



ほけんだより

なつやす ころ
夏休み号

れいわ ねん がつこのか
令和3年7月9日
いばらきけんりつしもつまとくべつしえんがっこう
茨城県立下妻特別支援学校
ほけんしつ
保健室

いよいよ夏休みが始まります。楽しい夏休みを過ごすために、生活リズムを崩さないで過ごすことが大切です。熱中症や感染症に注意して、楽しい思い出を作ってください。2学期にみなさんが元気に登校するのを楽しみにしています。

夏バテを予防しよう

暑い夏を乗り切るために
自分でできることをしよう

生活のリズムをくずさない

クーラーに当たりすぎない

きちんと水分補給

色の濃い野菜を食べる

朝食をしっかりとる

たんぱく質を十分にとる

保護者のみなさまへ

【 薬について 】

1学期にお預かりしていた坐薬と大規模災害発生時の薬、緊急時の薬を、担任を通して返却いたします。使用期限を確認していただき、再度9月に提出をお願いいたします。

その際、使用期限は2学期終業式までのもの（処方日から2学期終業式までの期間が6ヶ月以内）で、薬には児童生徒名を記載してください。また、薬が何種類もある場合は、ホチキス止めをすると薬の袋が破損する恐れがあるため、テープでまもめたり、小分けの袋に入れたりしてください。

1学期の保健活動にご協力いただきありがとうございました。2学期もお世話になります。よろしくをお願いいたします。

9月の保健行事

日時	検査	検診	対象
2日 (木)	9:00	身体測定	小学部
3日 (金)	9:00	身体測定	中学部
6日 (月)	9:00	身体測定	高等部

【 健康カード 】

4月から6月に実施した健康診断結果や、7月までの体重測定の結果を「健康カード」を通してお知らせします。結果をご確認していただき、保護者印を押して7月20日（火）までに提出してください。