



令和4年4月28日

愛知県立名古屋特別支援学校

保健室

ほけんだより

さわやかな風の吹く季節になりました。これからは暑くなる日が増えてきます。服装の

調整やこまめに水分補給を行い、体調に気を付けて、元気に運動会を迎えましょう！



運動会を楽しむために！



前日は早く寝て睡眠を十分にとりましょう。



しっかり朝ごはんを食べて

頭も体も起こしましょう。

準備体操と

整理体操



足先の安全のため、靴を履きましょう。

こまめな水分

補給を忘れずに！



手と足の爪を

切りましょう



5月の気温の変化に気付けよう！



朝は涼しくても、昼間にはじんわり汗が出るほど暑くなります。上着を用意するなどして体温調節をできるようにしましょう



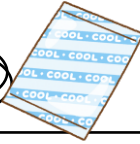
今年の運動会は、**体育館**で行います。晴れて気温が上がる場合は熱がこもりやすい

ので、保冷剤で体を冷やしたり、水分補給をしっかりしたりするようにしましょう。

また、雨の日は湿度が高くなって汗が乾きにくいです。水分補給をすると同時に、タ

オルでこまめに汗をふくようにしましょう。

ほれいざい あずか
★保冷剤を預かります



ほんねんど だんだん あたたか 暖かくなってきました。そろそろ保健室の冷凍庫で保冷剤の保管を始めます。体温調節が難しく、保冷剤が必要な児童生徒のうち、学校での預かりを希望する場合は、担任へお持ちください。

保健室での預かりは、一人1個です。必ず名前を書いてください。特に申し出がなければ、2学期の終わりまで預かります。

○●○○●○ **5月の健康診断日程** ●○○●●●

検診内容	対象	日時	検診担当医
内科検診 (全員) 結核検診 (小・中) 野外活動事前検診 (中2、高2)	小1・中1	5月6日 (金) 13:30~14:30	内科学校医 愛知県青い鳥医療療育センター 西村ひさ枝医師
	中2・高1	5月10日 (火) 14:00~15:00	
	予備日	5月13日 (金) 13:30~14:30	

耳鼻科検診 (全員)	中学部・高等部	5月12日 (木) 9:15~12:00	耳鼻科学校医 さくらクリニック 木口淳医師
------------	---------	-------------------------	-----------------------------



歯科検診 (全員)	中学部・高等部	5月19日 (木) 9:30~11:30	学校歯科医 山村デンタルクリニック 山村聡医師
	小学部	5月26日 (木) 9:30~11:30	

ほごしやさま
保護者様

保健関係書類の提出をはじめ、定期健康診断など、学校保健に対して御協力いただきありがとうございます。5月の検診予定を上記に記載しましたので、予定している欠席がありましたら、事前にお知らせください。

なお、運動会の練習が始まりますので、引き続き体調管理に御協力をよろしくお願ひします。健康面で心配なことがあればお気軽に御相談ください。