

ほけんだより

令和7年1月
高岡市立こまどり支援学校
富山県立高志支援学校
高等部こまどり分教室

新しい1年がスタートしました。新たな希望や目標を抱いて、皆さん張り切っていることでしょう。1、2月は寒く乾燥した日が続きます。体調を崩しやすい季節ですが元気に乗り切りたいものです。今年も健康に、安全に、そして笑顔で一日一日を過ごしましょう。

インフルエンザやその他の感染症にご注意を

2学期末、富山県内でもインフルエンザが流行し、集団感染で閉鎖措置がとられた学校が何校もありました。冬休みが明けて学校が始まると再び感染者が増加することが予想されます。保護者の皆様には以下の4点についてご理解、ご協力いただきますようお願いいたします。

お願い①：登校前の健康観察を丁寧にしてください。

- ・毎朝、登校前に家でお子さんの健康観察と体温測定をしてください。
- ・発熱の有無に関わらず、学習できる体調でないときは、無理せず家庭で様子を見てください。
- ・解熱後1日は十分に休養をとり、熱が上がらないことを確認してください。



お願い②：受診結果をお知らせください。

- ・インフルエンザや感染性胃腸炎等、感染症と診断された場合、早めに学校へお知らせください。
- ・インフルエンザの場合は再登校の際、保護者記載の『治癒報告書』が必要になります。流行性耳下腺炎、水痘等の感染症は、医師に『出席停止の連絡票』の記載を依頼してください。

お願い③：家族の方の健康状態もお知らせください。

- ・インフルエンザや感染性胃腸炎は家庭内感染するケースがよくみられます。そのため、家族のどなたかが感染症にかかった場合、または疑わしい場合も学校へお知らせください。
- ・ご家族が感染症にかかった場合、児童生徒にもマスクを着用してもらうことがあります。マスクは各自用意し、かばんに予備を入れておいてください。

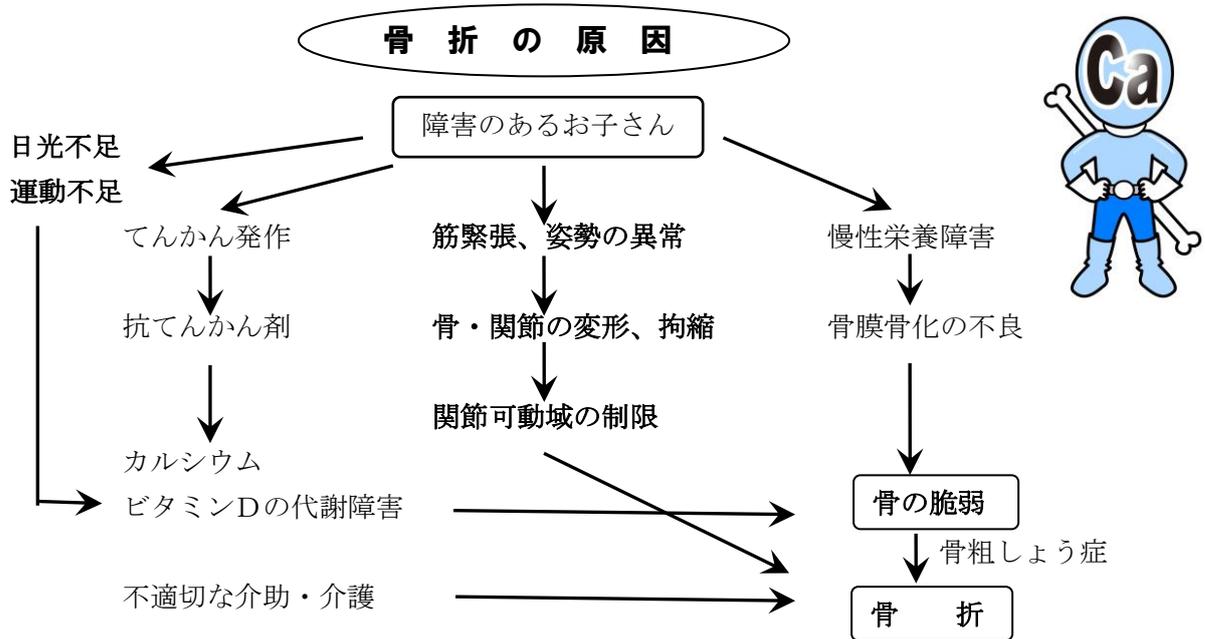
お願い④：スクールバス、ワゴン車の利用について。

- ・スクールバス（ワゴン車）内は狭く、密閉されているため、感染症が一気に拡がりやすい環境です。そのため、体調のすぐれない人は利用を控えてください。
- ・発熱や下痢、嘔吐等の患後の登校初日は、保護者の方が送っていただくようお願いいたします。休養中の家庭での様子や医師の指示等を直接担任へ伝えてください。体調に問題がなければ、下校便は利用できます。
- ・家族の方が感染症にかかった場合、学校や職場を休んでいる間（出席停止期間中）は利用を控え、保護者の方で送迎をお願いします。

骨折の予防

障害のあるお子さんは骨がもろく、関節の拘縮・変形もあるため、強い外力がかからなくても容易に骨折する可能性があります。原因は以下のように様々なものが重複しています。

骨量＝骨密度（骨の強さを表す指標）は、15～20歳頃（思春期）までに完成します。その後は加齢とともに徐々に低下します。思春期における最大骨量が少ないと骨粗しょう症や骨折をおこしやすくなるので、カルシウム摂取を含めたバランスのよい食事と体を動かす活動、日光浴を欠かさないこと等、今の時期に骨量を少しでも増やし蓄えておくことが必要です。



日頃から、関節の可動域を保つために、無理のない範囲で他動的に手足を動かすことが必要です。関節拘縮がある場合は、できるだけ肩関節や股関節に近いところを介助者の腕全体で支えて持ち上げるようにします。衣類等は、伸縮性のある物の方が手足の骨に負担がかからず、安全に更衣できます。

内服薬の変更はありませんか？

災害時に備えて、希望されるお子さんは通学かばんに1日分の薬を携帯してもらっています。2学期中や冬休みに薬の量や種類の変更があれば、担任までお知らせください。また、薬と説明書の入れ替えをお願いします。

夏休み明けに入れ替えていただいてから月日も経っていますので、変更のない人もこの機会に新しいものに入れ替えされることをお勧めします。

