

ほけんだより 6月

保 学 内 発 3 号
令 和 5 年 6 月
大阪府立八尾支援学校 保健室

梅雨の季節がやってきます。梅雨の季節に入ると、どうしても外出が億劫になり、気持ちがスッキリしない日もありますね。そんなときこそ笑顔になれる自分の楽しみを見つけておきたいですね。

梅雨時の注意点

梅雨時も健康で元気に過ごせるように、下記の点にご注意ください！！

① 食中毒

食中毒は季節を問わずに起こりますが、この時期は特に高温多湿で、細菌が繁殖しやすく、

食中毒の発生が多くなります。予防の3原則を守り、気をつけましょう。

予防の3原則

1. 菌をつけない

食事、調理前の手洗い



2. 菌を増やさない

食材の正しい保存



3. 菌をやっつける

食品の十分な加熱



② 気温の変化

蒸し暑い日、肌寒い日があるので、脱ぎ着しやすい服装で過ごしましょう。

また、汗をかいた時用の着替えを持ってくるようにしましょう。

体調をくずさないように、手洗い、うがい、過ごしやすい服装を心がけましょう。

＊マスクの着用について＊

政府の方針では、これまでマスクは屋外では原則不要、屋内では原則着用とされていま

した。しかし令和5年3月13日からマスク着用は個人の判断が基本（厚生労働省より）

となっています。学校でもそのように対応しますので、ご協力よろしくお願いします。

＊マスクの着用をお勧めするとき＊



○病院受診時や高齢者施設などを訪問するとき



○混雑した電車・バスに乗車するとき



○基礎疾患がある方が、感染拡大時に

混雑した場所に行くとき

＊プール学習が始まります＊

6月になるとプール学習が始まります。児童生徒のみなさんが楽しく、安全にプール

学習に参加できるよう、朝の健康観察・爪切り・耳掃除などご協力ください。