

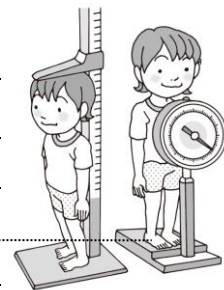
* ほけんだより * 5月 *

令和7年5月1日
東京都立調布特別支援学校長
中村 由美子

新年度がスタートして早くも1か月が経ちました。初夏の訪れを感じさせる気持ち良い陽気が増えてきました。慣れない環境で頑張った疲れが出てくる頃でもあります。表情や食欲等、「いつもと違う」と感じる場合は無理せず休息をとることも大切です。5月はGWもあり生活リズムも乱れやすいため、お休みの日も普段の学校生活に近い生活を心掛け、免疫力を維持していきましょう。

5月の保健行事

日にち	行事名	対象・時間	時間
1日(木)	体重測定	小学部1年～3年	9:20～
7日(水)	体重測定	小学部4年～6年	9:20～
	耳鼻科健診	小学部2年、中学部2年	13:05～
8日(木)	視力測定	小学部3年・4年	9:30～
9日(金)	体重測定	中学部1年～3年	9:20～
13日(火)	視力測定	小学部2年生	9:30～
14日(水)	耳鼻科健診	小学部1年、小学部4年	13:05～
15日(木)	尿検査二次	未提出者・二次検査対象者	10:00までに提出
	聴力測定	小学部5年生	14:05～
16日(金)	尿検査二次	未提出者・二次検査対象者	10:00までに提出
	歯科健診	中学部1年～3年	9:15～
19日(月)	歯科健診	小学部4年～6年	9:15～
20日(火)	食べ方相談②	※対象者のみ	
21日(水)	聴力測定	小学部2年	9:30～
22日(木)	聴力測定	中学部3年	14:05～
23日(金)	療育相談	※希望者	10:30～12:00
	聴力測定	中学部1年	14:05～
27日(火)	歯科健診	小学部1年～3年	9:15～
29日(木)	聴力測定	小学部3年	14:05～



健康診断の結果から 生活をもふり返ろう

歯科健診

（気になるところがあった人）

食事の後や寝る前に、歯ブラシをこきざみに動かして1本1本ていねいにみがきましょう。



体重測定

（やせすぎ・太りすぎの人）

栄養バランスのいい食事を心がけて。無理なダイエットや、お菓子の食べすぎはやめましょう。



視力測定

（視力が下がった人）

スマホや本は目から30cm以上離しましょう。目をこまめに休ませることも忘れずに。



各種健康診断の結果について

各種健康診断の結果につきましては、所見や疾病の疑いのある場合には「結果のお知らせ」を配布しております。(視力測定はB以下の判定が出たお子様にのみ、配布をしています。)お早めの受診をお願いいたします。
全ての検診終了後、全項目の結果を載せた「健康診断結果のお知らせ」として各家庭に配布予定です。

～水泳学習について～

内科健診・眼科健診・耳鼻科健診・尿検査・心電図(小1・中1対象)は原則「異常がない」と認められてからの入水になります。「結果のお知らせ」を受け取った場合は、お早めに受診されるようお願いいたします。また未受診の場合は、別途「未受診のお知らせ」を配布しますので、受診時に医師から聞き取った内容を記入のうえ、御提出ください。



療育相談について

療育相談とは、精神科校医(こころのクリニック調布 伊藤真人医師)が月に1回来校し、お子様の心身の健康について個別に相談に応じ、保護者の方と担任・養護教諭と一緒に見解やアドバイスを聞き、日常生活に生かしていくものです。

- ・日常生活・学校生活でこんな行動が気になる…。
- ・思春期を迎えての対応って…。
- ・医療機関を受診した方が良いのか…。
- ・今の薬は合っていないかもしれない…。
- ・薬の副作用が心配…。

など

※保護者の方からの希望でお受けしますが、担任・養護教諭からお勧めする場合があります。
※申し込み希望者が多い場合には、御相談内容によって優先順位を決定させていただきます。御了承ください。

【今後の日程について(一学期)】

- ・ 5月23日(金)10:30～12:00
- ・ 6月13日(金)10:30～12:00
- ・ 7月11日(金)10:30～12:00

※相談時間は一人およそ30分くらいです。

【申し込み方法について】

- ①連絡帳に「相談を希望する月」と「簡単な相談内容」を記入し、担任を通して養護教諭にお知らせください。
- ②後日、日程が調整でき次第、担任から「事前相談用紙」の記入・提出について個別に御案内いたします。