

# ほけんだより 5月

令和6年5月8日  
東京都立大泉特別支援学校  
校長 花田 妙子  
保健室

新年度が始まって1ヶ月が過ぎました。新しい環境に慣れ、少し落ち着いてきた頃ではないでしょうか。長い連休をどのように過ごしたか、皆さんのお話が楽しみです。

5月は暑い日もでてきて、心身の疲れが出やすい時期でもあります。しっかりと休養もとりながら元気に過ごしましょう。



## 5月の保健目標「身の回りを清潔にしよう」



### 5月の保健行事

- 9日(木) 整形診(小)
- 10日(金) 体重測定(中・高)
- 21日(火) 摂食指導
- 28日(火) 整形診(中・高)
- 30日(木) 摂食指導

### <尿検査について>

毎年、保護者の皆様に御協力いただきありがとうございます。  
4月に採取できなかった方は、5/16(木)・17(金)、6/7(金)が提出日です。未提出者、二次検査対象者は個別に連絡致します。  
採尿シートなど、足りない物がある場合は御連絡ください。

※整形診と摂食指導の対象者には個別に連絡致します。

### <摂食巡回指導について>

今年度も練馬区歯科医師会と連携し、歯科医の先生方による巡回指導を給食時に行っています。学校歯科医の大塩先生も一緒に巡回しています。給食の食形態や摂食・嚥下機能に関して歯科医に御相談したいことがありましたら、担任または保健室までお知らせください。

#### 【今後の摂食巡回予定日】

5/21(火)、5/30(木)、6/18(火)、7/18(木)



キレイ博士といっしょにチェック!  
からだ、キレイでできているかな?

#### 歯

朝起きた時や食事後は、口の中にはバイ菌や食べカスがいっぱい。むし歯などの原因になるから、必ず歯みがきをしてね。



#### 手

いろいろなものに触る手は、風邪などの原因になるバイ菌がいっぱい。外から帰った時や食事の前、トイレの後は、石けんで手を洗おう。



#### 体

毎日お風呂に入って、汗やホコリを洗い流そう。遊んだり運動したりして汗をたくさんかいた時は、下着や服も着替えてね。



#### 前がみ

前がみが目にかかっていると、毛先が目や頬を傷つけたり、目にバイ菌が入ってしまうよ。目の上の長さに切るか、ヘアピンなどでまとめよう。



#### つめ

つめが長かったり角が尖っていると、自分や友だちがケガをする危険があるよ。つめを切る時は四角く、角が少し丸くなるように。深づめにないように白い部分も少し残そう。



#### ポケット

手を洗った後にふけるように、ポケットにはいつも清潔なハンカチを。くしゃみをしたリ鼻をかむ時に備えて、ティッシュも持ち歩こう。



健康

診断

続きます

まだまだ

健康診断後、受診が必要な方に『お知らせ』を配布します。  
御不明な点などありましたら、保健室まで御連絡ください。

	曜日	保健行事	対象	備考
5/13	月	心臓検診 X線検査(高1)	心臓検診は小1、中1、高1 X線は高1のみ	9:30~ 対象学年と、昨年度未受診者には別途お知らせします。
5/16 /17	木 金	尿検査(2次)	2次対象者 1次未受診者	尿検査対象者には別途お知らせします。 検体は朝のうちに保健室へ提出してください。
5/22	水	耳鼻科検診	欠席者	10:00~
5/23	木	歯科検診	中学部・高等部	9:30~
5/29	水	眼科検診	全学部	9:30~
5/31	金	眼科検診	前回欠席者	13:30~
6/3	月	体重測定	中学部・高等部抽出者	保健室で測定します。
6/4	火	体重測定	小学部低学年全員・ 小学部高学年抽出者	A棟プレイルームで測定します。
6/5	水	プール診	小学部	9:30~
6/6	木	歯科検診	小学部	9:30~
6/7	金	尿検査予備日	2次対象者 1次未提出者	尿検査対象者には別途お知らせします。 検体は朝のうちに保健室へ提出してください。
6/10	月	プール診	中学部・高等部	13:30~
6/19	水	宿泊前診	中学部2年生	9:30~
6/28	金	宿泊前診	小学部5・6年生	13:30~
7/1	月	体重測定	小学部低学年全員・ 小学部高学年抽出者	A棟プレイルームで測定します。
7/3	水	体重測定	中学部高等部抽出者	保健室で測定します。
7/8	月	宿泊前診	中学部1年生	13:30~

## おねがい

健康診断で治療が必要と言われた人に、「〇〇科検診結果のお知らせ」を配布しています。耳鼻科検診・眼科検診で治療が必要と言われた場合は、治療に加え、「プール学習の可否」について判断してもらう必要があります。速やかに医療機関を受診しましょう。用紙のキリトリ線以下「〇〇科受診報告書」を保護者の方が記入して、学校へ御提出をお願いします。

お知らせをもらったら、  
早めに治療を!

