

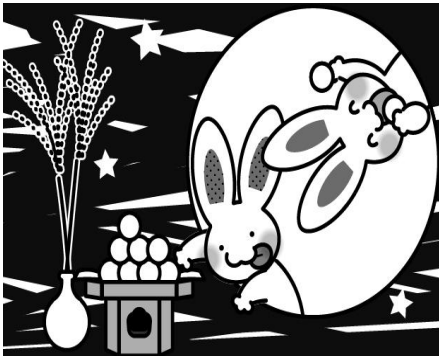
ほけんだより



令和4年 9月

愛知県立小牧特別支援学校

保健室



夏休みが終わりました。今年も新型コロナウイルスの影響の残る夏休みになりましたが、楽しむことはできましたか？この時期は、保護者の方々も、子どもたちも、夏の疲れがでて、気温差などもあり体調をくずしやすくなります。規則正しい生活を心がけて、健康管理をしっかりしましょう。



保健目標

規則正しい生活をしよう

休みモードから学校モードへ 朝の習慣をシフト!



まずは朝10分早くおきてみる



朝、バタバタしないよう前日に準備しておく



朝食後は出なくても便座にすわってみる



睡眠時間は大事 夜は早く寝る

これから、宿泊行事や社会見学など、行事が盛りだくさんです！

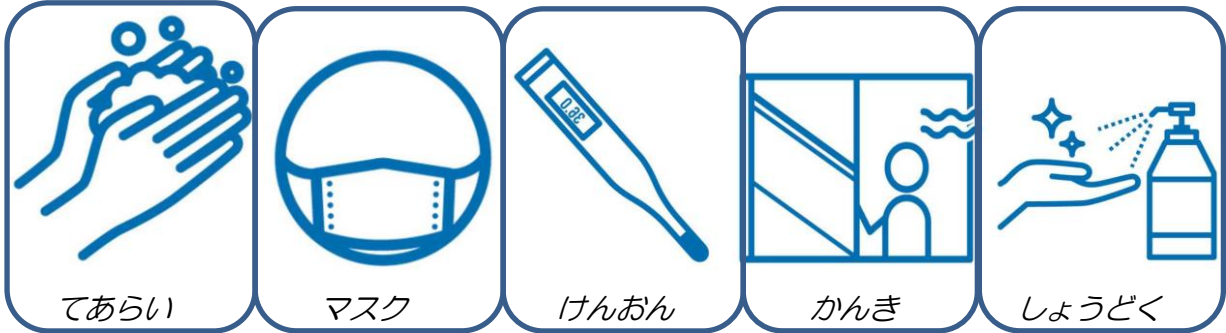
感染症に気をつけながら、体調を整えておきましょう。



ほごしゃかた
保護者の方へ

新型コロナウイルス感染症は、なかなか収束に向きませんね。変異株が次から次へと出現しています。制度や体制が整うまでは、今までどおり注意が必要です。

長期にわたり、御家庭には負担をおかけしていますが、引き続き検温や手指の消毒と、子どもたちの健康観察に御協力をお願いします。



マスクの
着用について

熱中症予防

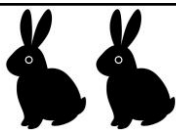


「記録的な猛暑」と、テレビの報道で見かけることが当たり前になってきました。夏休みが終わると涼くなる、というこれまでの当たり前も、ここ数年では通用しなくなるほど、暑い日々が続きます。マスク生活も当たりの日々になっていますが、つけ方についても注意が必要です。

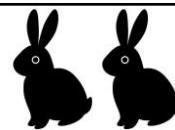
(県からの通知によっては、対応が変わることがあります)

- 屋外（庭や校庭、登下校中の道路など）では基本的にマスク着用の必要はありません。人と距離が近いところで会話をする時はマスクの着用をお勧めします。
- 屋内（教室など）で人と距離が確保できて、会話をしないときはマスクをはずして大丈夫です。
- 運動中は校庭でも体育館でもマスクをはずしましょう。活動中以外の練習場所、更衣室等では、状況に応じてマスク着用を含めた基本的な感染対策を継続しましょう。

※マスクを着用できない人や外せない人がいることも忘れないことが大切です。



9月の保健行事



★ 2日（金）～15日（木）

身長・体重測定（全校児童生徒）

★ 8日（木）13時30分～

宿泊行事事前検診

（小学部5年生、6年生、中学部3年生・高等部3年生）

★ 14日（水）13時30分～

宿泊行事事前検診（予備日）（前回未実施者）