

# 保健だより



れいわ ねん がつふつかはつこう  
令和7年5月2日発行  
いしかわけんりつ がつこう  
石川県立ろう学校  
ほけんたいいくばうさいか ほけんしつ  
保健体育防災課 (保健室)

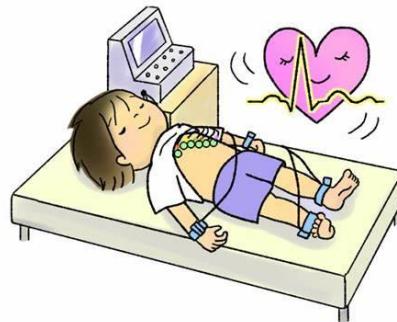
しんがつき はじ かげつ た あたら がくねん な いっぽう いま いそが  
新学期が始まって1ヶ月が経ちました。新しい学年・クラスにも慣れてきた一方、今まで忙しさ  
や緊張でまぎれていた心とからだの疲れが出てきた人もいるかもしれません。「5月病」という  
言葉もあるとおり、夢中で過ごしていた4月が終わるくらいに、調子をくずすことが多いのです。5月  
は過ごしやすい時期です。天気の良い日は少し外を歩いてみてください。新しい発見に出会うかも！



## 5月の保健行事



5月1日(木)午前	(幼)体重測定
5月1日(木)午前	(小4年～6年)体重測定
5月8日(木)13:30～	歯科検診(全員)
5月9日(金)朝	尿検査(一次二次混合)
5月12日(月)10:00～	(中1・高1)心臓検診
5月13日(火)午前	(小2年～3年)体重測定
5月27日(火)朝	尿検査(二次)二回目
5月28日(水)13:30～	プール前臨時内科検診・運動器検診



## 全国的に百日ぜき感染者数が増えています

新型コロナウイルス禍では減っていた百日ぜき感染者数が、今年に入って石川県内でも増加傾向にあります。学校保健安全法の「学校で予防すべき感染症」の中では“特有の咳が消失するまで又は5日間の適切な抗菌薬療法が終了するまで”を出席停止期間としています。

咳はコンコンと咳き込んだ後、ヒューという笛を吹くような音を立てて

息を吸う特有な咳が特徴です。

この感染症は百日ぜき菌が原因で春から夏にかけて多く飛沫感染、接触感染します。治療には抗菌薬や咳止めが使われますが、特に乳幼児は重症化(無呼吸発作、肺炎、脳炎、中耳炎等)しやすいので小さなお子さんがいるご家庭

では注意が必要です。

コンコン

ヒュー



おしゃらせ

インフルエンザや水痘、流行性耳下腺炎(おたふくかぜ)などの感染症に罹った場合は出席停止となり、この期間は欠席日数には含まれません。学校に保護者様記入の用紙がありますので、罹った場合は学校までお知らせください。

## 内科検診が終わりました！

4月23日(水)に学校内科医の辻先生による内科検診が実施されました。辻先生の専門は小児神経学です。少し難しいですが小児の発達や神経、筋疾患を専門にしています。内科検診では心臓や肺の音を聴いて異常はないか、皮膚や栄養状態はどうか等調べます。次は5月28日(水)の運動器検診に学校へ来てくれます。



## 5月18日(日)に行われる運動会に向けて練習を頑張っています！！

運動会は学校生活の中でも大きな行事の一つですね。今年は午前中の開催ですが、ケガをしないように次のことをしっかり守って本番を迎えましょう。

- ①爪を切っておく
- ②足にあった靴をはき、ひもをきちんと結ぶ
- ③水分補給をこまめにする。
- ④準備運動をしっかり行う。
- ⑤朝ごはんをきちんと食べてこよう。



## 湯船につかると いいことがたくさん！



## 中学部の山口先生に聞いてみた！！

Q: 山口先生はいつも元気なイメージですが、仕事をするうえでのモチベーションはなんですか？

A: 休憩時間にこっそり食べるおやつ(ミックスナッツやスコーン)や学校中に飾ってあるきれいな花を見ること。生徒のみんなとお話しについて話すことでモチベーションがとてもアップしています！

パート 2

