

ほけんだより 3月

令和6年3月19日
刈谷特別支援学校
保健室 No.11

学年の締めくくりの時期になりました。この1年で心も体も成長しましたね。

新しい学年でも活躍できるように、春休みも規則正しい生活をして、新学期に

元気に登校してくださいね。



いちねんかん

一年間のふりかえり



できたところにはチェックしてみよう



早寝早起きができた



好き嫌いを減らせた



食後はきちんと歯をみがいた



具合が悪いところは治した



友達と仲良くてできた

ほけんしつ いちねんかん 保健室の一年間

(令和6年2月までの件数)



けんすう
けがの件数

73件



けがでは「打撲」の22件と「すり傷」の22件が一番多かったです。

びょうき けんすう
病気の件数

71件



「いつもと様子が違う」と先生からの気づきによる件数が26件と多かったです。

心がザワザワするときは…

卒業や進級、進学の季節は、「さようなら」と「こんにちは」がいっぱい。毎日が慌ただしくて、気持ちが落ち着かない人もいます。

そんなときは、できるだけ自分らしくいられるように、自分なりのリラックス方法で乗り切りましょう。心がほぐれたら、元気に活動する力がきっとわいてきます！

★おススメのリラックス方法

- ・好きな音楽を聴く
- ・好きなおやつを食べる
- ・スポーツを楽しむ(体を動かす)
- ・絵を描く
- ・お風呂にゆっくり入る
- ・たっぷり眠る



保護者の方へ

今年度もあとわずかとなりました。登校前のお子様の健康観察等、ありがとうございました。また、お子様の体調の変化による早めのお迎え、受診等、ご協力ありがとうございました。来年度もご協力をよろしくお願いいたします。

修了式配付書類等について

○保健調査票（全員対象）

追加、訂正等がありましたら赤ペンで追記してください。
小学部3年生は新しい用紙へ記入をお願いします。

○健康診断問診票（全員対象）

来年度より3学年分記入する問診票になります。
お子様の対象学年の欄に記入してください。

○結核健診問診票（小学部、中学部対象）

○非常時用薬の返却（学校に提出済の児童生徒対象）

4月に再度、案内をいたします。
薬の期限や種類を確認していただき、提出してください。

○座薬、ブコラムの返却（学校に提出済の児童生徒対象）

対象者には4月に再度、案内をいたします。主治医の意見書等、書類が未提出の方は書類とともに座薬、ブコラムを提出してください。

4月9日の始業式の日「保健関係書類在中」のクリアファイルに入れて提出してください。

