



# ほけんだより

8月号・9月号

令和2年8月24日

都立品川特別支援学校 校長 杉本 順

8月になってようやく梅雨が明け、夏本来の暑い日が続くようになりました。例年より短い期間の夏休みとなりましたが、どのように過ごしましたか？

新型コロナウイルス感染症の罹患者数は増加傾向にあり、残念ながら安心できる状況ではありません。保健室でも引き続き感染予防に努めながら、保健行事を行って参ります。

\* \* \* \* \* 保護者の方へ \* \* \* \* \*

## ①8月・9月の保健行事

8月	小学部	中学部
25日(火)		AM 身体測定(中3)
26日(水)	★1 耳鼻咽喉科保健調査票【配布】	★1 耳鼻咽喉科保健調査票【配布】
27日(木)		AM 身体測定(中2)
28日(金)	★2 尿検査予備日(該当者)	★2 尿検査予備日(該当者)
31日(月)	★1 耳鼻咽喉科保健調査票【提出】	★1 耳鼻咽喉科保健調査票【提出】 AM 身体測定(中1)
<b>9月</b>		
1日(火)	AM 身体測定(小6)	
2日(水)	AM 身体測定(小5)	
3日(木)	AM 身体測定(小4)	
4日(金)	★3 心電図検査(小1と該当者)	★3 心電図検査(中1と該当者)
8日(火)	AM 身体測定(小3)	
10日(木)	AM 身体測定(小2)	
11日(金)	AM 身体測定(小1)	
14日(月)	13:30 耳鼻科検診(小5,6)	
16日(水)	9:30 耳鼻科検診(小3,4)	
30日(水)	9:30 耳鼻科検診(小1,2)	

### ★1 耳鼻咽喉科保健調査票について

今年度については、耳鼻科校医の御意見を受け、耳鼻咽喉科保健調査票を使用することになりました。事前の書類審査により、耳鏡・鼻鏡・舌圧子の使用を可能な範囲で避け、感染防止に努め安全に実施をしたいと思っておりますので、御協力のほどよろしくお願いいたします。

### ★2 尿検査予備日(該当者のみ提出)について

該当の方には、8月1週目に郵送で結果通知と尿容器の配布をしております。当日は朝10時頃までに御提出ください。

★3 心電図検査(小1・中1と該当者)について

例年小1・中1と、昨年度中に実施できなかったお子様を対象に実施しております。該当の方には個別に声を掛けさせていただきます。

★4 その他の健康診断について

10月以降に歯科検診を実施する予定です。

★5 夏季休業中の歯磨きカレンダーについて

1学期末に配布したものです。2学期始業式以降に御提出ください。

★6 ピンク色の健康観察表について

8月・9月分が両面印刷になっています。登校時は必ず御記入の上、御持参ください。

\* \* \* \* \*



新型コロナウイルスのニュースが日々の中心になってしまい、ストレスを感じている方はいませんか・・・？

もうこの状況は世界的に見てもすぐに改善されるとは思えませんし、3密を避ける行動様式や体調管理は継続していかなければなりません。それでも、私たちの毎日の暮らしの中に、楽しい、嬉しい、と思えることを増やしていけるといいと思っています。

人間は、にこやかな表情をしていると、脳や心が「今、自分は楽しい」と感じて、気持ちが明るくなってきます。

気分が落ち込んでいたり、疲れているときは、笑顔を作ってみ

てください。大人が笑えば、子どもたちも安心して笑顔になって、そこからまた大人が元気をもらえる、良い循環になるように思います。

ちなみに個人的には、昔のお笑いテレビ番組の再放送を見て大笑いできました。我が家の未就学児も爆笑でした。時には昭和の古い名作も良いものです。

てころに<sup>げんき</sup>元気がないと感じるとき <sup>げんき</sup>元気になれるかも!  
試<sup>ため</sup>してみたいこと

<p>いつもより少しオーバーに笑ってみる</p>	<p>近所の人にも元気に挨拶する</p>	<p>他人のいいところを探して伝えてあげる</p>	<p>これをすれば無条件に楽しいことをやってみる</p>
--------------------------	----------------------	---------------------------	------------------------------