



令和6年6月3日
都立城東特別支援学校長
佐藤 亜紀子
保 健 室

梅雨も近づき、気温、湿度ともに上がるこの時期は、体調を崩しやすくなります。また、気温や湿度が高い日は熱中症にも注意が必要です。

こまめな水分補給や十分な睡眠を心がけ、体調を整えて過ごしましょう。

＊6月の保健行事＊

日にち	行事	対象者
4日（火）	体重測定	小1～3年生
5日（水）	尿検査予備日 ※提出ができなかった場合は、医療機関にて検査をお願いします。	1次検査・2次検査が 未提出の御家庭
	体重測定	小4～6年生
7日（金）	体重測定	中学部

定期健康診断結果について

定期健康診断の実施後に、随時結果をお渡ししています。受診が必要とされた場合や欠席等で健診を受けられなかった場合は、可能なかぎり、水泳指導開始前までに医療機関の受診をお願いします。また、受診後は検診報告書を御提出ください。

～水泳指導が始まります！～

プールに入る前にチェック！こんな症状ありませんか？

- ① 熱がある
- ② お腹の調子が悪い（下痢やおう吐がある）
- ③ けがをしている（血が出ているけがなど）

①～③のような症状があるときには、プールに入れません。

内科検診、耳鼻科検診、眼科検診を受けていない人も入れません。

朝、体温を測って自分の体調を知ることも大切です。

また、爪が長いままプールに入ると、自分も他の人もけがをする原因にもなります。

爪は短く切りましょう！



がつ
6月の
ほけんもくひょう
保健目標

は みが 歯をしっかりと磨こう



4～5月に歯科検診がありましたが、みなさんの歯と歯茎は健康でしたか？大人になってからもずっと、一生使っていく歯です。正しい歯みがきをして、健康な歯をつくりましょう！

おぼえよう！

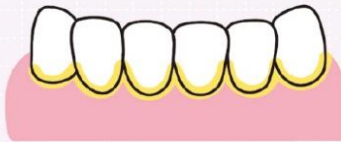
は 歯の みがき残しやすいところ



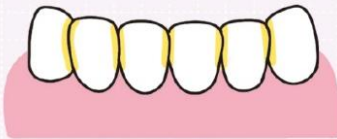
奥歯のみぞ(まん中のへこみ)



歯と歯肉(歯ぐき)のさかいめ



歯と歯の間



歯ならびがデコボコなところ



どれも「歯ブラシの毛先が届きにくいところ」なので、食べもののカスや歯垢(むし歯菌のかたまり)が残しやすいのです。歯みがきをするときは、これらの場所を特に注意して、時間をかけて丁寧に磨くようにしてください。

＊発達相談のお知らせ＊

＊1回目の申込書は7月1日(月)に配布予定

本校の精神科校医「ハナクリニック」の小谷 暁子先生による発達相談を9月から行います。

発達相談は、児童・生徒の発達や生活の中で気になる様子について、精神科校医による相談を通して、家庭や学校におけるよりよい支援の方法を知る機会です。

御希望の方は、「発達相談のお知らせ」の発達相談申込書に必要事項を御記入の上、学校へ御提出ください。

日時		※時間はすべて午前中です。 (9:45～12:00予定) ※相談時間は1組 20分 です。 ※必ず保護者・お子様・担任の同席をお願いしております。
令和6年	9月13日(金)	
【小1・中1・転入生対象】		
	10月 4日(金)	
	11月 8日(金)	
	12月13日(金)	
令和7年	1月17日(金)	
	2月 7日(金)	
	3月 7日(金)	