歯鏡が使われます。歯ブラシの届きにくい部分も、タフトブラシや歯間ブラシなどを使って入念に磨いておきましょう。

🔍 こんなことを調べます ▶ むし歯、歯周病、歯並び・顎関節の異常 など

身長計・体重計



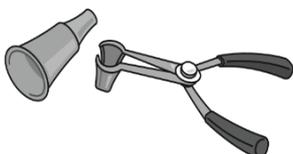
+ 身体測定 +



立位での身長測定が難しい場合は、寝て測る身長計を使用します。また、側わんや関節の拘縮がある場合は、メジャーを使用して部位ごとに測定し、身長を算出しています。

体重測定は、車いすに乗ったまま測定できる体重計を使用しています。

耳鏡・鼻鏡



+ 耳鼻科検診 +

▶ 耳の毛を避けたり鼻の穴を広げたりする器具



耳や鼻の穴は狭いので、よく見えるようにするために使います。痛みはありません。耳鏡を使っても、耳垢が溜まりすぎていると奥まで見えないため、前日は耳掃除を忘れずに。耳鼻科検診ではのどの様子も確認します。

🔍 こんなことを調べます ▶ 中耳炎、アレルギー性鼻炎、副鼻腔炎、扁桃肥大