

ほけんだより3月

保校内第11号
令和8年3月 大阪府立八尾支援学校

ぽかぽかと春の気配が近づき、1年のしめくりが見えてきました。
この1年で心も体も大きく変化したみなさんの姿が、とても頼もしく感じられます。新しい学年に向けて、少しずつ準備をしながら元気に3月を過ごしましょう。



春休みのうちにととのえておこう

身のまわりのもの からだの調子 こころ

しっかりすいみん

め覚めはスッキリ

3月3日は **耳の日** です



音とのつき合い方を考えよう

耳の健康を守る4つのポイント

- 音を大きくしすぎない
イヤホンやヘッドホンの音は少し小さめで
- 長時間続けて聞かない
意識して耳を休ませる時間をとぎとぎとる
- 適切な頻度で耳掃除
月に1~2回、入口から1cmくらいの範囲を
- 体調をととのえる
規則正しい生活は耳の健康にもつながる

ほごしゃ みなさま
保護者の皆様

ほけんしつ あず くすり へんきやく
☆保健室でお預かりしている薬の返却について☆

がくねんまつ ほけんしつ あず きんきゅうやく ざやく ていじくすり よび
学年末のため、保健室でお預かりしている「緊急薬(坐薬など)と定時薬の予備など」を
そつぎょうしき しゅうりょうしき にち へんきやく
卒業式または修了式の日返却します。

さいこうせい しんねんど けいぞく あず ばあい がつ こうしん しじしよ いっしょ ていしゅつ
在校生で、新年度も継続して預けられる場合は、4月に更新した指示書と一緒にご提出ください。

	そつぎょうせい 卒業生	さいこうせい 在校生
きんきゅうやく へんきやくび 返却日	こうとうぶ がつ か きん 高等部:3月6日(金) しょうがくぶ がつ か か 小学部:3月10日(火) ちゅうがくぶ がつ か か 中学部:3月10日(火)	がつ か か 3月24日(火)

さいがいじょう よびやく
☆災害時用の予備薬について☆

さいがいじ そな みつかぶん よびやく い ばあい くすり へんこう しょうきげん かくにん
災害時に備えて三日分の予備薬をかばんに入れておられる場合は、薬の変更や使用期限の確認を
さいど ねが
再度お願いします。

きんきゅうやく へいじょうし ほけんしつ あず さいがいじ つか
緊急薬は、平常時保健室にてお預かりしているものを災害時にも使いますので、かばんに入れていた
だかなくて結構です。



こんねんど ほんこう ほけんかつどう
今年度も本校の保健活動に

り かい きょうりよく
ご理解ご協力いただきありがとうございました。

ほごしゃ みなさま まいにち けんこうかんさつ けんこうしんだんけつ か もと じゅしん かんせんしょうたいさく たいちようふりようじ
保護者の皆様には、毎日の健康観察や健康診断結果に基づく受診、感染症対策、体調不良時の
むか こんねんど ばめん きょうりよく
お迎えなど、今年度もさまざまな場面でご協力いただき、ありがとうございました。

ほけんしつ こ あんしん がっこうせいかつ おく たいちよう きも よ そ
保健室は、これからも子どもたちが安心して学校生活を送れるよう、体調や気持ちに寄り添いながら
サポートしていきたいと思っております。

らいねんど ねが
来年度もどうぞよろしくお願いいたします。

ほけんしつ
保健室