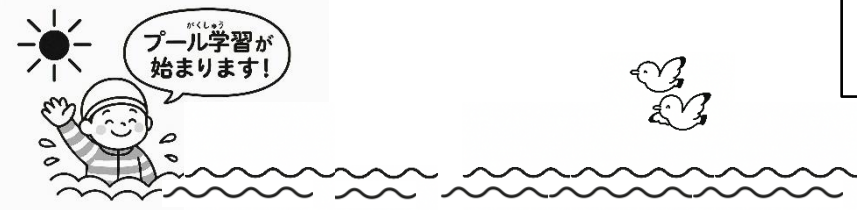


# ほけんだより 6月



保校内発第3号 令和8年6月 大阪府立八尾支援学校保健室

さわやかな風とともに、梅雨の季節が近づいてきました。  
 気温や湿度の変化で、体調を崩しやすい時期です。  
 手洗いや水分補給を心がけ、元気に過ごしましょう。



6月からプール学習が始まります。

楽しく安全に活動するために、体調を整えて参加しましょう。

- たくさん寝ましたか  朝ごはんを食べましたか  風邪をひいていませんか
- つめは短く切っていますか  耳そうじはできていますか

プールのあとは体がかたれやすくなります。早めに休んで、元気に過ごしましょう。

プール学習が始まる前に  
 気になるところはお医者さんに相談しておこう



## やる気が出ないときは…

やらなければならないことがあるのに、やる気が出ない…。誰にでもあることですが、ず～っとやる気が出ない状態が続くのは困りますね。そんなときは、こんな方法を試してみませんか。

やる気が出てきたら、自分を褒めてあげましょう！

- 楽しいことを考える（お楽しみリストを作る）。
- とりあえず、体を休ませる（昼寝をする、お風呂に入る）。
- お気に入りのおやつを食べる。
- 「やるぞ、やるぞ、やるぞ！」と自分を励ます。

保護者の皆様へ

### ★整形外科相談の結果について

整形外科相談は、各学部1年生を対象に実施し、その結果、継続して経過観察をしていく方が良い児童生徒に対して各学期1回相談を行っています。貴島病院より、整形外科医1名と理学療法士1名が来校して診てくださっています。

あくまでも“相談”で“検診”とは異なるので、受診勧告書は学校から出しません。整形外科相談の結果については、整形外科医より何か所見を言われた場合は、お知らせのプリント、又は、担任から連絡帳を通じてお知らせさせていただきます。