

ほけんだより^{がつ}9月

保 学 内 発 9 号
 平成30年9月10日
 大阪府立八尾支援学校 保健室

今日から2学期がはじまりました。今年も暑さが厳しい夏でしたが、みなさん、元気に夏休みを過ごせたでしょうか。

行事に向けて、夏休みモードから抜け出し、生活のリズムを整えましょう。

9月の保健行事日程



日	曜日	保健行事	対象者
12	水	修学旅行前検診	小6・中3
13	木	身長・体重測定	中3年
14	金	身長・体重測定	小4～6年
18	火	身長・体重測定	小1～3年
19	水	身長・体重測定	高等部
		心の健康相談	希望者
20	木	身長・体重測定	中2
21	金	身長・体重測定	中1年
25	火	整形外科相談	小学部
26	水	修学旅行前検診（予備日）	未受検者



※身長・体重測定日、髪型をポニーテールやお団子にすると身長が正確に測れません。
髪の毛は下のほうでくくって登校してください。

おくがい かつどう ねっちゅうしょう ようちゅうい
屋外での活動・・・熱中症やけがに要注意!!!



まだまだ暑い日が続きます。

体調が悪いときに、無理をすると**熱中症**や**大きなけが**に繋がりがやすくなります。お子さまの体調等で気になることがあれば、早めに休養をとるようにしてください。

学校でも、十分に注意しながら、活動したいと考えています。

また、学校で体調不良のある場合、必要に応じて、お迎えをお願いすることもありますので、ご協力お願いいたします。

災害の時にあわてないために、準備をしましょう



9月1日は防災の日、9日は救急の日でした。
日本は地震が多いため、いつどんな災害がくるかわかりません。
今年も、この機会に、自宅にある備蓄品の賞味期限等を確認し、必要なものをそろえてみてください。

非常持ち出し袋の内容例

★必要なものチェック表

- | | |
|---|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 水（1人1日3ℓが目安） | <input type="checkbox"/> タオル |
| <input type="checkbox"/> 調理不要の非常食
（家族分を最低3日） | <input type="checkbox"/> ウェットティッシュ |
| <input type="checkbox"/> 懐中電灯 | <input type="checkbox"/> トイレットペーパー |
| <input type="checkbox"/> 電池式携帯充電器 | <input type="checkbox"/> 簡易トイレ |
| <input type="checkbox"/> 救急医薬品 | <input type="checkbox"/> 着替え |
| <input type="checkbox"/> 現金（小銭も） | <input type="checkbox"/> 食品用ラップ |
| <input type="checkbox"/> 常備薬 | <input type="checkbox"/> 歯ブラシ |
| | <input type="checkbox"/> 新聞紙 などなど・・・ |



災害時に備え、以上の物を参考に準備しておくのも良いですね！

出典：大阪府 HP 防災情報ライブラリー「日常の心得（災害に備えを）」

★大災害時の予備薬について★

例年、大災害時に備えて3日分の予備薬を、常時児童生徒のみなさんのかばんに入れていただいております。新学期のスタートと防災の日を機会に、薬の使用期限切れや、服薬の量・種類をご確認いただき、ご家庭で薬の入れ替えをしていただきますよう、よろしくお願ひします。



薬は湿気に弱いものです。この暑さで薬の形状が変わったりしていないかも併せてご確認ください！！