

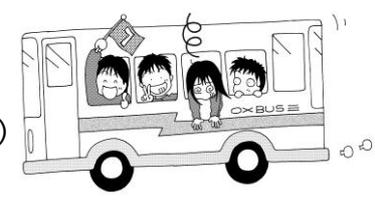
ほけんだより 9月

那須特別支援学校
保健室
R6.9.6

なが なつやす お がつき はじ たの なつやす す
長かった夏休みも終わり、2学期が始まりました。楽しく、そしてゆっくり夏休みを過ごせましたか？
やすみ あけは つか で たいちょう くず しき はや ね せいかつ ととの
休み明けは疲れが出て、体調を崩しやすい時期です。早めに寝て、生活リズムを整えていきましょう。
まつ がつ あつ ひ つづ ひ つづ ねちゅうしょう じゅうばん き
9月になってまだまだ暑い日が続きます。引き続き熱中症に十分に気を付けて過ごしましょう。

行事

- 9月3日(火)~25日(水) 身体計測(学部・学年・学級によって実施日は異なります)
- 9月11日(水)~13日(金) 修学旅行(高等部3年)
- 9月17日(火)~18日(水) 修学旅行(中学部3年)
- 9月19日(木) 修学旅行(訪問教育学級)
- 9月26日(木)~27日(金) 修学旅行(小学部6年)
- 9月28日(土) ハートピック陸上大会



保健室への提出物



- ◇ 精密検査結果(学校から通知をもらった人のみ)
6月からの健康診断の結果を受け、夏休み中に病院を受診・治療された方は、検査結果を学校へ提出してください。
管理指導表(心臓検診・腎臓検診の精密検査対象者のみ)が配付された方は、管理指導表を主治医に記入していただき、学校へ提出をお願いします。
- ◇ 災害時用の服薬・連絡票(学校に薬を提出している人のみ)
夏休み前に返却した薬と連絡票を再度回収します。服薬内容に変更がある場合には、訂正の上、連絡票と一緒に1日分の薬を提出してください。
また、新たに医薬品の服用が始まった場合は、担任を通して保健室まで御相談ください。

救急車を呼ぶべき？ 迷ったら #7119



急なケガや病気のと看、救急車を呼ぶべきか判断に迷ったら「#7119」に電話しましょう。医師や看護師などの専門家が、病気やケガの状態を聞き、緊急性を判断したり、病院を紹介したりしてくれます。

こんなときは電話してみよう

これくらいの症状で救急車を呼んでいいのかな…

体調が悪いけど、すぐに病院に行ったほうがいいのかな…

ケガや病気のと看は不安になるもの。一人で判断せず、専門家の力を借りましょう。



9月1日は
ぼうさい
防災の日



じしん たいふう かさい ようじん
地震・台風・火災にご用心！！
もしものときにそなえよう！

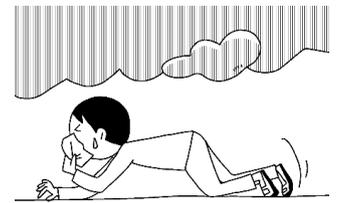
9月1日は防災の日です。「地震や台風、火事などもしものときに備えるための準備をしよう！」という日です。最近、異常気象による大雨、これに伴う川の洪水なども頻繁に起こっていますね。

9月9日には火事を想定した避難訓練があります。みなさんは、これまで何度か避難訓練をしてきましたね。正しい避難方法は覚えていますか？避難の仕方を振り返り、自分の命を守りましょう！

かじ お
火事が起きたら…



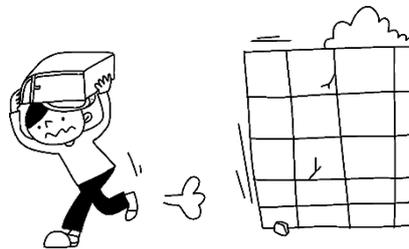
けむりを吸い込まないように、ハンカチまたはマスクで鼻と口をおおきましょう。また、けむりは高い方に上がっていくので、低い姿勢で外に避難しましょう。



じしん お
地震が起きたら…



おうちの中にいる時は、机の下やクッションで頭を守りましょう。



外にいる時は、ブロックベいや電柱から離れて、かばんで頭を守りましょう。

おおあめ たいふう
大雨・台風のときは…



川や海の近くには絶対に行きません。お家の中にいましょう。



雷がなっているときは、お家に入りましょう。

「もしも」にそなえて、
今できることは？

食料品・消耗品の備蓄



おすすめはローリングストック♪
定期的に消費して、買い足して、期限切れを防ぎます。

家族会議



転倒や飛散の防止

