



れいわ ねん がつ にち
 令和8年2月27日
 ちがさきしえんがっこう ほけんしつ
 茅ヶ崎支援学校 保健室

すこ はず けはい かん きせつ そつぎょうせい みな
 少しずつ春の気配を感じる季節となりました。卒業生の皆さん、
 ご卒業おめでとうございます。新しい場所でも健康に気をつけながら、
 みなさんらしく活躍してください。

ざいこうせい がつ あたら がくねん あたら せいかつ げんき
 在校生のみなさんも、4月からの新しい学年、新しい生活を元気に
 迎えらるよう、春休み中も生活リズムをくずさないように過ごしてい
 きましょう。



がつ ほけんぎょうじ
 ◎ 3月の保健行事 ◎

ひにち	たいしょう 対象	じかん 時間	ないよう 内容
ふつか か 2日(火)	ぶもん B部門	ごぜん 午前	たいじゅうそくてい 体重測定 (きぼうしゃ 希望者)
みっか か 3日(火)	ぶもん B部門		
か すい 4日(水)	ぶもん A部門		
いつか もく 5日(木)	ぶもん A部門		
にち もく 19日(木)	こう ねん B高2年	ごぜん 午前	しゅうがくりょこうまえないかけんしん 修学旅行前内科検診

さいがいようあず やく きんきゅうやく ざやくとう さし か
 ◎ 災害用預かり薬・緊急薬(坐薬等)の差替えについて ◎

- ・高等部卒業生は卒業式前に預かり薬を返却します。
- ・在校生は3月中に来年度用の新しい薬をご提出ください。
- ・届き次第、担任が薬の差し替えを行い、学校で預かっている薬を返却します。
- ・薬と一緒に、薬局でもらう「薬の説明書(またはお薬手帳)」のコピーを1部提出してください。
- ・3月中の提出にご協力ください。(最終締め切りは4月7日です。)
- ・くわしくは別に配付するおしらせをお読みください。不明な点は担任までお知らせください。



かんき
 ◎ 換気チャイム はじめました ◎

がっこうはん がつ がた おお りゅうこう
 1月後半から2月にかけて、インフルエンザ B型の大きな流行があり、
 複数の学部、学年等で学級閉鎖を行いました。

がっこう かんせんしょうたいさく ひと がつ かんき
 学校では感染症対策の一つとして、2月から「換気チャイム」をは
 じめました。授業の合間に、1日数回、チャイムがなったら教室の
 窓をあけ、10分間程度の換気を行っています。

まだ肌寒い日もありますが、空気を入れかわり気分もいいですね。



けんこうしんだんもんしんひょう
◎ 健康診断問診票などについて ◎

ざいこうせい
在校生のみなさんには、次の書類を配ります。新年度の健康診断で使用しますので、記入後学校へお届けください。しめきりは3月23日です。

- ・定期健康診断問診票(全員)
- ・結核健康診断問診票(小 中学部のみ)

しん ねんせい
新1年生には
入学説明会で配りました



しんぞう じんぞうしっかん ていきじゆしん かた
◎ 心臓・腎臓疾患で定期受診をしている方へ ◎

- ・対象者(定期受診しており、運動制限がある人)へ「学校生活管理指導表」をお渡ししています。次回の定期受診時、主治医へ指導区分等の記入を依頼してください。
- ・心臓手帳、腎臓手帳をお持ちの方は、記入されましたら学校へお届けください。
- ・運動制限がなく定期通院されている人で、病態に変化があった時や運動制限の内容が変わった時は、学校までお知らせください。

がつ ほけんもくひょう
◎ 3月の保健目標 ◎

ねんかん けんこう
「1年間の健康を ふりかえろう！」

1年間のしめくくりの3月ですね。この1年はどんなふうにご過ごせましたか？
できたことは続け、できなかったことは4月からの目標にしてみましょう。

早ね早おき できたかな？

朝ごはんは 食べたかな？

毎日 はみがき できたかな？

しん がつ き 新学期ストレスに要注意 ⚠️ 心の見守りをお願いします

どの子も一年間、よくがんばりました。もうすぐ進級・進学。新しい学校・新しいクラスについて、おうちでもお話をしているかもしれません。ただ、新たなスタートというポジティブな変化もストレスとなることがあります。

- いつもは見られない様子が急に現れたらストレスサインかもしれません
- 怒りっぽくなる
 - 甘えん坊になる
 - 分離不安で大泣き
 - チックや吃音が出る
 - 指しゃぶり
 - 発熱などの体調不良 など

気持ちを受け止め、意識的に一緒に過ごす時間を持つことで、徐々に落ち着いてくることもあります。気になる点があるときはご相談ください。

