



ほけんだより

夏休み号

ふじざくら支援学校
保健室
令和8年7月22日発行

新しい環境でスタートした1学期も今日で終わり、明日から待ちに待った夏休みです。夏休みは、家で過ごしたり、事業所へ行ったり、お出かけしたりといつもと違う生活リズムになる人も多いと思います。元気に乗り切るためには、夜更かしや朝寝坊は時々にして、学校がある日と同じ生活リズムで過ごすことがポイントです。また、暑い日も続くので熱中症や水の事故などにも気を付けてください。2学期に笑顔のみなさんに会えるのを楽しみにしています。



夏休みを元気に過ごそう！



夏休みは、暑い日が続くので、睡眠時間をしっかりとる、一人で川や海などの水辺に行かない、こまめに水分補給をするなど、熱中症や水の事故にも注意してください。また、暑くてジメジメしているので、食中毒にも要注意です。

熱中症



暑い日は熱中症に注意。のどが渇く前に水分をとり、こまめに休憩しましょう。

水の事故



雨がやんだ後でも川は危険です。増水した川には近づかないようにしましょう。

食中毒



気温の高い夏は細菌が増えやすくなります。手洗いと食品管理を徹底しましょう。



保健室より

保護者の方へ

～夏休みは受診のチャンスです～

4月から実施した健康診断の結果、受診や治療が必要な場合には、お子様を通じてお知らせを出しています。

まだ医療機関を受診していない場合には、時間の取りやすい夏休みを利用して、受診や治療をお願いします。特にむし歯の治療は、1回で終わらないことが多いので、早めの受診をおすすめします。

受診が済みましたら
受診勧告書に結果を
記入し、学校に提出
をお願いいたします。





保健室からの配付物



本日、健康手帳、夏休みの健康調査、はみがきクエスト（歯科検診で所見のあった児童生徒のみ）を配付しました。

●健康手帳

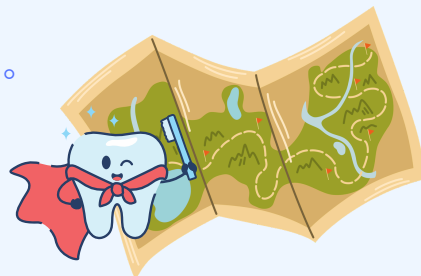
1学期に行った健康診断の結果が記録されています。

●夏休みの健康調査

夏休み中の健康状態をお知らせください。

●はみがきクエスト（対象者）

夏休み中に歯と口に良い習慣を身に付けられるよう、取り組みましょう。



※2学期の始業式（8月27日）に提出をお願いします。

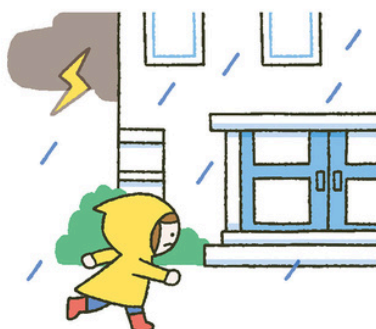
※歯みがきカレンダーは、必要な児童生徒のみ配付しています。

雷から自分をまもる行動

突然の雷から自分自身を守るために、知っておきたい安全行動のポイントを紹介します。



木や電柱など背の高いものから4m以上離れる。
さしている傘はとじる。



建物や車の中などに避難して、なるべく空間の真ん中にいるようにする。



近くに避難する場所がない場合には、身を低くして雷しやがみをする。



8月の保健行事



学部	行事	対象	日時
小学部	身体測定	高学年・Aクラス	8月31日(月) 9:30～
	修学旅行前健康診断	6年生	8月31日(月) 13:00～
高等部	身体測定	全員	8月28日(金) 9:30～

※ 中学部、小学部低学年・中学年の身体測定は、9月に実施します。

