

令和7年11月4日

## 都立板橋特別支援学校長

山崖 直人

## 保健室

1年生の移動教室、2年生の校外学習も終わり、3年生はたくさんの人が現場実習に出る季節となりました。これから12月の文化祭に向けて準備が始まります。当日は日頃の頑張りを発表する貴重な機会です。バランスの良い食事を心掛けるなど、自分自身ができることに取り組み、万全な状態で臨めるようにしましょう。



## 保護者の皆様へ



## ① 感染症について

これらの季節は感染症が流行しやすくなります。引き続き感染症対策に御協力をお願いいたします。また、学校感染症に罹患した際は、学校への連絡と、出席停止が解除となり登校を再開する初日に、保護者の方が記入した治癒連絡票を担任へ御提出ください。（治癒連絡票は学校のホームページに掲載されています。）本日、1枚配布いたしますので御活用ください。

## 【基本的な感染防止対策】

### ○着用が効果的な場面でのマスク着用

人混みに行くときや、咳・くしゃみが出るときにはマスクの着用をしましょう。

## ○手洗い・消毒をする

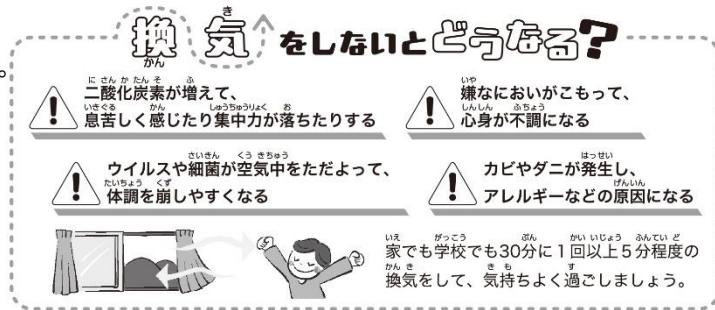
食事前や外出後など、流水・石鹼でこまめな手洗い・消毒をしましょう。

## ○換気をする

十分な喚起をすることは、感染症対策につながります。

## ○予防接種

インフルエンザワクチンは、感染を予防する効果や、発症した場合には重症化防止に有効とされています。



## ② 冬季の感染症対策について

冬季は特に感染性胃腸炎等も流行しやすい時期です。おう吐物や下痢などには、ウイルスが大量に含まれています。学校での集団感染を予防するため、通年、おう吐や下痢などで汚れた衣類は学校では洗わず、ビニール袋に密閉して御家庭へ持ち帰ります。保護者の皆様には御手数をお掛けいたしますが、御理解と御協力をお願いいたします。

### ③ 健康相談について

## 健康相談日

## 精神科相談

日時：11月21日（金）

日時：11月25日（火）

先生：内藤 利勝先生（内科）

先生：北道子先生（精祐）

場所：教育相談室（予定）



# がつほけんもくひょう 11月保健目標

## きおん へんか たいおう 気温の変化に対応しよう

まいにち かんだんさ おお あき たいちょう くす てきど うんどう はやねはやあ  
毎日の寒暖差が大きくなる秋は、体調を崩しがちです。適度な運動、早寝早起きなど

ほか したぎ うわぎ いふく ちょうせい  
の他、下着や上着など衣服でも調整できるようにしましょう。

