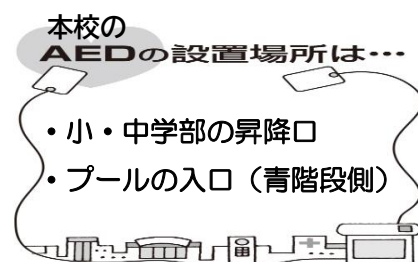


ほけんだより 9月

令和8年9月1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 川畑・長

9月は「防災の日」（1日）、「救急の日」（9日）等、命や安全に関する記念日がある月です。夏休み中には、熊本県の大地震、千葉県での豪雨などがありました。防災は、「万が一」に備える行動や準備のことです。万が一の事態に備えて、避難場所を決めておいたり、自宅やよく行く所の近くにあるAEDの場所の確認をしたり、御家庭でも自分達の命をどう守るのかについて話し合われることをお勧めします。



9月 保健行事予定

2日（水）	高2・身体測定
3日（木）	高3・身体測定
4日（金）	小高・身体測定
7日（月）	小低・身体測定
8日（火）	中・身体測定
9日（水）	高1・身体測定
11日（金）	身体測定予備
17日（木）	療育相談

「夏休みの健康調査」提出のお願い

長期休業中のお子様の健康状態の調査をしています。学校での対応の参考としますので、発作や怪我の様子など、体調の変化等ありましたら御記入いただき、各担任への御提出をお願いします。
提出日は9月1日です。未提出の方はお早めに御提出いただきますようお願いいたします。

飲み薬等の取り扱いについて

本校では、大規模災害時に学校に待機せざるを得ない状況を想定して3日分の災害時薬をお預かりしています。また、臨時的に使用する薬についても学校でお預かりします。

①服薬の内容に <u>変更のない方</u>	・災害時薬は引き続きそのまま預かります。
②服薬の内容に <u>変更がある方</u> 量の増減・新しい薬を追加した等	・災害時薬を新しいものに差し替えることが必要なため、連絡帳にて御連絡ください。 ・お薬の説明書のコピーを1部提出してください。
③今まで飲んでいなかったが、新しく定期的に薬を飲むことになった方	・災害時薬をお預かりしますので、連絡帳にて御連絡ください。 ・御記入いただく書類をお渡しします。
④病気やけがなどで臨時的に処方された薬があり、学校で使いたい方	・連絡帳にて御連絡ください。 ・御記入いただく書類をお渡しします。



熱中症特別警戒アラートについて

(1) 熱中症特別警戒アラートとは

都内全ての暑さ指数情報提供地点における、翌日の日最高暑さ指数(WBGT)が35(予測値)に達する場合等に、前日の午後2時頃に発表されます。

本アラートは「熱中症予防情報サイト(環境省) <https://www.wbgt.env.go.jp/>」から確認することができます。アラート発表時には、と教育委員会から各学校に対し情報提供があります。

(2) 発表時の校内体制について

(ア) 前日に発表があった場合

登校や校外活動については、中止等の判断をする場合があります。

(イ) 当日の発表があった場合

登校前であれば、登校や校外活動について中止等の判断をすることがあります。登校後であれば、下校方法などについて検討します。

※熱中症特別警戒アラートが発表された際には、マチコミにてお知らせします。

突然の中止等の連絡となる場合もありますが、御理解・御協力のほどよろしくお願いいたします。

熱中症対策御協力のお願い!

本校では、熱中症対策を強化しています。引き続き、御家庭での対策も併せてお願いいたします。登校下校時の熱中症対策グッズに関しては、自己管理となっておりますので、御家庭での判断のもとで御持参ください。不安なことなどございましたら、いつでも御連絡下さい。

- ・早寝早起きなど、生活習慣を整える。
- ・必ず朝食を摂る。健康状態が良好か確認し、体調がすぐれない場合は家庭で休養する。
- ・登校前に水分と塩分補給をする。
- ・飲み物は多めに持たせる。
- ・冷感タオルや帽子などの熱中症グッズ(自己管理できるもの)を持たせる。

いつものバッグに **安心** をプラス

外出中に被災したとき、役立つ「防災ポーチ」を作り、普段のバッグに入れて持ち歩きませんか。防災ポーチには以下のものを入れると良いとされています。

☒ 小型ライト	☒ ホイッスル
☒ ウェットティッシュ	☒ マスク
☒ 簡易トイレ	☒ 小銭・現金

この他に「自分専用の備え」も入れましょう。例えば、視界が悪いと危険なので予備の眼鏡などは必須です。また、アレルギー等の常備薬、女性なら生理用品、情報収集などに役立つスマートフォン、モバイルバッテリーも欠かせません。生活を振り返り、ポーチに「自分専用の備え」を入れて、いつものバッグに安心をプラスしましょう。

