

ほけんだより



2月号
千葉大学教育学部
附属特別支援学校

冬休み中、冬休み明けにはインフルエンザの感染も見られましたが、その後の流行は抑えられているようです。皆さんの手洗い・うがいなどの予防行動が効果を発揮しているのかなと頼もしく思っています。感染症としてはリンゴ病（伝染性紅斑）の発生がありました。これは頬が赤くなる頃には感染する力がなくなっているため、体調が良ければお休みする必要はありません。2月には大きなイベントのキテキテがあります！ぜひ、体調を整えて成功させましょう！

2がつの ほけんもくひょう

せいかつしゅうかんびょうをよぼうしよう

せいかつリズム

(できるだけ、おなじじかんに
おきる・食べる・ねる)



すいぶんほきゅうは

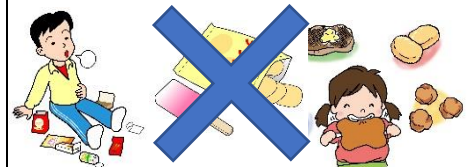
おみず・おちゃで

(あまいのみものにちゅうい)



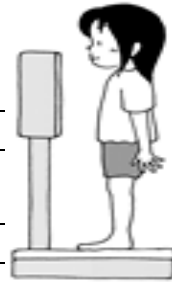
おかしはたべすぎない

(あまいもの、しょっぱいもの、
あぶらのおおいものにちゅうい)



2月の保健行事

日時	対象	内容
12日(水) 午前	高等部	体重測定
13日(木) 午前	中学部	体重測定
18日(火) 午前	小学部	発育測定
5日(水) 午後 12日(水) 10:00~12:00 19日(水) 9:00~12:00	SSW 渡邊 先生来校	障害児者の支援のことについてはもちろん、その子、その家庭の個別性を考えながら障害以外の情報提供など幅広くお話しています。最近では学級のグループなど小集団で一つのテーマのお話会も行っています。希望者は担任や養護教諭までお知らせください。
6・20日(木) 9:30~14:30	SC 滝村 先生来校	SC(スクールカウンセラー)の先生に相談したい、話を聞いてもらいたい場合は、担任・養護教諭までお知らせください。気軽に声をかけてください！



2月は生活習慣病予防月間です！

学校で使用している「健康の記録」を確認してみてください

今年度も、卒業式の前に、「健康の記録」をお返しします。健康診断の結果と成長曲線が記入してありますので確認してみてください。身長と体重の増加速度やバランスがかけ離れていく場合など、生活習慣病に通ずる肥満予備軍であったり、成長異常が隠れていたりします。線の傾きで身長が急激に伸びる時期にきていることや落ち着く時期になったことも分かります。また、身長が-2.5SD以下に位置していると低身長の可能性もありますので、気になることがあればご相談ください。

中3、高3以外は家庭で確認後、担任までご返却ください。