

平成31年2月6日 東大阪支援学校

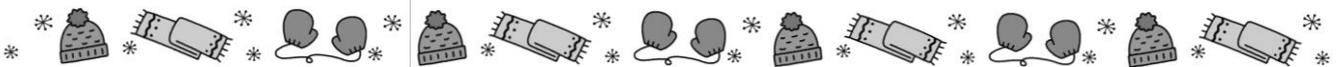
2月の保健行事

| 日程 | 行事 | 対象者 | 日程 | 行事 | 対象者 |
|-------|------|-------------|--------|-----------|-------------|
| 5日(火) | 体重測定 | 小学部・生活課程1年 | 12日(火) | 体重測定 | 欠席者 |
| | | | | 眼科健康相談 | 希望者 |
| 6日(水) | 体重測定 | 中学部 | 14日(木) | 内科健康相談 | 希望者 |
| 7日(木) | 体重測定 | 普通課程・生活課程3年 | 25日(月) | 体重測定(3月分) | 高等部3年 |
| 8日(金) | 体重測定 | 生活課程2年 | 26日(火) | 体重測定(3月分) | 小学部6年・中学部3年 |

3月の健康相談のお知らせ

お子様の健康について、気になることがありましたら、ぜひこの機会にご相談ください。
希望される方は、担任を通じて保健室にご連絡ください。

| 相談名 | 校医 | 日程 | 相談事例 |
|----------|-------------|--------|------------|
| こころの健康相談 | 塚本先生(精神科校医) | 3/4(月) | ・心に関すること全般 |



2月20日はアレルギーの日です

2月20日は「アレルギーの日」(17~23日はアレルギー週間)です。アレルギーとは、私たちの体に本来備わっている防御機能「免疫」が、入ってきた異物に対して過敏に働くことで、さまざまな症状が出てしまうことをいいます。

食物アレルギーのほか花粉症、金属によるかぶれなどもアレルギーの一種です。

アレルギーの原因となる物質や症状が出る量は、人によって全く違います。また、以前は平気だったものに対して突然アレルギー反応が出ることもあります。何かを触る・食べるなど特定の行動をとったときに「咳」「くしゃみ」「痛み」「かゆみ」「赤く腫れる」などの症状がみられる場合は、早めに受診されることをおすすめします。





ほけんだより 2月

平成31年2月6日 東大阪支援学校

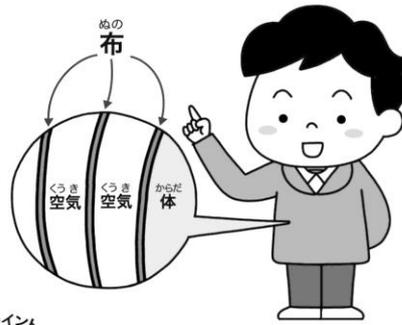
寒さをふせぐ服装の工夫

3つの首をあたためる



ポイント マフラー・手ぶくろ・くつ下などの小物をうまく使う。

上手な重ね着をする



ポイント はだぎ肌着→シャツ→セーターのように重ね、空気の層をつくる。

かせ・インフルエンザを予防しよう！



シーズン到来！花粉症 予防対策



花粉 非常に多い
テレビの花粉情報を
毎日チェックする。



外出時にはマスクや
メガネで花粉を防ぐ。



密着した服は
屋内に入るときには
花粉を払い落とす。



症状がひどい人は
病院を受診してみる。

こんな日は 花粉日和



よく晴れた日 風が強い日 雨のあがった後