

# 8月 9月 ほけんたより

令和4年8月30日  
東俣野特別支援学校

夏休みが終わりました。まだまだ暑い日もありますが、朝晩は涼しい日も多くなりました。新型コロナ第7波は大きく下がることもなく、夏休み明けを迎えることとなってしまいました。そんな中、たくさんの元気な顔をみられてよかったです。連絡帳では、あまり出かけることなく過ごした人も多かったようですが、その中でもデイサービスなどを利用して、楽しく過ごせたようでした。ただ夏休み中、体調を崩してしまったお子さんもいました。元気に登校してくるのを待っています！

新型コロナ対策については、夏休み前と変わらない内容で実施していきます。健康観察票も毎日継続していただくをお願いします。

**安全**

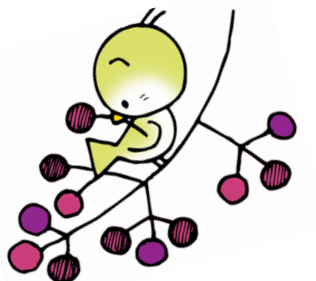
8月の  
**9月の保健行事**

- 8月30日(火) 非常食体験
- 9月1日(木) 引き渡し訓練
- 9月5日~9日 身体測定
- 9月13日(火) 10:30~14:00  
神経内科検診 武下草生子医師  
身体のことや薬のこと、普段の生活の中で疑問に思うことなどありましたら、担任にお声掛けください。

## 夏休み 歯みがきカレンダー

毎日がんばって歯みがきできたでしょうか。お口の中がきれいだと気持ちいいですね。感染症の予防にもなります。まだ提出していない方はカレンダーを担任の先生に提出してくださいね。

校医さんの歯科検診や歯科衛生士さんの歯みがきチェックのなど合わせて、3月に「よい歯の児童生徒」を決定します。冬休みもやりますよ～！



## 蚊に刺された! まだまだ蚊が多い9月です 蚊について調べてみました



### 「蚊ケア指数」が毎日出ている!

アース製薬株式会社と一般財団法人 日本気象協会「蚊ケア指数(か けあ しすう)」の提供が、2018年5月1日から日本気象協会が運営する天気予報専門メディア「tenki.jp」でされています。蚊ケア指数は、夏季における虫ケア用品の売上と気象情報の相関関係から蚊対策需要の程度を推定し、蚊対策の必要度の目安を5ランク、5種類のアイコンで表示したものだそうです。

ちなみに8/31~9/2の横浜の予報はLv5!

|            |   |
|------------|---|
| 蚊ケア指数ランク表示 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・蚊ケアLv1 心配なさそう、でも油断大敵</li> <li>・蚊ケアLv2 備えあれば憂いなし、対策準備を</li> <li>・蚊ケアLv3 蚊ケアが必要になるかも</li> <li>・蚊ケアLv4 しっかり蚊ケアで快適に</li> <li>・蚊ケアLv5 蚊に注意! 蚊ケア必須です</li> </ul> |
| アイコン表示     |   |



### 蚊が寄ってくる三大要因は 温度、二酸化炭素、水!

蚊に刺されやすいのは 「体温の高い人」「汗をかきやすい人」

蚊は「炭酸ガス」(二酸化炭素)の感知能力がとても優れているそうです。口の辺りにあるセンサーは、人の吐く息に含まれる炭酸ガスをかき分けれます。大気中の炭酸ガス濃度は、0.035%、人の吐く息ではおよそ4.5%。蚊は、なんと、わずか0.01%の濃度の変化がわかり、無風状態で呼吸が拡散していた5メートル先でも、感知できるほどだそうです。

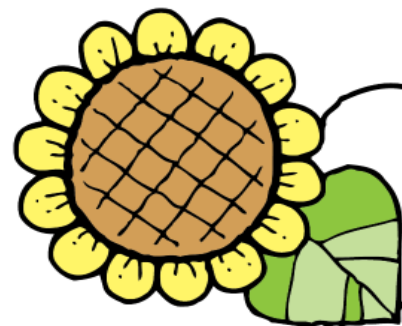
また、蚊の触角の中に、温度を感知するセンサーがあります。これは、0.05度の変化を察知しますが、人間の10倍ほどの感度です。またこのセンサーは、温度のほかにも、汗のにおいのもとになる乳酸や脂肪酸もかき分けれます。ちなみに、体の部位の中で足が最も刺されやすいという実験結果もあるそうです。足の裏は体の中でも汗腺が密集していて、夏はにおいが強くなるためだと考えられています。

ということで、体温が高く、たくさん汗をかく子どもや吐く息が多い人は蚊に刺されやすい傾向があるということです。

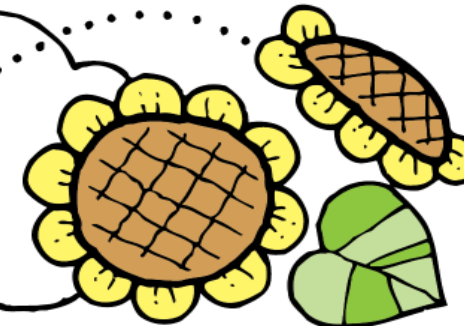
### 「黒い服を着た人」も刺されやすい!

白と黒や紺のボーダーも要注意!

蚊は、人間のように色を認識することはできませんが、黒い色には寄ってきやすいという傾向があります。白いTシャツと黒いTシャツなら、黒の方が刺されやすいそうです。ところが白黒のボーダー柄だと、黒色よりも刺されやすくなります。蚊は、明暗のコントラストは識別するので、コントラストの強い服は刺されやすいようです。また、日焼けしたあとは、蚊に刺されやすいという国内の実験結果もあるそうですよ。黒は蚊にとって保護色になることに加え、黒は太陽の熱を吸収しやすく、黒い服を着ると体温が上がりやすいことも蚊を引きつける理由だと考えられています。



# 災害時の備えは大丈夫ですか？



夏休みに国立成育医療研究センター 医療連携・患者支援センター 在宅医療支援室室長 中村知夫医師の講演を聞く機会がありました。「人工呼吸器等、医療機器を必要とする子どもの災害時対応」というテーマでした。「電源確保」という面で新しい情報を得ることができました。内容の一部を紹介します。

## 国立成育医療研究センターでは

毎年来る災害に対して2019年3月災害対策マニュアル第1版を東京地域を対象に制作第2版はより広域な地域を対象とし、国立成育医療研究センターホームページに掲載



きっかけとなった震災

- ・1995年（平成7年）1月17日 阪神・淡路大震災
- ・2011年（平成23年）3月11日 東日本大震災
- ・2016年（平成28年）4月14・16日 熊本地震

### 震災対策マニュアルから災害対策マニュアルへの変更へ

- \*震災は、いつどこで起きても不思議ではない
- \*台風、集中豪雨、水害に対する備えも必要
- \*避難場所と避難方法・タイミングの確保

電源で駆動する医療機器を用いている医療的ケア児が急激に増加しているにも関わらず、どのような備えをすべきかの情報が患者・家族にもたらされていない。

『医療機器が必要な子どものための災害対策マニュアル』を作成

## 電源確保が必要な医療機器

- ・人工呼吸器及び加温加湿器
- ・酸素濃縮器
- ・吸引器
- ・吸入器
- ・パルスオキシメーター
- ・輸液ポンプ
- ・C-PAP・IPV・カフマシーンなど
- ・腹膜透析
- ・体温管理（電気毛布、SOYO など）

## 障害児者の震災時の避難行動

|          | 避難した | 自宅に留まった |
|----------|------|---------|
| 阪神・淡路大震災 | 39%  | 59%     |
| 東日本大震災   | 38%  | 62%     |
| 熊本地震     | 77%  | 23%     |

人工呼吸器をはじめとする電気で駆動する医療機器を使用している医療的ケア児にとって電源の確保は重大な問題。医療的ケア児数に比べて、病院の病床数が少ない都会などですべての医療的ケア児を収容することは難しい。

熊本地震で自宅待機者が少なかった理由は、人工呼吸器児が100%把握されていることと、毎年、台風に見舞われているために、常に避難訓練が繰り返されており、さらに普段から短期入所を受けている施設も多いことを反映しているとのこと。

## 熊本地震でわかること

### 「行ったことのない避難所に行きますか」「頼ったことのない人を頼りますか」

日頃から、子どもと家族を中心に多職種の顔が見えるネットワークづくりを行っていたこと、台風などの際に避難入院を繰り返していたことが、地震のような緊急事態の対応においても役に立ったと考えられます。熊本では災害は「日常」になっていたとも言えます。

ネットワークづくりは行政が中心で行っていくべきですが、いざという時に「頼れる場所」「頼れる人」を作っておくことが大切ということでした。

## 災害時に「自宅待機」するには電源確保が必要ですが・・・

### 発電機は非現実的 → 定期的なメンテナンスが必要

- ・普段から発電機を使っていない人にとっては、発電機は危険。
- ・オイル交換などのメンテナンスが必要。
- ・燃料の定期的な買い替えが必要。大量のガソリン（燃料）は購入できない。

ガスタイプの発電機では2時間稼働のために2本1日稼働のためには24本必要

屋内での小型発電機使用による一酸化炭素中毒も起きています

### 安全性、確実性、簡便性の観点から

- ① 各機種専用外部バッテリーを用意する。
- ② 市販蓄電池をレンタルまたは購入する。
- ③ 太陽光発電と蓄電池や電気自動車の組み合わせ。
- ④ 自動車から電源を取る。
- ⑤ 発電機を購入する。

の順番が適切とのことでした。

とはいえ、簡単には準備できませんよね。住んでいる住宅のタイプによっては、できないものもあります。災害時に自宅に必要な電気機器が何か、合計最大使用電力も考えていきましょう。ポータブル電源も電力使用が少ないものには役立ちます。

## 車は最大のバッテリー源！

ガソリン車ではシガーソケットから電気を取るインバータを使用すると利用できる

EV車はシステムがあれば、最大2～4日の電気が確保できる！

震災時や豪雨、台風による停電でも電力供給、輸送手段として活用

## 「防災給電」

クルマはもしものときの電源になる、ということでトヨタではLINEで「防災給電サポーター」という防災情報を発信しています。トヨタの自動車でなくても、また自家用車がなくても防災情報を得ることができます。地域の停電情報、住所から災害リスク判定ができたり、リアルタイム地域情報や、天気や災害情報、通れた道マップなどもありました。住所から判定される災害リスクを見るのはちょっと怖いですが、それに合わせた災害対策を考えていくためには必要ですね。