

# ほけんだより 6

令和6年6月4日  
小松特別支援学校 No.3



がつ ほけんもくひょう  
**6月の保健目標**  
は たいせつ  
**歯を大切にしよう**

5月17日に<sup>ちゅうがくぶ・こうとうぶ</sup>中学部・高等部の<sup>しかけんしん</sup>歯科検診が  
おこなわれました。<sup>がっこうしかい たかがわせんせい</sup>学校歯科医の高川先生より次  
のようなコメント、アドバイスをいただきました。  
<sup>じゅしん ひつよう</sup>受診の必要がある人は<sup>ひと はや</sup>早めに<sup>じゅしん</sup>受診しましょう。



<sup>がっこうしかい</sup>学校歯科医  
<sup>たかがわみわこせんせい</sup>高川美和子先生  
<sup>しかいん</sup>みわ歯科医院

<sup>ぼ</sup>むし歯がある人は<sup>ひと すく</sup>少なかったのですが、<sup>しこう</sup>歯垢がついている人、<sup>ひと しにく</sup>歯肉  
<sup>あか</sup>が赤く腫れている人が多くいました。<sup>なか</sup>中には<sup>しかじゅしん たいしょう</sup>歯科受診の対象となる  
<sup>しせきちんちやく</sup>歯石沈着している人や<sup>ひと しにくえん</sup>歯肉炎になってしまっている人もいました。  
<sup>ひび</sup>日々の<sup>は</sup>歯みがきや<sup>ていきてき</sup>定期的な<sup>しかじゅしん</sup>歯科受診で<sup>よぼう</sup>予防しましょう。

6月25日(火)は<sup>しょうがくぶ ちゅうこうとうぶけっせきしゃ</sup>小学部・中高等部欠席者の<sup>しかけんしん</sup>歯科検診です。  
<sup>くち なか</sup>お口の中をきれいに<sup>みてもらいましよう</sup>して、みてもらいましょう。



## ●歯科治療のための絵カードあります

歯医者での治療を説明するための絵カードを保健室から貸し出しています。受診する前に、ご自宅など落ち着いて過ごせる場所でお子様と一緒に見たり、受診の際に持参したりしてご活用ください。これまで貸し出した保護者の方からは「見通しを持つことができ、受診、治療がスムーズにできた」という声が寄せられています。

貸出を希望される方は、担任へお知らせください。(イラスト:東京都保健福祉局ホームページより)



## ●6月の健康診断

日時	時間	検診項目	対象	備考
4日(火)	午前9:30まで	尿検査二次	一次検査で所見あり・ 一次未提出	該当者に提出用の封筒と容器を配 付します。一次提出の際は以前配付 した封筒と容器を使用してください
6日(木)	午前8:40より	眼科検診②	小学部1年	
12日(水)	午後1:30より	内科検診②	小学部・中高欠席者	
18日(火)	午前中	聴力検査	小学部1・2・3・5年	
25日(火)	午前9:30より	歯科検診②	小学部・中高欠席者	朝食後の歯みがきをお願いします。
随時	担任と調整	色覚検査	希望者	健康調査票にて希望のあった児童 生徒のみ。

## ●6月20日からメディアコントロールデーがはじまります

今年も毎月20日はメディアコントロールデー☺ 以下の4つのルールに挑戦しましょう!



★ごはんを <sup>た</sup> 食べる <sup>とき</sup> 時はメディアをつかわない	★寝る <sup>ね</sup> 1時間前 <sup>じかんまえ</sup> からメディアをつかわない
★よいしせい、 <sup>あか</sup> 明るい <sup>ところ</sup> 所でメディアをつかう	★30分 <sup>ふん</sup> に1回 <sup>かい</sup> 、きゅうけいする

6月19日にメディアコントロールカードを配付しますので、それぞれの目標を決めて取り組んでください。

### 保護者の皆様へ

■こころとかだらのコマクノート 保護者向け

学ぼう性と生のこと

よく聞くお悩み

気がつくとズボンに手を入れて 性器をさわっています

#### ◇自分の体を慈しむのは正常な行為 ◇

性器を触ること自体は自然で正常なことです。「私のからだは私だけの大切なもの」という感覚をはぐくむことが大切です。性器も耳や鼻と同じ大切なからだの部分です。性器を触ることはいけないことだと誤解させないように気を付けましょう。大人がやめさせようとしていたり、脅したり、汚いもの扱いすると、子どもに刷り込まれ、トラウマのように長い間記憶に残ってしまうことがあります。そうなると、大人になっても自分の性器に触れられず、性的自立が困難になりかねません。人前や公共の施設、学校などで触っているときは、なぜ、そのとき性器を触っているのかを観察し、分析します。できるだけ本人が納得してやめられるような支援を考えましょう。

- きちんと洗えていないのでかゆい → 性器の洗い方を教える
- 性器に触れると安心感が得られる → 不安や緊張を取り除く対応をする
- 退屈なだけ → 本人が楽しいと思える遊びや活動に誘う
- 自慰をしている → ひとりの場所では自由に触っていいことを伝える。



時間と場所「ここでなら大丈夫」というマナーを本人がわかる方法で教える。

#### ◇からだはいいもの、すばらしいもの◇

性器にさわると「汚いからだめ」という関わりは、自分自身が汚いと否定されたように感じます。日常のかかわりの中で、からだを大切にすることについて、支援者(保護者)の気持ちを言葉で伝えていけるといいですね。