

# ほけんだより 3月

令和7年3月3日

東京都立八王子西特別支援学校

校長 坂口 しおり

保健室 柳野・野間

今年度も残すところ僅かとなり、1年の締めくくりとなる3月を迎えました。この1年間の子どもたちの成長に驚きとうれしさを感じながら、日々過ごしています。旅立ちのシーズンでもあり、新しい環境で心機一転頑張る人たちもいます。元気に楽しく過ごしていけますように祈っています。

## <3月保健行事>

- 3月3日(月) 小低体測  
高3薬物指導
- 3月7日(金) 小高体測
- 3月10日(月) 高2保健指導
- 3月11日(火) 高3保健指導
- 3月12日(水) 体測予備日
- 3月13日(木) 高3保健指導

## <春休みの健康調査>

修了式の日、「春休みの健康調査」を配布します。春季休業中に体調の変化等ありましたら、御記入いただき、黄色封筒(小学部は紫封筒)に入れて担任まで御提出をお願いします。



## 保健室の1年間

### ① 来室状況について

保健室利用件数は2814件(令和7年2月25日現在)でした。半数以上が擦り傷や打撲などの外科的事由、続いて発熱などの内科的事由、相談・休養の順で来室する割合が高くなりました。

年間を通して、相談・休養で来室する生徒は多く、メンタルヘルスの面での保健室の需要は高まっていると感じます。

### ② 学校感染症について

インフルエンザ、感染性胃腸炎、新型コロナウイルス、マイコプラズマ肺炎などがみられました。学校内で大きく蔓延した様子はなく、学級閉鎖などの対応もありませんでした。本校では、毎日の感染症罹患状況を管理職と確認しています。随時マチコミにてお知らせしますので、御確認下さい。

### ③ 保健指導について

保健室では、学年の先生方と協力して様々な保健指導を行っています。歯科指導や薬物指導、月経指導、プライベートゾーンの指導など、学年の実態によって内容を変えて実施しました。保健指導があった際には、何を学習したのか、御家庭でもお話をしていただければと思います。

## 保健関係書類の返却と新年度の提出について

現在、保健室にてお預かりしている保健関係の書類と預かり薬（該当者のみ）等を卒業式または修了式の日には保健用封筒に入れて返却します。

在校生の皆さんは・・・

封筒の表紙を確認の上、提出が必要なものは**始業式の日**に必ず保健用封筒に入れて提出をお願いいたします。

薬などは内容を確認し、新しいものに入れ替えてください。

卒業生（小6、中3）の皆さんは・・・

卒業式の日には返却する使用済みの保健用封筒は御自宅にて保管ください。

本校へ進学される場合は、入学準備会または新入生保護者説明会の際にお配りする書類に必要事項を御記入の上、**入学式の日**に必ず保健用封筒に入れて提出をお願いいたします。

（令和7年度、小・中・高・中学期在校生用）

**保健書類** (新小・中・高・中学期用)

氏名

今年度も、本校の学校保健活動に御協力いただきまして、ありがとうございました。来年度もよろしくお願ひします。  
保健関係の書類等で「年度末の配布物」「返却期」は各表紙の封筒に入っています。提出の日に必ず一人一人貰っておりますので、下記を御確認のうえ、記入漏れのないように、御協力をお願いいたします。

提出期間： 4月7日（月）まで

書類の名称	記入者	内容	保護者チェック
定期健康診断における事前調査表	保護者	定期健康診断の際に使用	
結核検診検診票	保護者	内科、結核検診時に使用	
学校生活管理指導票	医師	①心臓疾患、腎臓疾患 ②心臓又は腎臓疾患のある人 提出が済む場合 1月～1月 日提出 ③「アトピー性皮膚炎」 ④発熱又は皮膚疾患に薬が必要 提出が済む場合 1月～1月 日提出	
学校給食 個人対応 依頼連絡票	保護者	①食物アレルギーで給食等に配慮が必要	
定期薬等お薬の説明書のコピー	保護者	①定期薬（毎日）に薬の服用がある人 新しいお薬の説明書（またはお薬手帳）のコピーを1冊提出してください。	
災害時薬法票	保護者	①定期薬（毎日）に薬の服用がある人 大規模災害時に備え、日分のお薬をお預かりします。提出方法の詳細は「災害時薬の提出方法」を御覧ください。	
緊急時薬使用依頼票	保護者	①下記の対応で学校への届けが可能な人 救急止めの薬、緊急時時の吸入器、食 薬、吸入器、吸入器、吸入器、吸入器	
緊急時用の薬等	保護者	※「診療情報伝達書」または「学校生活管理指導票」への記載が必須です。	
臨時薬・薬師薬使用依頼票	保護者	医師等、日薬等臨時に薬を使用する必要がある場合、薬と共に提出	

※欄不明な点がありましたら、養護教諭まで御連絡ください。

東京独立八王子西特別支援学校

左側の欄に○印がついているものは、提出が必要です。（新中1・新高1の生徒は、提出の必要の有無に関わらず全ての書類が入っています。）

どのような書類なのか、「記入者」「内容」を確認してください。詳しくは、同封されている保健のしおりを御覧ください。

封筒に入れたことを確認し「保護者チェック」欄にチェック☑を付けてください。

**新学期ストレスに要注意** ⚠️ **心** の見守りをお願いします

どの子も一年間、よくがんばりました。もうすぐ進級・進学。新しい学校・新しいクラスについて、おうちでもお話をしているかもしれません。ただ、新たなスタートというポジティブな変化もストレスとなることがあります。

いつもは見られない様子が急に現れたらストレスサインかもしれません

**例**

- 怒りっぽくなる
- 甘えん坊になる
- 分離不安で大泣き
- チックや吃音が出る
- 指しゃぶり
- 発熱などの体調不良 など

気持ちを受け止め、意識的に一緒に過ごす時間を持つことで、徐々に落ち着いてくることもあります。気になる点があるときはご相談ください。