

げんきいっぱい

県立きのかわ支援学校

令和5年度 No. 8



ひるまはあついときもありますが、あさゆうはさむかんじられるときもあります。

このようなときは体調をくずしやすくなっています。

きこうにあたいおうできるように、うわぎをもっておくなど衣服でいふくじょうずちょうせつ調節してくださいね。

【10月の保健行事】

2日(月)	体重測定(小)	10日(火)	体重測定(中)
3日(火)	体重測定(小)	11日(水)	体重測定(中)
4日(水)	体重測定(小)	17日(火)	マラソン前検診(2小) 修学旅行前検診(小6)
5日(木)	体重測定小 (1小・1中)	19日(木)	マラソン前検診(中学部、高等部) 修学旅行前検診(中3)
6日(金)	体重測定(中)		

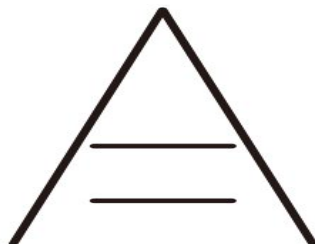
がつ か め あいご

10月10日は目の愛護デー

10月10日は目の愛護デーです。「10 10」を横にする（さる）と、瞼と目に見えるからこの目が「目の愛護デー」になったそうです。

まいにちつかめたいせつ
毎日使う目、大切にしましょうね。

◎2本の横の線の長さはどうみえますか？



にほんよこせんなが
2本の横の線は同じ長さです。上の方が長く見えませんか？

じっさいおなじなのにちがってみえることなどを「錯視」(目の錯覚)といいます。

おもしろ
面白いですね。

8月24日に拡大学校保健安全委員会を開催しました！

学校の教職員に加えて、学校医、学校薬剤師、代表として、副会長、保体・防災部長に出席していただきました。ご多忙の中、ご出席してくださりありがとうございました。

議題は、「災害時における安全対策・保健衛生」でした。

内容について少しご紹介します。

○本校の災害時対応について

- ・地震対応マニュアル、ハザードマップの確認
- ・保健室の災害時持ち出し物品について確認
- ・災害時のくすりについて確認
- ・医療的ケアを必要とする児童生徒の災害時対応について確認



災害時の環境衛生やマイバッグに入れる物についてなど話し合いが行われました。

10月17日～23日は「薬と健康の週間」です

の飲み薬 飲み方と タイミング をチェック

の飲み方

ジュースや牛乳はNG。
水かぬるま湯で



病院で出された薬は
「あげない」「もらわない」



用法（飲み方）・
用量（飲む量）を守る



わったり
開けたりせずに飲む



の飲むタイミング



食前…食事の20～30分前
食後…食事が終わって20～30分後まで
食間…食事と食事の間
(食事の2時間後くらいがめやす)
頓服…症状が出たときに必要に応じて

飲み忘れてしまったら

「忘れちゃったから、次にまとめて2回分」など、自分勝手な判断は危険です。飲み忘れたときにどうすればよいかは薬によってちがうので、おうちの人に知らせて、お医者さん・薬剤師さんに確認するようにしましょう。