



令和元年 7月 1日

都立八王子特別支援学校

校長 井上 美保

保健室 櫻井・柳野

日に日に暑さが増してきました。暑さになかなか慣れず体調を崩す人も多くなります。いつも以上にバランスの取れた食事・十分な睡眠を意識して夏を乗りきりましょう。冷たいものが美味しい時期もありますが、とりすぎには気を付けましょう。

7月 19 日の終業式を終えると、いよいよ夏休みが始まります。健康に気を付けて、楽しい思い出をたくさん作ってください。みなさんの夏休みの思い出話が聞けることを楽しみにしています。

7月の保健行事

- 1 日（月） 小低体位測定
中3宿泊前健診(13 時～)
- 2 日（火） 小高体位測定
- 9 日（火） 中学部体位測定
- 10 日（水） 療育相談
- 11 日（木） 学校保健委員会
小 5・6 年宿泊説明会
(保健関係の話もします)



9月の保健行事

- 3 日（火） 高1 保護者会
(保健関係の話もします)
- 4 日（水） 小高身体測定
- 6 日（金） 小低身体測定
中1・2 宿泊説明会
(保健関係の話もします)
- 9 日（月） 中学部身体測定
- 10 日（火） 高1 身体測定
- 11 日（水） 高2 身体測定
療育相談
- 12 日（木） 高3 身体測定
- 13 日（金） 小 5・6 宿泊前健診

定期健康診断の結果について

今年度の定期健康診断も 6 月 30 日で終了しました。御協力いただき、ありがとうございました。医療機関での受診を勧められたお子さんは、夏休みを利用して受診をお願いいたします。

定期健康診断結果は終業式の日配布いたします。お子さんの成長を記録したものにになりますので、御家庭で保管をお願いいたします。

夏休みは治療のチャンス



夏休みの健康調査のお願い

保健室では、長期休業中のお子さんの健康状態の調査をしています。終業式の日「夏休みの健康調査のお願い」を配布いたします。記入していただき、9月2日（月）に黄色封筒に入れて、各担任まで御提出をお願いいたします。



熱中症 になりやすいのは こんな人



夏に多い感染症

手足口病

口の中や手足などに
発疹が出ます。
熱が出ることもあります。



ヘルパンギーナ

39℃以上の高熱が出て、
のどに小さな水疱が
たくさんできます。



咽頭結膜熱 (プール熱)

39℃前後の高熱が出て、
のどが痛くなり、
目が充血します。



かかってしまったら



のどや口内の症状があるときは、
脱水にも注意が必要です



手洗いなどで二次感染を
予防しましょう