



令和7年7月1日  
東京都立調布特別支援学校  
中村 由美子

暑さの厳しい日が増えてきました。気温と湿度が高い日は熱中症にかかるリスクがより高まります。汗をかくだけでも体力はかなり消費するため、こまめな水分補給や休憩の時間を取り、子供たちの安全管理に努めていきたいところです。

御家庭でも、お子様の体調管理や暑さ対策等、引き続き御協力をお願いいたします。



### 7月の保健行事

日にち	行事名	対象	時間
1日(火)	宿泊前健診	中学部2年生	12:50~
2日(水)	体重測定	小学部4年生~6年生	9:20~
7日(月)	体重測定	中学部1年生~3年生	9:20~
8日(火)	食べ方相談④	※対象者のみ	
9日(水)	体重測定	小学部1年生~3年生	9:20~
11日(金)	療育相談	※希望者のみ	対象の方にお知らせします

覚えておこう

水分補給のコツ



がぶ飲みではなく少しずつこまめに



のどが渇く前に



塩分やミネラル、糖分と一緒に



朝起きたとき、お風呂の後は  
コップ一杯分プラス

### 療育相談について

月1回来校される精神科医(こころの調布クリニック 伊藤先生)に、お子様の心身の健康について相談することができます。

※一人30分程度です。

希望される場合は、連絡帳に希望日時とともに簡単な相談内容を御記入ください。希望された保護者様には別途案内をお渡しいたします。

~実施日~

7/11(金)・9/12(金)・10/3(金)・  
11/14(金)・12/5(金)・1/16(金)・  
2/13(金)・3/13(金)

※時間は、10:30~、11:00~、  
11:30~のいずれかになります。

本校ではこの時期、熱中症予防のためにWBGT(熱中症指数)を測定しています。屋外や体育的活動時では、より一層こまめに水分補給や休憩の時間を設けたりしています。

万が一熱中症様の症状が現れた場合には、涼しい場所で安静にし、体を冷却する等の対応を行いますが、必要に応じて保護者の方へ連絡させていただく場合がございます。

御理解のほどよろしくお願いいたします。



### 定期健康診断 結果一覧表を7/9に配布いたします。

今年度も健康診断の御理解・御協力ありがとうございました。今後のお子様の健康管理の参考にさせていただければと思います。

※個別の病院受診結果は反映しておりませんので御承知おきください。

※検査結果については都立学校のシステムで入力して打ち出しているため、検査ができなかった場合は「検査不能」と表記されます。御承知おきください。