ほけんだより 11月

保学内発第7号　令和8年11月　大阪府立八尾支援学校保健室



秋も深まり、朝晩の冷え込みを感じる頃となりました。
日中との気温差が大きく、体調を崩しやすい時期です。
また、これからはかぜやインフルエンザなどの感染症が流行しやすくなります。
手洗いやうがいを丁寧に行い、十分な睡眠やバランスのよい食事を心がけながら、
元気に過ごしましょう。

いい歯のために プラークコントロール！



プラーク（歯垢）はうがいでは取れず、歯ブラシでもきれいに取るのが難しいです。



毎日しっかり歯みがきをして、プラーク（歯垢）を増やさないのが対策の基本です。



歯石になると歯みがきでは取れないので、歯科医院で取ってもらいましょう。

あなたの「座右の銘」は？

あなたには「座右の銘」がありますか？「座右の銘」とは、自分の心や未来にしっくりくる言葉。こうありたいという理想やこうしようという行動指針を表すものです。あなたも、座右の銘を見つけませんか？

【座右の銘の例】

- 笑う門には福来る
- 七転び八起き
- 一日一善
- 一期一会
- 成せば成る
- ケセラセラ（なるようになる）



保護者の皆さまへ

●学校での臨時服薬について

朝晩の冷え込みが増し、風邪などの体調不良がみられる季節になってきました。体調管理に気を付けていても、治療のために日中の服薬が必要になることがあります。学校で一時的に服薬が必要な場合は、次の3点を連絡帳にはさんでご提出ください。

① 処方薬（1回分）② 薬の説明書（薬剤情報提供書）③「臨時薬連絡票」

学校で用法・用量を確認したうえで、安全に服薬できるよう対応いたします。

なお、お預かりできる薬は、医療機関で処方された処方薬に限ります。市販薬はお預かりや服薬の対応ができませんので、ご了承ください。

※「臨時薬連絡票」の用紙は、保健室で配付しています。また、本号の裏面にも掲載しています。八尾支援学校ホームページの「在校生・保護者の皆さまへ」内の「保健室より（各種届け・申込用紙）」からもダウンロードできます。必要事項をご記入のうえ、ご提出をお願いいたします。

臨時薬　連絡票

① 風邪薬、鼻炎薬など学校で一時的に服用が必要な場合は、下記の用紙に必要事項を記入の上、「薬の説明書]と処方薬1回分を連絡帳に入れて、学校へ持ってきてください。
② 病院で処方された薬でお願いします。（市販薬は不可）
③ 薬の説明書、連絡帳での説明等がない場合、電話連絡をさせていただきます。連絡がつかない場合は、服薬させずに返却することもありますので、ご了承ください。
※この用紙が必要な場合は、連絡帳にて学校へご連絡ください。

きりとり線

≪記　入　例≫

臨時薬　連絡票

（小学・中学・高等　）部　1年　0組

名前　（　**八尾　太郎**　）

日にち	令和　**1**年　**4**月　8日（　**水**　）
診察機関	**貴島病院本院**
服薬理由	・　風邪をひいているため　など ・ **アレルギー症状と咳が出るため**
薬品名	・ **セルベックス**　50mg ・ **ソロムコ**　15mg ・ PL**細粒顆粒**　1g
服薬量	mg　・1　包　・2　錠
服薬時間	昼食前　・（昼食後）・　：　ごろ その他（　　）
服薬確認者	

臨時薬　連絡票

（小学・中学・高等　）部　　年　　組

名前　（　　）

日にち	令和　　年　　月　　日（　）
診察機関	
服薬理由	・　風邪をひいているため　など ・
薬品名	
服薬量	mg　・　包　・　錠
服薬時間	昼食前　・　昼食後　・　：　ごろ その他（　　）
服薬確認者	

臨時薬　連絡票

（小学・中学・高等　）部　　年　　組

名前　（　　）

日にち	令和　　年　　月　　日（　）
診察機関	
服薬理由	・　風邪をひいているため　など ・
薬品名	
服薬量	mg　・　包　・　錠
服薬時間	昼食前　・　昼食後　・　：　ごろ その他（　　）
服薬確認者	

臨時薬　連絡票

（小学・中学・高等　）部　　年　　組

名前　（　　）

日にち	令和　　年　　月　　日（　）
診察機関	
服薬理由	・　風邪をひいているため　など ・
薬品名	
服薬量	mg　・　包　・　錠
服薬時間	昼食前　・　昼食後　・　：　ごろ その他（　　）
服薬確認者	