



令和7年5月1日
大垣特別支援学校
発行：保健室

5月になり、動くと少し汗ばむような日も出てきました。まだ体が暑さに慣れていないうえ、新学期の疲れも出てくるタイミングなので、じつは熱中症にもなりやすい時期です。元気に過ごす基本となるのは、生活リズムを整えること。生活リズムを整えるとともに、ちょっと疲れたな、と感じる時は心と体をゆっくり休めることも大切です。



☆5月の保健目標☆

自分の発育や健康状態を知ろう



朝ごはんでこんなに変わる?!

★朝ごはんを食べた★



★朝ごはんを食べていない★



朝ごはんが一日を楽しく過ごすためのカギ。勉強も遊びも、がんばるには
まず朝ごはんから。

〇〇5月の保健行事〇〇

健康診断 続きます

こうもく 項目	ひ 日にち	たいしょうがくねん 対象学年	ないよう ちゅうい 内容・注意
はついくそくてい 発育測定	クラスごとで ひにちをせってい します。	ぜんこうじどうせいと 全校児童生徒 (色覚検査は 高等部1年希望者)	• 体重を測ります。
しりょく 視力 検査 色覚検査			• 見え方が学習に支障がないかを調べます。 ※メガネやコンタクトレンズを使用している人は、 当日忘れずに持ってきてください。
しか 歯科 検診	がつ 5月 12日 (月)	ぜんこうじどうせいと 全校児童生徒	• むし歯や歯肉の病気、歯石、歯並びなどを 調べます。
にょうけんさ 尿検査	がつ 5月 16日 (金)	みていしゅつしゅ 未提出者 2次検査対象者	• まだ提出できていない人は提出しましょう。
ないか 内科 検診	がつ 5月 20日 (火)	ちゅうがくぶ しょうがくぶ 中学部Ⅱ・小学部 みじゅしんしゅ 未受診者	• 栄養状態・背骨・胸郭・皮膚・心音などの異常が ないかを調べます。 同時に、結核検診・運動器検診を行います。

〇保健室よりお願い〇

所見のあったお子様には「健康診断結果のお知らせ」を配付します。早めの受診をお願いします。受診された際は、＜受診結果＞に記入し、学校へ提出をお願いします。

そろそろはじめましょう 熱中症予防

5月は熱中症シーズンの始まり。急に暑い日が出てきて、暑さに慣れていない体がついていけず、熱中症になりやすい時期です。暑さに負けない体づくりをはじめましょう！

