

ほけんだより

かけはし

館林特別支援学校

令和7年度5月号



風薫るさわやかな季節となりました。また新年度がスタートして約1ヶ月が経ちました。子どもたちは、環境の変化等による疲れがたまっている時期かと思います。疲れをためないためにも、夜は早めに寝て、体を十分に休ませるよう心掛けてください。

子どもの「五月病」のサインと対処法

4月から始まった新しい生活の中で、環境や周りの人との関係が変わったことなどでストレスや疲れがたまり、心と体に様々な不調が出てきます。この時期はいつも以上に子どもたちの様子に注意をしてください。

【五月病のサイン】

表情が暗い、口数が減った、寝付きが悪い、それまで好きだった玩具に興味を示さない、すぐに不機嫌になる、食欲がない、頭痛、腹痛 など

【対処法】

・休みの日には体を動かして、ストレスを発散させる ・話を聞いてあげる ・たっぷりの休息を心がける ・スキンシップをとる など



百日咳に要注意!!

学校感染症でもある「百日咳」が全国的に流行しています。また、これまで治療に使われてきた抗菌薬が効かないタイプの「耐性菌」による百日咳が増加しているようです。

【感染経路】咳やくしゃみなどの飛沫に含まれる「百日咳菌」を吸い込んだり、手で触れたりすることで感染します。

【症状】百日咳菌に感染してから5～10日間の潜伏期は無症状です。その後、風邪症状が出現しますが、平熱～微熱のことも多く、ただの風邪と勘違いされがちです。次第に咳が強くなり、子どもの場合は咳が強すぎて嘔吐してしまうこともあります。

【ワクチンの「効果切れ」】百日咳の感染力はとても強く、麻しんと同程度です。4回の定期接種を済ませても、小学校就学前頃から免疫が低下してしまうため、日本小児科学会では小学校入学前と11～12歳の追加接種を推奨しています。

【出席停止期間】「特有の咳が消失するまで」または「5日間の適正な抗菌薬療法が終了するまで」です。



5月の健康診断の日程

- | | |
|-----------------------|--------------------------|
| ・5/2(金) 視力検査(中) | ・5/7(水) 視力検査(小高) |
| ・5/8(木) 発育測定(中) | ・5/9(金) 視力検査(小低) |
| ・5/12(月) 発育測定(小) | ・5/13(火) 発育測定(肢体グループ) |
| ・5/19(月) 胸部X線(小1年希望者) | ・5/23(金) 心臓検診(小1・4年、中1年) |
| ・5/29(木) 尿検査② | |

「受診のおすすめ」について

健康診断の結果、受診の必要がある場合には「受診のおすすめ」を配付しますので、早めに医療機関を受診してください。また、受診が済みましたら、報告書の提出をお願いします。

