

ほけんだより



7月号
千葉大学教育学部
附属特別支援学校

暑かった5月に比べ、梅雨で暑さが少し落ち着いた6月でした。7月は猛暑と言われておりますので、熱中症対策など講じていきたいと思ひます。6月から発熱・咳・鼻水・嘔吐などいろいろな症状でお休みをする人がちらほら見られますが、出席停止に当たるような疾病の流行は出ておりません。

7・8がつのほけんもくひょう

なつをげんきにすごそう



☆夏休みを元気に過ごすために☆

はやね はやお 早寝・早起き	うんどう 運動する	バランスよく食べる
つめたいものを食べ過ぎない	クーラーで体をひやしすぎない	テレビ・ゲーム・スマホは時間を決める
そとではぼうしをかぶる	みず ちゃの お水やお茶を飲む	したぎ き 下着を着る (汗をとり、涼しく過ごせます)!

「健康の記録」をお配りしました

今年度の健康診断が終了しました。ご協力ありがとうございました。健康診断の結果と共に成長曲線が記入してあります。身長伸びや体重増加等が心配で通院や医療機関への相談をなさる場合、この記録を持参されると有効かと思ひます。確認が済みましたら押印をし（押印欄のある学年のみ）全学年返却をお願いいたします。（通院等で使用したい場合はお知らせください）

6月に歯みがきの様子をみました

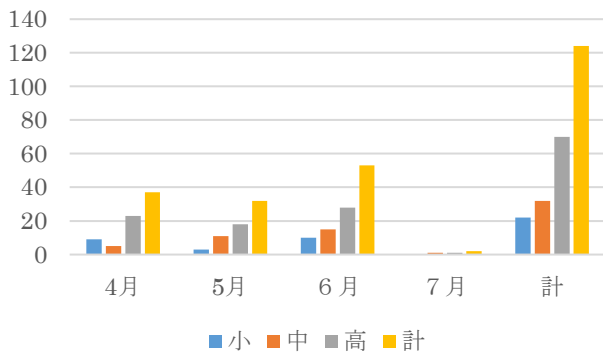
6月は全校の歯みがきの様子を見せてもらったのですが、強く大きくブラシを動かすとみがけないところが多くなり、歯肉も傷ついたりしてしまうので、小さい幅で優しくこちょこちょと1本ずつこすっていくみがき方がお勧めです。一度そのやり方を身につけた人は大きくなってでもできている人が多いようです。ただし、みがき方も決めて順番に当てるようにしないとみがききれないで終わってしまうことも多いです。今歯ブラシを持ってきていない人も、できそうだったら持ってきてみてください！



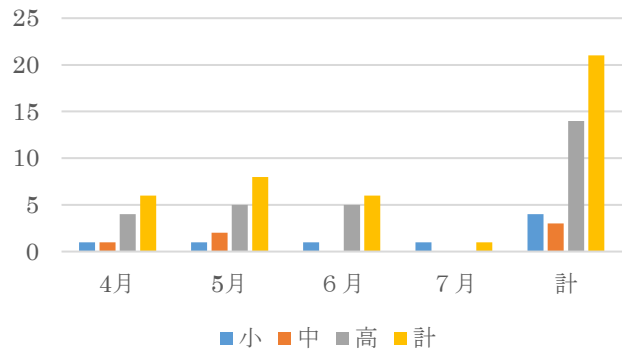
<夏休みまでの保健室の様子>



けがでの来室数（7/3まで）



病気での来室数（7/3まで）



上の表は学部別、症状別の保健室来室状況です。昨年度に比べて、けがでの来室が少し増えています。梅雨時期に暑さが少しやわらいだこともあり、病気での来室数は昨年より少し減っています。夏休みまでの期間では風邪などの欠席が続くこともありましたが、早めに受診していただいたり、体調が戻るまでしっかりお休みを取っていただいたりすることで、大きな広がりは見られませんでした。出席停止になる疾患の流行も見られませんでした。保護者の方には感染症流行の防止にご協力をありがとうございました。

7月の保健行事

日時	対象	内容
7/3（金）午前	中学部	体重測定
7/6（月）午前	高等部	体重測定
7/7（火）午前	小学部	発育測定
7/8（水）・7/15（水） 9：00～12：00	SSW 渡邊 先生来校	障害児の支援のことについてはもちろん、その子、その家庭の個性を考えながら障害以外の情報提供など、幅広くお話をしています。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。
7/10（金） 9：30～14：30	SC 福田 先生来校	スクールカウンセラー来校時にお子さんの様子を見てもらい、後日保護者と面談する方法もありますので、担任や養護教諭までお知らせください。



ぜひぜひ、
おまちして
います！

夏休み中の配付物について



夏休み中に保健室から配付するものです。

- ① 夏休み明け健康調査について：今年度より、フォームでの記入になります。夏休み明けからの健康管理の参考にします。これから健康上注意すること、薬の変更や主治医からの指導等を記入してください。
 - ② なつやすみはみがきカレンダー：色塗りやシールなどできる形で記入してください。
 - ③ はやねはやおきおてつだいカレンダー：夏休み中の生活リズムの維持にご活用ください。
 - ④ 体重記録表：肥満度20%以上の方に配付いたします。
- ※②・③は夏休みのしおりに、学部にあわせた形式で入っています。すべて授業始めの日に担任までご提出をお願いいたします。