



令和 3年 6月 8日
都立八王子西特別支援学校
校長 井上 美保
保健室 柳野・野間

梅雨の季節になりました。湿度の上昇や、気温の大きな変化でだるさを感じたり、体調を崩したりしやすくなります。衣服で体温調節や水分補給をし、睡眠・休息をしっかりすることで体調を整えていきましょう。

またこの時期は湿気のせいでカビが生えたり、食中毒を起こしやすくなります。これまでと同じように、手洗いやうがいを励行して、健康に過ごしましょう。



6月の保健行事

6月 3日(木)	小高・体位測定	9:00~
4日(金)	小4・視力検査	時間未定
7日(月)	小低・体位測定	9:00~
8日(火)	尿検査(予備日)	~11:00
9日(水)	小1・聴力検査 歯科診未受診者検査	時間未定 13:00~
10日(木)	小中・耳鼻科健診	9:00~
14日(水)	小1・視力検査	時間未定
15日(水)	聴力未受診者検査	時間未定
16日(水)	視力未受診者検査 療育相談	時間未定
21日(月)	高・体位測定	9:00~
24日(木)	中・体位測定	9:00~
25日(金)	小4中1・歯科保健指導	

歯科保健指導

対象学年：小4・中1

持ち物：歯ブラシ・コップ

歯科衛生士が来校し、歯みがきの大切さや磨き方などを教えてください。
今年度も、残念ながら保護者の方の参観ができません。「間食の上手なとり方」や「ブラッシングの介助の方法」などについては、折をみて、資料にて御説明いたします。）

詳しくは、後日配布するお知らせを御覧ください。





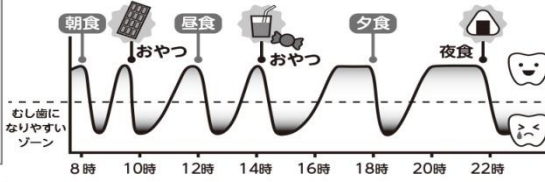
だらだら食い

テレビを見ながら、ゲームをしながら…
おやつのだらだら食いをしていませんか？

それ、むし歯の原因です！

甘いおやつを食べると口の中にはむし歯菌の大好きな糖がいっぱいです。この糖が長時間口の中にあると、むし歯になりやすい状態に…。

悪い例



作って守ろう間食ルール

おやつの時間
を決めましょう

一度に食べる量
を決めましょう

食後の歯みがきも
忘れずに。



～健康診断の御協力ありがとうございます～

連日続いている各健診も、今月で一区切りとなります。保護者の皆様には御理解・御協力いただきありがとうございます。引き続きよろしく願いいたします。

○学校での健診をうけられなかった方…

学校から配布 → 【〇〇健診(検査)未受診のお知らせ】

学校へ提出 → 【〇〇健診受診報告書】

医療機関を受診し、医師の記入後、下半分を切り取り提出する。

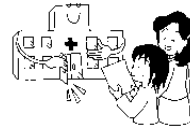


○各健診で“異常の疑いがある”と言われた方…

学校から配布 → 【〇〇健診結果のお知らせ】

学校へ提出 → 【△△科受診報告書】

医療機関を受診し、医師の記入後、下半分を切り取り提出する。



内科・眼科・耳鼻科

心電図検査(各1年生)・胸部レントゲン検査(高1)

水泳指導に参加するためには、健診で、これらの項目を受けて「異常がない」と認められることが必要です。今年度は残念ながら、水泳指導が中止となりましたが、来年度以降も同じルールで行います。安全と感染症拡大防止のため、御理解・御協力をよろしくお願いいたします。