ほけんだより 3月

愛知県立岡崎聾学校
令和５年３月１日

3月9日は
「ありがとうを届ける日」

今年度も残り１ヶ月になりました。寒かった気候もだんだんと変化し、動物や植物もいっせいに動き出す時期が来ました。みなさんも４月から新しいスタートが切れるように、今から準備を始めましょう！

そして3月9日は「ありがとうを届ける日」です。１年間のお礼を両親や友達、周りの人に伝えましょう！

★３月の保健目標　健康生活の反省をしよう★

□ ３度の食事を好き嫌いせずバランスよくとった

□ 早寝早起きをして１日８時間くらいぐっすり寝た

□ 毎日、規則正しい生活リズムですごせた

１年間の健康生活をふり返ってみよう

□ 適度に運動をして積極的にからだを動かした

□ ケガや病気の予防を心がけて、実行できた

□ 友だちと仲良くできた喧嘩しても仲直りできた

今年度の健康診断で、「要受診」となった人の受診が昨年度と比較して半分になっています。

特に歯は、一度虫歯になると自分では治すことができません。早めの治療がとても大切です。

春休みを利用して、治療しましょう！

＜家の人と一緒に読みましょう＞

令和4年度第3回学校保健委員会　報告

2月２１日（火）に学校保健委員会を開催しました。学校医、学校歯科医、学校薬剤師の先生方に学校にお越しいただき、そして今年度は、中学部・高等部の代表者１名に加え、高等部全生徒もオンラインで出席しました。PTA の役員の方々、御参加いただきありがとうございました。

保健室の１年間

４月から１月までの結果をまとめました。

今年はとてもケガが多い１年でした。
大きなケガに繋がらないよう気をつけていきましょう！
病院受診した事故：１１件（R3：７件）

学校医の先生方より

＜　耳鼻科　山本先生　講話「これまでの岡崎聾学校」　＞

日本の補聴器や人工内耳等の満足度は２０％に対して、アメリカやヨーロッパでは８０％を超えています。機械が同じでも個人差や変化をとらえることができていないこと、補聴器や人工内耳の使い方を指導する先生が不足していることなどが原因として考えられます。その中でも大府市にある「あいち小児保健医療総合センター」の耳鼻咽喉科は日本を代表する訓練センターです。その人の耳に合ったトレーニングは、日本はまだまだこれからです。また、岡崎聾学校の皆さんは、目からの情報が重要なため目をたくさん使っています。１日１回空を眺めて目を休めるなど、目を大切にしてください。学校医としての勤務は今年度で終わりますが、街で会ったらトントンと肩をたたいて声をかけてください。

山本先生　５５年間、ありがとうございました

＜内科　石原先生＞

新型コロナウイルスが第１波から始まり、第８波が落ち着き始めています。今後は、自分が感染しないことだけでなく、相手にうつさないことを基本とした感染対策をしましょう。

＜歯科　太田先生＞

歯が汚れている人が多いです。治療が必要な人も増えています。マスク生活になり、口の汚さも目立たないことや口呼吸になり口の中の状態が悪化している可能性があります。歯みがきをしっかり行い、早く治療しましょう。

＜薬剤師　井澤先生＞

環境衛生検査の結果は良好でした。水も問題ありませんが、家から持参したものを飲みしましょう。給食室もとても清潔に保たれています。

＜眼科　矢藤先生＞

例年同様、眼科検診で所見のある人は少なかったです。視力0.7以下は、他の学校と比較して少ないです。