



令和5年7月3日
湘南支援学校 保健室

朝晩も日中も暑い日が出てきましたね。もうすぐ、皆さんが楽しみにしている夏休みがやってきます。今年はコロナウイルスによる規制が緩和されて初めて迎える夏休みです。どんな風にごそうかどこへ行こうか想像するだけで楽しみがいっぱいですね。楽しい夏を過ごすためにも、規則正しい生活習慣を心がけましょう。



7月の保健行事



3日(月)	体重測定(高1)
4日(火)	体重測定(高2)
5日(水)	体重測定(小)
6日(木)	精神科検診(小4、高2-1・2-2)
7日(金)	体重測定(高3)
11日(火)	体重測定(中)

保健室へのご意見
ご感想お待ちしております。



災害時予備薬を返却します

今年度から、学校で預かっている災害時予備薬を夏休み前に1度返却することになりました。

7月20日(木)の終業式に返却します。あらかじめ欠席が分かっている場合は連絡帳などで早めにお知らせください。

主治医から許可がある方のみ2学期が始まる9月1日(金)に再度提出をお願いします。



夏休みも健康チェックを

今年度からコロナ以前に使用していた「健康の記録」に戻りました。健康面の様子や定期通院、検査結果など記入をお願いします。



7月の保健目標：病気の治療をしよう

春の健康診断がすべて終了しました。健康診断の結果は今年度から「定期健康診断結果お知らせ」としてご家庭にお渡しするだけになります。押印や返却の必要はありません。

「受診のおすすめ」を受け取った人は夏休みを利用して早めに受診しましょう。



カードコミュニケーションを家庭でもやってみよう

6月から精神科検診が始まりました。検診の中で校医の猪股先生から「おやつ」の時間を使ってご家庭でカードコミュニケーションを行うと良いとアドバイスをいただきました。

このカードコミュニケーションは学校では日常的に行っています。余暇を過ごすときに自分のほしいもののカードを担当に渡して交換したり、行きたい場所のカードを渡してからその場所へ行ったりしています。そうすることで相手に気持ちが伝わる経験をし、大人に報告してから行動することを学んでいます。

また、一日の流れを一つひとつカードで提示しておき、終わったらそのカードをはがすことで見通しを持ちやすくしています。

お菓子を食えることが好きなお子さんが多いと思いますので、それぞれに合ったカードや写真を用意して取り組んでみてください。詳しく知りたい方は支援連携グループまでお問い合わせください。

お子さんが食べるお菓子のイラストや写真のカードをマグネットなどに貼り付けておきます。すぐにカードの用意が難しい場合はパッケージを切り取るのも良いと思います。



※常に冷蔵庫などに貼っておくと、おやつばかり食べてしまう可能性があります。見せるのはおやつの時間だけにしましょう。

おやつの時間に、本人の食べたいカードを渡したら実際のおやつと交換する。



歯みがきカード

今年度も希望者において歯磨きカードを配付します。

先月行われた歯科保健指導講話でも、習慣化することが大切だとお話しされていました。なかなか自分で歯を磨くことが難しい場合でも、毎日口の中に歯ブラシを入れることが大切そうです。

夏休みの歯磨きカレンダーを希望するご家庭は下記にご記入の上、担任に提出ください。

※歯みがきの手順書の絵カードを併せてお渡しすることもできます。

なつやすみ はみがきカード 見本

はみがきが得意なら、チェックしたりのしるしを貼ってしまおう！
9月1日（水）に学校にもってきてください。

26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)	31(土)	8(日)
1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)	6(土)	7(日)
9(月)	10(火)	11(水)	12(木)	13(金)	14(土)	15(日)

歯みがきチャレンジカード 絵カード

今年、夏休みに使う歯磨き指導材料として希望者の方に提供させていただきます。

1	2	3	4
5	6	7	8
9	10	11	12
13	14	15	16
17	歯磨きの手順書		

(参考文献：口腔ケアを通じた自立支援マニュアル～知的障がい者への歯磨き支援～)

2023年度夏休み歯磨きカード申込書

必要枚数 _____ 枚



歯みがきの手順書絵カード（チャレンジカード）の有無 _____ 要 ・ 不要

小・中・高 _____ 年 _____ 組 _____ 名前