

ほけんだより 8・9月号



向日が丘支援学校
保健室
令和8年8月28日

長い夏休みが終わり、2学期が始まりました。皆さんは、どのような夏休みを過ごしましたか。

夏休み明けは、生活リズムの変化や暑さによって、疲れが出やすい時期です。早寝・早起きや朝ごはんをこころがけ、少しずつ学校生活のリズムを取り戻していきましょう。まだまだ暑い日が続きます。こまめな水分補給や十分な休息をとり、体調管理に気をつけて過ごしましょう。

～9月の保健行事予定～

【発育測定】

9月3日(木) 発育測定(高等部)
7日(月) 発育測定(中学部)
8日(火) 発育測定(小学部9～18組) ⇒
10日(木) 発育測定(小学部1～8組)

【内科健康診断】

9月8日(火) 中学部・高等部
15日(火) 小学部

2学期最初の発育測定なので、身長も測ります。ポニーテール等、頭の高い位置で髪をくくるのは控えて



【正】小学部9～20組

保護者等の皆様

夏休み中は、生活リズムや体の調子がいつもと違うこともあり、心身の変化が出やすい時期です。子ども達が安心して学校生活をスタートできるよう、本日配付しております『夏休み明けの健康調査』に御協力ください。提出期限は9月1日です。小さな変化でも構いませんので、気になることがあれば御記入ください。

お忙しいところ恐縮ですが、よろしくお願いいたします。





7月に熊本県で大きな地震がありました。災害はいつ起こるか分かりません。防災の日、みんなの命を守るための準備の日です。大切なのは日頃からの備えです。

地震が起きたらどうなるの？

何が起きるかを知って、準備をしておくで危険をへらせるよ。おうちの人とも、地震のときのことを話してみよう。

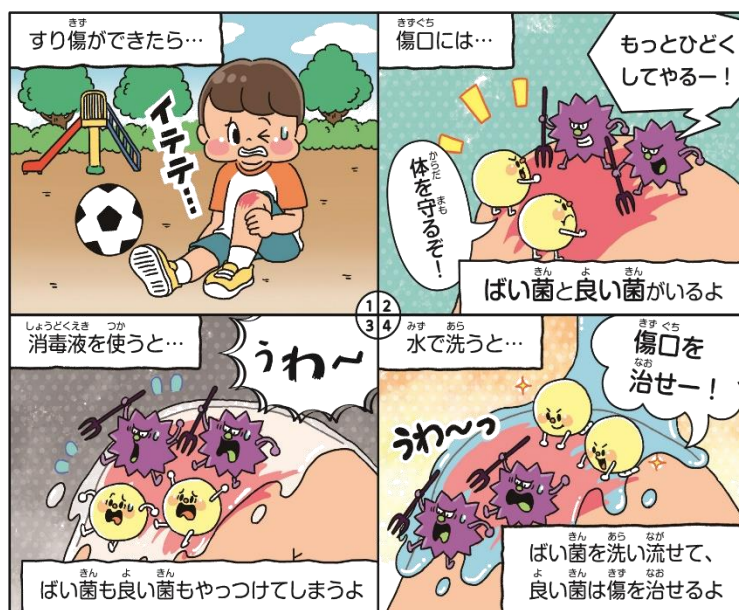


皆さんは、病気や怪我の手当の仕方を知っていますか?

学校で一番多い怪我は“すり傷”です。この機会に、すり傷の手当の仕方について考えてみましょう。



傷口に消毒液を使っていいの？



ポイント 傷口は水できれいに洗おう