



# いきいき

香川中部支援学校

ほけんだより

令和7年度



2月3日は節分です。節分には、「鬼は外、福は内」と言って豆まきをしますが、みなさんは、どんな鬼を追い出したいですか?「ねむねむ鬼」「だらだら鬼」「てあらいしない鬼」…心の中の鬼もたくさんいそうですね。毎日の手洗い・早寝・朝ごはんで、元気いっぱいの福を呼びこみましょう。

## 2月の予定

ひづけ 日付	こうもく 項目	たいじょうしゃ 対象者
2月2日 (月)	たいじゅうそくてい 体重測定	ちゅうがくぶ 中学部
2月3日 (火)	たいじゅうそくてい 体重測定	じどうせいと 児童生徒 保健委員会
2月4日 (水)	たいじゅうそくてい 体重測定	じどうせいと 児童生徒 保健委員
		ようちぶ 幼稚部
		しょうがくぶ 小学部

## 学校保健委員会報告 第2弾

- ①児童生徒保健委員による研究発表 ②健康診断結果・環境衛生検査結果・保健室統計  
 ③熱中症予防に関する取組について ④学校医の指導・助言  
 ※今回は、②～④についての報告となります。

### ②健康診断結果・環境衛生検査結果・保健室統計

#### 【健康診断結果】

- やせ傾向の児童生徒の割合は全体の4.6%、肥満傾向は21.1%と、昨年度と比べて増加傾向となっている。
- 歯科検診の結果、う歯の有所見者数は6.6%と、昨年度より1.7%減少していたが、う歯の初期病変の要観察者の項目では、昨年度より2.3%増加していた。
- 定期健康診断後は、受診の必要な幼児児童生徒に治療勧告書を出し、受診を依頼している。今年度の提出率は、全ての検診において昨年度より下回っていた。提出率を向上できるように働きかけていきたい。

#### 【環境衛生検査結果】

- 飲料水（寄宿舎・保健室・給食場）とプールの水質検査、ダニアレルゲン検査、空気検査、照度検査について、全て適合となっている。（一酸化炭素と照度検査については検査時期の関係により昨年度の結果）

#### 【保健室統計】

- 保健室来室者数について、昨年度より増加傾向にあり、特に内科的疾患での来室が増えている。
- 今年度10月末までの統計では、マイコプラズマ感染症による出席停止者数が最も多い結果となった。

## 給食目標

給食を食べる時は、  
ウロウロせずに  
静かに食べよう！

## 保健目標

せき  
咳やくしゃみが  
出る時は、  
マスクをして  
感染を防ごう！

福

### ③熱中症予防に関する取組について

#### 幼稚部

- 各活動後に、水分補給を促した。
- 常に体温計が手に取れるようにして置き、必要に応じて検温ができるようにした。
- 教室が南向きで、室温がかなり高くなるため、エアコンと扇風機を併用し、快適な室温が保てるようにした。
- 体温が上がった時は、濡れタオルで、体を拭くなどして、表面の体温を下げるようとした。

#### 高等部

- 朝の会だけでなく、常時生徒の健康観察をして生徒に異変がないかを確認する。
- 気温が高い時は、日陰のコースや校内の廊下、階段でウォーキングするなど、安全に運動できるよう配慮した。
- 屋外での活動を実施する際は着帽し、なるべく日陰を利用するようにした。
- 体育の授業中などでは活動時間の合間にこまめに水分補給の時間を設けた。
- 必要な場合は、スポーツドリンクや塩分タブレットなどを準備するよう呼びかけた。
- 教室内を快適にするために冷房や扇風機で温度管理をした。
- 毎日規則正しい生活を送ることやこまめな水分補給の徹底などを生徒に呼びかけ、意識付けするようにした。



#### 小学部

- 定時に水分補給を促す。スケジュールにお茶カードを入れる。
- 水分補給が苦手な児童は、何口飲むか視覚的に示し、カウントしながら飲むようにする。
- 室温が上がりすぎないように、直射日光を避けるためカーテンを閉め、エアコンと扇風機を併用する。
- 冷凍ペットボトルや冷却タオル、ネッククーラー、ハンディファンなどで個別に体温調整を行う。
- 熱中症アラートの指數を児童と一緒に確認する。

#### 中学部

- 朝礼や「Google classroom」のアプリを活用し、熱中症警戒アラート発令について中学部全体に周知を行った。
- 保健体育は、暑さに応じて内容や場所を変更しながら行った。作業学習では、エアコンが使用できる教室に移動して学習を行った。
- 体温調節が難しい生徒は、ネッククーラー等の冷感グッズを持参してもらった。
- 水分を摂ることが苦手な生徒には、日課にお茶を飲んでいるイラストを加えて示した。

#### 体育科

- 最高気温などのデータを授業担当者が把握。また、本校のWGBT値を共有し、屋外授業の可否を判断している。
- 体育館が使用できない時は、日陰を有効活用して屋外での活動をしている。
- スポーツクーラーや扇風機を活用する。
- 朝食で牛乳を1杯のむと水分が体に保持されやすいことや、体温を下げるために冷水で手のひらを冷やすとよいことなどの情報を生徒・指導者ともに共有する。
- 文科省や各競技中央団体からの資料や情報を共有する。

#### 寮宿舎

- 冷房の利かない場所では扇風機を活用。
- 冷房のある部屋で余暇活動ができるよう配慮。夜間も冷房をつけておく。
- 行事は屋外を避け、涼しい屋内で実施。
- いつでもお茶を補充できるよう、充分な量の麦茶を冷蔵庫に常備。
- 水分補給や生活リズム、食事のバランス等について言葉掛けを行う。
- 月の目標に熱中症予防に関する文言を入れ、毎朝放送して意識づけを行う。
- 熱中症対策についての講座を実施する。

#### 保健室

- 毎日8時30分と12時に、屋外にて熱中症チエッカーを用いて熱中症指數を測定。
- 測定した熱中症指數と、運動指針を校内3箇所に掲示した。（玄関・保健室前・職員室）
- 熱中症指數が「5 運動中止」の場合は、校内放送にて注意喚起を行った。
- 水筒のお茶が足りなくなった場合に、体育館南側のウォーターサーバーと保健室の浄水器の水を提供。
- 温度や湿度を確認できるよう、各教室に音湿度計を設置している。

### ④学校医の指導・助言

- 子どもは、体温調節機能が未発達で、汗をかく能力が大人より低く熱がこもりやすいため、熱中症のリスクが高いということを念頭において対策を考えることが必要である。
- お茶や水などで水分補給をすることは熱中症対策として良いことだが、スポーツドリンクや栄養ドリンクを飲む習慣をつけることは避けた方が良い。スポーツドリンクや栄養ドリンクの過剰摂取により、「酸蝕症」という、酸性の飲食物によって歯の表面（エナメル質）が溶けてしまう病気になるリスクが高まる。一時的に摂取することは問題ないため、常用しないように気をつけると良い。
- 同じ部屋の中でも、日の当たる方によって窓際と廊下側で室温が違っていると思われるため、室温を測る時はそれぞれの場所を測定し、どのくらい差があるか確認すると良い。窓際の温度が高くなっている場合は、遮熱カーテンを使用したり、暑いところから距離を取って過ごしたりという対策が必要である。
- 体調不良の理由を上手に説明できない子どももいるため、緊急かどうかの判断が難しいと思われるが、緊急時の対応マニュアルをしっかり確認して対応するべきである。
- 長い時間暑い中で活動する際に、お水やお茶による水分補給だけではなく、塩分も補給できればより効果的である。また、熱中症が疑われる際は、経口補水液を摂取すると良い。嘔吐下痢の時にも摂取することが可能であるため、常備しておくと安心である。

