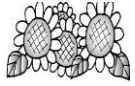


すこやかだより



令和4年度
第5号
京都府立舞鶴支援学校



明日から夏休みです。暑い日が続きます。夏休み中も感染予防対策を心掛けるとともに、けがなどにも十分気を付けて笑顔で元気に過ごしてください。

夏休みは長いようで、ダラダラ過ごしているとあっという間に過ぎます。1日のタイムスケジュールを意識して、生活リズムを整え充実した夏休みになるよう心掛けてください。

夏を元気に楽しく過ごそう!

なつ やす やく そく
夏 休 みの 約 束

あいうえお

あ さごはんを
まいにち た
毎日食べよう



い つもと 同じ 時間 に
お 起きてね



う んどうするときは
すいぶん ほきゆう わす
水分補給を忘れずに



え いろいろ バランス は
OK?



お ふろに 入って
つか 疲れをとろう



からだを動かそう



ゆっくり寝てからだを休めよう

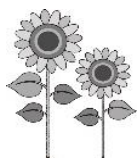


汗を吸収しやすい
パジャマを着る



冷房での冷やしすぎに注意する

感染予防



夏休み中、出かけたり人と会う機会も増えます。1人1人の感染防止は自分を守るだけでなく、周りの大切な人を守ることであります。

手洗い、消毒、マスクの着用、黙食、人との距離をあけるなどの感染予防対策を心掛けましょう。

かん せん しょう よ ぼう 感染症予防 **は** みんなで **あ**ら 洗おう **ただ** 正しく **あ**ら 洗おう



丁寧な健康観察で早期発見・早期対応

日々の健康観察と検温の御協力ありがとうございます。夏休み中も毎日健康観察と検温の御協力よろしくお願ひします。夏休み明け発熱していなくても「いつもと様子が違うな。」と感じられた際は、無理をせず休養をお勧めします。

2学期にお知らせください

以下の項目にあてはまる人は、学校までお知らせください。

体調面

- ◎夏休み中に大きなけがや病気をした
- ◎新たにアレルギー症状が出た（分かっている場合は原因も）
- ◎その他、調子の悪いところや気になることがある

変更点

- ◎緊急連絡先が変わった
- ◎かかりつけの医療機関が変わった
- ◎使用される薬や使用量が変わった

受診結果

- ◎健康診断の結果から治療や検査へ行った場合の結果
- ◎定期受診の結果

