



ほけんだより



9月号

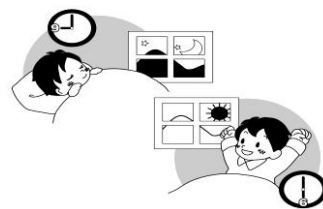
令和3年9月1日

都立品川特別支援学校長 中山 啓

担当：保健室

今年も感染症予防対策、更に緊急事態宣言下で、おもいっきり自由に過ごすことが難しかった夏でした。今日から2学期が始まります。もうしばらく、残暑が続きますが、引き続き体調を整え、楽しい学校生活が送れるよう、少しずつ体をならしていきましょう。

9月の保健目標 生活のリズムを整えよう



9月の予定表

日にち	内容	対象学年	備考
2日(木)	身体計測	中3	
3日(金)	身体計測	中2	
6日(月)	身体計測	中1	
7日(火)	身体計測	小6	
8日(水)	身体計測	小4	
9日(木)	身体計測	小3	
10日(金)	身体計測	小5	
13日(月)	身体計測	小2	
14日(火)	身体計測	小1	
22日(水)	健康相談	対象者	

生活のリズムが乱れると...



なかなか起きられない。



朝食が食べられない。



午前中はボーッとしている。



けんたい髄や頭痛、腰痛がある。

長いお休みで、生活のリズムが変わっている人も多いと思います。

まずは・・・1日の予定を時間で決めてリズムを作りましょう。できれば毎日続けていきましょう。

すると・・・このように少しずつ変わっていきます。



夜はすぐにねむれる



朝はすっきり目がさめる



ごはんがおいしく食べられる



げりやべんぴをしていない



保健室のからお願い

❖健康観察表（ピンク紙 8・9月分）について❖

夏休み中も、引き続きの検温測定、健康観察の記入をありがとうございました。2学期以降も継続実施をしていきます。毎日朝の検温測定を含めた健康観察と記録の継続をお願いいたします。あわせて、マスクの着用をできるかぎりお願いいたします。（不織布マスク）

❖歯みがきカレンダーについて❖

夏休み前に配布した歯みがきカレンダーを回収します。提出をお願いいたします。

❖夏休み中のけが・病気について❖

夏休み中に怪我をしたり、病気（感染症）にかかっていた場合には連絡帳等でお知らせください。また、通院等で主治医の先生からの指示（検査結果、薬の量）が変わった場合にもお知らせください。

❖感染予防対策へのお願い❖

昨今の感染流行状況を鑑み、飛沫感染防止のため、学校で実施している歯みがきを当面、控えさせていただきます。それに伴い、通常、歯ブラシの持参をお願いしておりますが、持参不要といたします。感染状況が落ち着いてきましたら、再開を検討いたします。

❖緊急時対応（医療的ケア、てんかん発作、体調不良、怪我等）についてのお願い❖

現在、御存じの通り医療体制が大変厳しいとの報道があります。本校は現在まで、怪我やてんかん発作等の緊急時に救急車要請をし、医療機関へ受診をすることがありますが、今後、今までのように消防署も医療機関も対応していただけない困難な事態が想定されます。場合によっては、搬送ができない、受診ができないことが起こりえます。今一度の御理解をお願いいたします。学校でも引き続き安全に配慮し健康観察を含めた健康管理を実施してまいります。怪我や体調不良時等のお迎えの御連絡を今まで以上にお願いすることがあることを御理解・御協力いただけますようお願いいたします。また、発熱等体調不良が疑われる場合は、無理をせず、御家庭で経過観察をしていただき、状態により医療機関へ御相談をお願いいたします。体調が安定されている場合でも、登校前の体温測定、その他症状についての様子を健康観察表に毎日必ず記入ください。健康観察表は忘れず、学校へ持参くださいますようお願いいたします。



9月9日は救急の日

救急箱の中身を
チェック♪



9月は、防災や救急について、日頃の備えを再確認する月です。御家庭にある救急箱や災害時グッズの中身をこの機会に確認してみたいかがでしょうか

★学校では、以前から災害用薬（3日分）をお預かりしていますが、今年度、アレルギーを持つ児童生徒の備蓄食（3日分）を学校でお預かりする準備を進めています。該当の御家庭へ近くお知らせをさせていただきますので、ご準備をお願いいたします。（該当外の児童生徒は、通常の備蓄食となります。）