



ほけんだより

3月



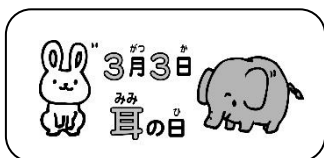
保校内発 11号

令和3年3月1日

大阪府立八尾支援学校 保健室

少しずつ寒さも和らぎ、春を感じる季節となりました。今年度も残すところあと1か月です。この1年間でやり残したことはありませんか？4月からの新生活を気持ちよくスタートするために、引き続き手洗い・うがい等の感染症対策をしっかりとし、心も身体も元気に卒業式・修了式を迎えましょう。

3月の保健行事日程



日	曜日	保健行事	対象者
1	火	体重測定	高等部
2	水	体重測定	中学部
3	木	体重測定	小学部
16	水	心の健康相談	希望者

9日
高等部 卒業式

11日
小・中学部 卒業式

❀保健室でお預かりしている薬の返却について❀

学年末のため、保健室でお預かりしている「緊急薬（坐薬等）」を卒業式または修了式の日返却します。

在校生で、新年度も継続して預けられる場合は、始業式の日更新した指示書と一緒に提出ください。

なお、緊急薬以外の薬（予備薬等）は、卒業式または修了式の前日に返却します。

	卒業生	在校生
緊急薬返却日	高等部：3月9日（水） 中学部：3月11日（金） 小学部：3月11日（金） 卒業式	3月24日（木） 修了式

❀緊急対応カード・指示書の更新について❀

「緊急対応カード（黄色）」または「指示書（緑色）」を提出している人で、新年度も継続して学校での緊急対応を希望される場合は、**更新手続き**が必要です。更新手続きには、主治医の確認が必要となります。

指示書の返却は修了式に予定していますが、修了式以前に受診される場合は、**早めに担任または保健室までご連絡ください**。更新手続きが間に合わない場合は、4月の始業式にお知らせください。

❀3月3日は“耳の日”です❀

この機会に、みなさんで耳の健康について考え、耳を大切にしましょう。

また、春休みは治療を開始するチャンスです。耳が痛い・耳垂れなどの症状がみられた場合は、早めに耳鼻科を受診するようにしてください。

👂「きこえにくい」どうして起こる？

みみ 耳になにか入っている はい 大きな音をつづけてきた おお おと つかれやストレス みみ 耳のびょうき（ちゅうじえんなど）



👂 耳の健康に良い食べものを食べよう

ビタミンやミネラルが多く含まれる食べもの

黒ゴマ



ほうれん草



海草類



カルシウムが多く含まれる食べもの

鶏肉



えんどう豆



しらす干し



今年度も本校の保健活動にご理解とご協力いただきありがとうございました。

新型コロナウイルス感染症の影響で、不安や我慢の多い1年になりましたが、心身共に成長していくみなさんから、嬉しい経験や感動をたくさんもらいました。

来年度も、みなさんが安心安全に学校生活を送れるよう、保健室から全力でサポートしていきたいと思ひます。

これからも、よろしくお願ひいたします。

