

9 ほけんだより

令和7年9月1日 平野支援学校 保健室

夏休みが終わり、2学期が始まりました。夏休みはお家でゆっくりしたり、万博にいったりなど、それぞれに夏の思い出ができたことでしょう。

まだまだ暑い日が続いているので、夏の疲れもたまりやすい時期です。無理せず、体調管理に心がけ、新学期も元気に過ごしていきましょう。

9月の保健行事

- 2日(火) 発育測定(中)
- 3日(水) 発育測定(高)
- 4日(木) 発育測定(小)
- 24日(水) 泊行事前の内科検診

対象 小6・中3・欠席者(高3)
修学旅行前の内科検診です。10月1日(水)にも欠席者検診があります。どちらかに受検の予定をお願いします。

生活リズムを整えよう

長い夏休み、夜遅くまでおきていたり、生活リズムが乱れがちではなかったでしょうか？生活リズムが整わないと、体調も崩しやすくなります。早寝・早起き・朝ごはんを心がけましょう。

できているかな？

早寝
早起き
朝ごはん！

お知らせ・お願い

○まだまだ暑い日が続きますので、水筒のご準備をお願いします。

○厚生労働省から「学齢期の予防接種」に関する案内がありましたので情報を提供します。QRコードを読み取っていただくと、定期接種の案内チラシをご覧ください。



9月1日は防災の日



日本は地震や台風、津波や豪雨などの災害が発生しやすい国です。「防災の日」とは、災害による被害を少なくするために、避難訓練を行ったり、防災グッズをそろえて、地震や台風などが起きた時に備える大切な日です。



災害時に必要な常用薬について



○災害時に必要な常用薬の預かりを希望されているお子様には「災害時与薬依頼書」をお渡ししています。新たにご希望の方は担任を通じて保健室までご連絡ください。詳しい持参方法は左QRコード「別紙3」を参照ください。



災害用個人備蓄品に経管栄養セットを準備されている方

○必要な方は注入量等がわかるよう記入のうえ、一緒に防災カバンに保管をお願いします。

薬の有効期限や、防災バック内の消費期限の確認・交換を引き続きお願いします。

保健室内 防災グッズ・・・一例です。ローリングストックしたり、補充したりしています。



600Wh程度のポータブル電源



三角巾やガーゼなどの衛生材料（内服薬等の薬品の準備はありません）



電気を必要としない、足ふみ吸引や乾電池による吸引器

