

ほけんだより5月

保校内第2号 令和7年5月 大阪府立八尾支援学校

しんがっ き はじ やく げつ こころ ちょうし
新学期が始まり、約1か月がたちました。心とからだの調子はどうですか。
あた かんきょう つか
新しい環境になれてきたところで、たまっていた疲れがでやすくなります。
がんばることと同じくらい、休むことも大切です。疲れを感じたら、いつもより
すこ はや ね こころ やす
少し早く寝るようにして、心とからだを休めてくださいね。

がっこう い せんせいがた
学校医の先生方を
しょうかい
ご紹介します



こんねん ど けんこうしんだん ひ ごろ けんこうかん り せ わ せんせいがた
今年度、健康診断や日頃の健康管理などでお世話になる先生方です。

ない か 内科	き し ま せんせい 貴島 先生	き じ ま びょういんほんいん 貴島病院本院
し か 歯科	み や け せんせい 三宅 先生	し か い い ん みやけ歯科医院
が ん か 眼科	い わ が き せんせい 岩垣 先生	い わ が き が ん か 岩垣眼科
じ び か 耳鼻科	た な べ せんせい 田邊 先生	た な べ じ び い ん こ う か 田辺耳鼻咽喉科
せいけい げ か 整形外科	や な ぎ だ せんせい 柳田 先生	ダイナミックスポーツ
せい し ん か 精神科	ま つ お か せんせい 松岡 先生	や お 八尾こころのホスピタル
やくざい し 薬剤師	よ し は ら せんせい 吉原 先生	だ い わ ば し や つ き よ く ながお大和橋薬局

保護者の皆様へ

いそが なか ほけんしよるい かんけいしよるい きにゆう きょうりよく
お忙しい中、保健書類関係書類の記入にご協力いただきありがとうございます。
がつ うんどうかい お れんしゅう はじ あつ よわ こさま ほれいざい くび ま かつどう
5月の運動会に向けて練習が始まっています。暑さに弱いお子様は、保冷剤を首に巻いて活動するこ
ともできますので、バンダナをお持ちください。

健康診断の結果について

けんしん ご くわ けん さ じゅしん ひつよう ば あい し わた せんもん い じゅしん
健診後、詳しい検査や受診が必要な場合にお知らせをお渡しします。早めに専門医を受診し、
じゅしんほうこくしよ ていしゆつ
受診報告書をご提出ください。

また、受診した時に、『異常なし』と診断されることがまれにあります。

これは学校での健康診断が集団検診という性質上、「スクリーニング(病気・異常の疑いがあるもの
えら だ もくてき り かい きょうりよく ねが
を選び出す)」を目的としているためです。ご理解ご協力をお願いいたします。

ちりょうかんこくしよ はい ふうとう かなら へんきやく せいしつじょう ねが
治療勧告書の入った封筒は必ずご返却いただきますよう、よろしくお願いいたします。

がつ にち じつし けんこうしんだん きろく がっしきしゅうりようごろ まい かみ
6月30日までに実施しました健康診断の記録は、1学期終了頃に1枚の紙にまとめて
はい ふ かく かてい ほかん ねが
配付させていただきます。各ご家庭にて保管のほど、よろしくお願いいたします。

うんどうかい たの さん か
運動会を楽しく参加するためにしてほしいこと

みなさん、運動会練習をがんばっていますね。

運動会では、次のことに注意をして、元気に楽しんで参加してください。



① 前日は早く寝て、体調を整える



② 朝ごはんをしっかり食べてくる



③ 手足のつめを切っておく



④ 汗をふくタオルを持ってくる



⑤ 準備運動をしっかり行う



⑥ こまめに水分を取る



⑦ 周りのみんなと協力して、全力で楽しむ



※体調が悪くなったときは、すぐに先生に伝えてくださいね

運動会の疲れをしっかりとるために、お風呂に入ってみませんか？

湯船につかると いいことがたくさん！

けつえき
血液やリンパなどの
なが
流れがよくなる

きんにく かんせつ
筋肉や関節がやわらぎ、
こりがとれる

からだのよごれがとれる

ふくこうかんしんけい かっぱつ
副交感神経が活発になり、
リラックスできる

ねむ
眠りやすくなる

つか
疲れがとれる

