

ほけんだより



令和5年9月6日
茨城県立鹿島特別支援学校

2学期が始まりました。残暑が続いていますが、夜は涼しい風を感じる日もあり、少しずつ秋の気配が近づいていますね。

9月は夏の疲れも出てきて、体調を崩しやすい季節です。夏休みのゆっくりとした生活リズムから、「早寝・早起き・朝ごはん」で生活リズムを整えて、体の抵抗力を高めていきましょう！

今月の保健行事

- 9月 4日(月) 身体測定(高等部)
9月 5日(火) 身体測定(中学部)
9月 6日(水) 身体測定(小学部4～6年)
9月 7日(木) 身体測定(小学部1～3年)
9月 8日(金) 身体測定(にこにこ、ほほえみ、えがお、スマイル)

★ 2学期始め、定期の身体測定を実施します。

また、身体測定の結果から、体重増加が気になる児童生徒を対象に、月に2回の身体測定を行う「健康クラブ」が始まります。対象者には、後で記録ファイルを配ります。



今月の目標

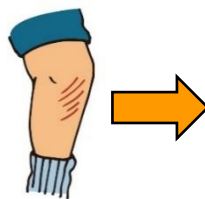
「けがに注意しよう」

★もし、けがをしてしまったら・・・

「教室の机やイスにぶつかった。」「作業学習中に手を切った。」など、保健室には毎日いろいろなけがをして来室する人がいます。

9月の目標は「けがに注意しよう」です。もし、けがをしてしまっても、自分でできる手当てがあることを知っているといいですね。

<保健室に来る前にしてほしい「すり傷」の手当て>



水道の水で
きれいに
洗いましょう

～保護者の方にお知らせ～

◆感染症の流行状況について

8月のお盆あたりから、県内でも「新型コロナウイルス感染症」の患者報告数が大幅に増加しています。もし、家庭内で感染者が発生しても、しっかりと療養期間を守って安静に過ごしてください。

【新型コロナウイルス感染症の出席停止(療養)期間】

発症した後5日を経過し、かつ、症状が軽快した後1日を経過するまで

*こちらも参考にご覧ください。→[感染対策のポイント 他\(厚生労働省ホームページ\)](#)

◆夏休み中の健康状況について

7月に配付済みのお知らせにもありましたが、夏休み中の健康状況について、大きなけが・病気にかかった、入院した、基礎疾患(てんかん、心臓病、糖尿病など)の状態に変化があった、などある場合は、担任までお知らせください。

ケースに応じて電話等で確認をさせていただくこともあります。ご協力よろしくお願いいたします。

