げんきいっぱい

令和7年3月　きのかわ支援学校

春らしいあたたかな日差しが少しずつ感じられるようになってきました。
思い返せば、あっという間の一年間。今のクラスでの生活もあと少しですね。

うれしかったこと、楽しかったこと、苦しかったこと、悲しかったことなど、この一年でたくさんの気持ちをもったことと思います。そのすべてが、みなさんにとって大切な経験です。

一日一日を大切にすごしてくださいね。

【３月の保健行事】

4日（火）	体重測定（小4～6年）	12日（水）	体重測定（中3）
5日（水）	体重測定（小2～3年）	13日（木）	体重測定（中2）
6日（木）	体重測定（小1）	17日（月）	体重測定（中1）
11日（火）	体重測定（1小、1中）	随時	体重測定（訪問）

シーズン到来！花粉症予防対策

テレビの花粉情報を毎朝チェックする。

外出時にはマスクやメガネで花粉を防ぐ。

屋内に入るときには花粉を払い落とす。

症状がひどい人は病院を受診してみる。

春の花粉症の主な原因はスギやヒノキ、ハンノキ属の落葉高木等の花粉が、体の中に入ることで起こり、くしゃみや鼻水が出たり、まぶたが腫れたり目がかゆくなったりします。花粉症を悪化させないように、できるだけ花粉にふれたり室内に花粉を持ち込んだりしないようにしてください。また、くしゃみや鼻づまり等で寝不足にもなりやすいので、早めに体を休めるなど、規則正しい生活をこころがけましょう。

●来年度の体重測定についてのお知らせ●

今年度は小学部と中学部は毎月体重測定をおこなっていましたが、来年度から中学部については学期に1回の測定に変更となりました。

体重や体脂肪率の測定等希望される場合は、個別に対応させていただきますので、連絡帳等でお知らせください。

～保護者のみなさまへ～

以下のものについて、後日配付します。ご確認をお願いします。

① けんこうカード

「けんこうカード」には、子どもたちの成長の様子等を記録しています。**ご確認のうえ、裏面に押印していただき、終業式までに提出してください。小学3年生と卒業学年はそのままお持ちください（提出の必要はありません）。**肥満度が20%以上の場合、生活習慣の見直しを家族みんなで心がけてみてください。成長期には身長も伸びるため、まずは体重を維持することから始めましょう。

② 預かり薬について

今年度保健室でお預かりしている預かり薬について、返却します。

卒業生は卒業式に災害時薬と緊急時薬を返却します。在校生は終業式に災害時薬を返却し、緊急時薬については離任式に返却します。離任式に参加されない場合は、終業式または最終登校日に返却しますので、連絡帳等でお知らせください。

災害時薬については、乾燥剤や災害時薬を入れておくポーチ（個人用保管袋）を学校で用意していましたが、来年度からは各自で乾燥剤とポーチの用意をお願いします。現在ポーチ（個人用保管袋）を使用している方は、引き続きご使用ください。

なお、一回分の薬を小分けにして入れておくビニールのチャック袋と台紙に関しては、学校で用意します。

令和7年度の預かり希望がある場合は、使用期限等を確認していただき、2学期終了日まで使用期限のあるものを新年度に学校へ預けていただくよう、準備をお願いします。（1学期末は気温が高く坐薬や保冷が必要な薬は持ち帰りに適さないため）

※後日、災害時における薬の預かりについてのお知らせを配付します。