



令和元年6月3日

東京都立町田の丘学園校長
茂木裕之

梅雨の季節になりました。梅雨は天気が変わりやすいため、気温も大きく変化します。天気や気温の差に対応しきれず、体調を崩しやすくなる時期です。6月は、運動会や宿泊学習など学校行事もたくさんあります。体調を整えて楽しく過ごしていきましょう。

また、保健書類や健康診断への御理解、御協力ありがとうございました。健診結果については、その都度該当者にお知らせしていますので、よろしくお願いいたします。



6月の保健行事

本校舎	内容	対象	開始時間
3 (月)	宿泊前検診	A 中3	13:10
4 (火)	体測	A高希望者	9:20
10 (月)	体側	A 小中	9:20
13 (木)	視力・聴力検査	A 高	9:30
24 (月)	視力・聴力検査	A中	10:00

山崎校舎	内容	対象	開始時間
3 (月)	療育相談	希望者	13:30
6 (木)	体側	B小	9:20
11 (火)	体側	B中	9:20
17 (月) - 18 (火)	宿泊前検診 ←日程変更	B中2	13:10

※「診療情報提供書」の未提出又は、内科検診、耳鼻科検診、眼科検診、心電図検査が未受診の場合はプールに入ることができません。御注意ください。

◆◆ プール学習が始まります ◆◆

6月からプール学習が始まります。プールは楽しいですが、体力をたくさん使います。プールがあった日は、早めに寝て、翌日に疲れが残らないようにしましょう。楽しく安全にプールにはいれるように次のことをチェックしてみてください。

前日にチェックをしよう！

- つめは切っていますか？
- 耳のそうじはしていますか？
- からだは清潔ですか？

朝の健康チェックをしよう！

- 夜は早めにねましたか？
- 朝ごはんは食べましたか？
- 具合は悪くありませんか？
- 熱はありませんか？

体調の悪いときは無理をせずに
プールに入るのをやめましょう。



保護者の方へ

学校で一時的に服薬をする場合の臨時薬指示書や、出席停止で欠席となった場合の登校許可届をホームページに載せています。ダウンロードしてご利用ください。

6月の保健目標 歯磨きをしっかりやろう ～虫歯を早めに治そう～



5月に、歯科検診がありました。受診が必要とお知らせをもらった人は、できるだけ早めに歯医者へ行き治療をしましょう。大人の歯は、これからずっと使う大切なものです。日ごろから、ていねいな歯みがきを心掛け歯や口の中を健康に保ちましょう。



<p>歯ブラシ選び</p> <p>小さな歯ブラシを選ぼう</p>	<p>毛先が ひろがっていたら 替えましょう</p>	<p>歯みがき粉の つけ方</p> <p>歯ブラシの2分の1 くらいでオッケー</p>	<p>歯ブラシの 持ち方</p> <p>えんぴつを持つように 軽く</p>
<p>毛先の当て方</p> <p>歯の面に まっすぐあてます</p>	<p>動かし方</p> <p>力を入れずに こちょこちょと細かく</p>	<p>みがく時には</p> <p>1本1本ていねいに</p>	<p>みがき 終わったら</p> <p>ツルツルになったか 舌で確かめよう</p>

梅雨の生活こんなことに気を付けて快適に♪

• 体を清潔にしよう
汗をかきやすいので、シャワーを浴びたり きれいな服を着て気持ちよくすごそう。

• 食中毒に気を付けよう
手洗いうがいを中心に食べ物の賞味期限や 火の通り具合に気を付けよう。



• 調節しやすい服装をしよう
暑かったり、肌寒かったりするので 上手に衣服を調節しよう。



• けがに気を付けよう
カサで周りが見えにくく、足元もすべりやすいので気を付けよう。



ほけんしつより

《本校舎》

4月から始まった健康診断もいよいよ終わりを迎えようとしています。検診では、上手に受けている姿をみてとても嬉しく思いました。6月は学校行事も多く疲れがたまりやすい時期でもあります。しっかり休養をとって体調を整えていきましょう！

松隈

《山崎校舎》

陽ざしが気持ち良い季節となり、キャンプに行く機会がありました。知らない子ども同士がいつの間にか仲良くなり、遊びや虫探して盛り上がっているのを見て、子どもは子どもの中で育つことを改めて感じました。学校でも新年度に慣れ、友達同士のかかわりが増えてきています。

木村

