

健やか

6月号

ほけんだより



令和4年5月31日
東京都立羽村特別支援学校
校長 外山 裕介
養護教諭 溜貝麻衣

梅雨の季節を迎えました。この時期はむし暑くじめじめとした日もあれば、肌寒く感じる日もあります。気持ちまでじめじめとしてしまいそうですが、晴れた日には外で体を動かしたり、好きなことをしたりして、気分転換する時間を大切にしたいと思います。

また、体調を崩しやすい時期でもありますので、気候に合わせて衣類の調節を行うなど、体調管理にも気をつけていきましょう。校外学習や移動教室も始まります。毎日の健康観察を引き続きお願いします。
6月より健康観察表に御家族の体調欄も設けました。御協力をどうぞよろしくお願いいたします。

6月の保健行事



日にち	学部・学年	内容	時間	備考
1日(水)	小1・小2	視力検査	午前	メガネ使用者は持参
2日(木)	高1	聴力検査	午前	
	全学年の未受診者	耳鼻科健診(予備日)	13:00~	
3日(金)	小3・小5	聴力検査	午前	
7日(火)	中1・中3	聴力検査	午前	
9日(木)	全学年の未受診者	眼科検診(予備日)	13:00~	
10日(金)	小1・小2	聴力検査	午前	
15日(水)	希望者	療育相談	15:00~	
20日(月)	小6の宿泊行事参加者	宿泊前検診	13:00~	宿泊用健康観察カードを持参

※昨今の情勢により、保健行事の日程が変更になる場合もあります。御了承ください。

全健康診断の結果につきましては「定期健康診断結果のお知らせ」に記載して、夏休み前に全員に配布いたします。受け取りましたら内容について御確認ください。

検査・治療をすすめられたら



早めに受診しましょう



横にして持つと、後ろの人にカサの先が向いてとても危険です。小さい子どもではちょうど顔や目の位置に!

電車内で座っている人に濡れたカサが当たったり、水滴がたれたりして迷惑をかけていませんか?



カサの先に注意して!

水泳指導が始まります！安全に実施するために...

新型コロナウイルス感染症流行のために見合わせていた水泳指導を今年度実施いたします。感染症対策を講じた上での実施となりますので、御家庭においても御協力いただけますようお願い申し上げます。

朝の健康観察をお願いします！

- 熱はありませんか？
- のどの痛みはありませんか？
- 下痢はしていませんか？
- 朝食は食べましたか？
- 目が赤い・かゆい・目やにはありませんか？
- 睡眠不足ではありませんか？
- 皮膚に発疹やジュクジュクした傷はありませんか？

※服薬のあるお子さんは、忘れずにお薬を飲んできましょう。

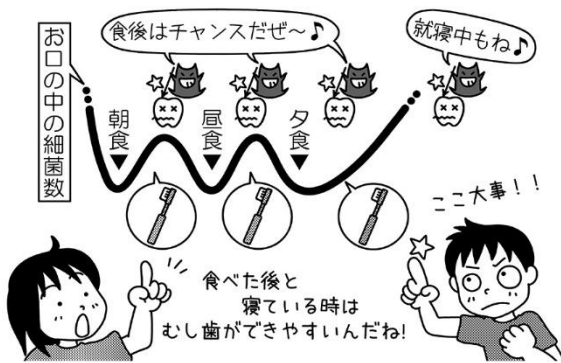
6月の保健目標： 歯と口の健康を守ろう



朝ごはんや夕ごはんを食べたらみがきましょう。
現在、感染症対策のため給食後の歯みがきを中止しています。

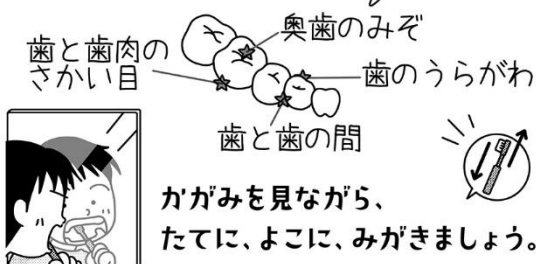


食べたら、みがく



1本、1本、ていねいに

1本の歯でも、みがくところはたくさん！



きちんと
みがけてる？

歯と口の健康週間

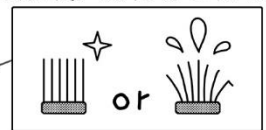
6月4日〜10日

歯ブラシ、きれい？

毛先が開いた歯ブラシでは、汚れがきれいに取れないし、歯肉も傷つけてしまいます…。



毛先が開いてきたら、こうかんしょ！



半年に1回は歯石とり

毎日ていねいにみがいても、残った汚れは歯石になっていきます。定期的きれいにしてもらいましょう。

