

ほけんだより 5月

令和6年5月1日
 都立板橋特別支援学校
 校長 尼子 創一
 保健室

入学・進級から早いもので1か月がたちました。朝晩の温度変化が激しく、日中は暑くなる日も増えてきます。規則正しい生活と、上手なりフレッシュで、5月を元気に過ごしましょう。さて、今月は体育祭があります。とても楽しみです。熱中症やけがに注意して練習や応援に励みましょう。



日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			耳鼻科検診予備 (13:00)	体重測定 (対象者9:20)	憲法記念日	みどりの日
5	6	7	8	9	10	11
こどもの日				尿検査2次	尿検査2次	体育祭
12	13	14	15	16	17	18
	振替休日	1、3年眼科検診 (13:30)		1年心臓結核検診 (9:00)	2年眼科検診 (13:30)	
19	20	21	22	23	24	25
		眼科検診予備 (13:30)	歯科検診 (9:25)		健康相談	
26	27	28	29	30	31	6/1
		精神科相談				

※対象者の体重測定は、BMI25以上の生徒を対象にしています。

保護者の方へ

●定期健康診断について

保護者の方には提出物等に御協力いただき、誠にありがとうございます。各検診で疾病や異常（または疑い）が見られた場合は、その都度お知らせプリントを配布しています。異常なしの場合、結果プリントはお渡ししていません。プリントを受け取り受診した方は、プリント下部の受診報告書を提出してください。

健康診断結果を一覧で記載した「健康診断の結果」は、6月下旬頃に全員に配布予定です。

●健康相談・精神科相談のお知らせ

健康相談ではお子さまの身体や疾患等について、精神科相談では発達や行動等について、お困りのことや悩んでいらっしゃることを御相談いただけます。相談人数に限りがありますので、御希望の方は以下の予約方法にてお早めに申し込んでください。

健康相談日

日 時：5月24日（金）14時～

先 生：内藤 利勝先生

場 所：保健室

予 約：1週間前までに担任または保健室に連絡

精神科相談日

日 時：5月28日（火）14時～

先 生：北 道子先生

場 所：2階 教育相談室

予 約：4月に配布した申し込み用紙を提出

ほけんもくひょう 5月の保健目標

せいけつ たも からだを清潔に保とう

せいけつ み
♪清潔なものを身につける



ふる
♪お風呂に入る



は みが
♪歯を磨く



つめ き
♪爪を切る



ハンカチでふく

までが

手洗い

です

ぎょうしつ うんどうじょう
教室のドア、運動場の

つち ゆうぐ
土や遊具、トイレのレバ

さね
ー…いろいろなものを触

るみなさんの手にはバイ

きん
菌がいっぱい

かぜ げんいん
風邪などの原因になるので、

せつ
石けんでの手洗いが大切ですね。でも、洗っ

た後、手をブラブラさせたり、服でサツとふ

いたりして、あとは自然乾燥…なんてことを

していませんか？



て あら
手が濡れたままだとバイ菌がつきやすくなり、せ
つ たら
つかく手を洗ったのに、またすぐにバイ菌だらけに
なってしまう。

ふく きん て うつ
服でふくのも×。服についているバイ菌が手に移
るだけでなく、手の水分をきれいにふき取れません。

て あら あと
手を洗った後は、
せいけつ かわ
清潔な乾いたハンカチで
しっかりふきましょう

