



暖かな日が増え、学校の周りの桜の木のつぼみもふくらみはじめ、春が待ち遠しい季節になりました。

先日、高等部 3 年生の生徒が校内を周りながら、「やり残したこと探し」をしていました。子供たちの成長を感じるとともに、寂しさも感じてしまいました。今年度も、学校保健の活動に御協力いただき感謝いたします。これからも、子供たちが安心して安全に学校生活が送れるように健康管理に努めていきます。

\*\*3月の保健行事\*\*



日付	時間	項目	対象者
3日(火)	午前中	整形診察 (上出先生)	対象者には別途お知らせ
6日(金)	午前中	整形診察 (岡田先生)	対象者には別途お知らせ
	9:00~	体重測定	B部門中学部
9日(月)	9:00~	小児神経科診 (宮田先生)	対象者には別途お知らせ
10日(火)	9:00~	体重測定	A部門中学部
12日(木)	9:00~	体重測定	A部門小学部1~3年生
13日(金)	9:00~	体重測定	A部門小学部4~6年生
17日(火)	9:00~	体重測定	B部門小学部
18日(水)	10:00~	精神科相談 (西根先生)	対象者には別途お知らせ

◎摂食相談…… 3日(火)、10日(火)、13日(金)

◎指導医来校…… 4日(水)、5日(木)、10日(火)、13日(金)、17日(火)

令和8年度に向けて保健関係書類の提出依頼

1 保護者の方に記入していただく書類の提出について

- ①保護者健康資料(服薬依頼書を兼ねる)
- ②心臓検診調査票
- ③結核検診問診票

下記の日程で返却し、提出をお願いしています。必要事項を記入していただき、御提出をお願いします。

部門・学部	返却日	提出期限
A部門	2月16日(月)	2月19日(木)
B部門 小中学部	2月24日(火)	2月27日(金)

※注意:小学部6年生は一日入学の日に配布しました。  
中学部3年生は入学説明会の日に配布します。この学年の提出は入学式です。

2 医師に記入又は確認していただく書類の提出について

- ①主治医健康資料
- ②学校生活管理指導表等(心臓・腎臓・アレルギー等)
- ③薬の説明書又はお薬手帳のコピー

提出期限は、**2月6日(金)**でした。未提出の方は早めに受診していただき、御提出をお願いいたします。なお、受診の都合等で遅れる場合には御連絡ください。



感染症情報

東京都では、1月から2月にかけて、インフルエンザの流行状況が注意報レベルから警報レベルに引き上げられました。全国的にインフルエンザB型が増え続けているようです。

本校では、随時classiにて校内の感染症情報をお知らせしていますが、まだまだ油断ができない状況です。

学校薬剤師の皆川先生からは、教室内の換気と湿度の管理をしっかりと行うよう助言をいただきました。また、内科校医の加地先生からは、手洗いとマスクの着用(咳や風邪症状があるとき)はしっかり行ったほうが良いと助言をいただきました。

御家庭でも引き続き健康管理をお願いいたします。

みなさんは、<sup>げんき</sup>元気に<sup>ねんかん</sup>1年間をすごすことができましたか？

<sup>がつ</sup>3月の<sup>ほけんもくひょう</sup>保健目標は、「<sup>ねんかん</sup>1年間の<sup>けんこう</sup>健康について<sup>したえさんこう</sup>ふりかえてみよう」です。<sup>げんき</sup>下の絵を参考にして、元気にすごすために「<sup>と</sup>がんばったこと」や「<sup>と</sup>取りくんだこと」に<sup>かつ</sup>チェックをしてみてください。また、4月から「<sup>み</sup>がんばってみたいこと」も<sup>み</sup>見つけてください。



<sup>がつ</sup> <sup>もくひょう</sup>  
3月の目標

## 1年間の健康生活を振り返ってみよう



<sup>しょくご</sup>食後の<sup>は</sup>歯みがき



<sup>しょく</sup>3食、<sup>きらい</sup>好き嫌いせずに<sup>たんぱく</sup>バランスよく食べた



<sup>はやね</sup>早寝早起し、<sup>きぎょう</sup>規則正しい<sup>せいかつ</sup>生活リズムで過ごせた



ゲームやスマホばかりせず、<sup>てきど</sup>適度に<sup>うんどう</sup>運動をした



ケガや<sup>びょうき</sup>病気の<sup>よぼう</sup>予防を<sup>すす</sup>進んで<sup>じつこう</sup>しっかり実行できた



<sup>とも</sup>友だちと<sup>なかよ</sup>仲良くし、<sup>けん</sup>けんかしても<sup>なかお</sup>仲直りできた



いつも<sup>み</sup>身の<sup>まわ</sup>回りを<sup>せいけつ</sup>清潔に<sup>たも</sup>保つことができた



<sup>しょうがくぶ</sup>小学部6年生、<sup>ちゅうがくぶ</sup>中学部3年生のみなさんへ

<sup>ごそつぎょう</sup>  
御卒業おめでとうございます

たくさんのことを<sup>まな</sup>学び、たくさんのことを<sup>けいけん</sup>経験して、<sup>こころ</sup>心も<sup>からだ</sup>体も大きく<sup>せいちょう</sup>成長しましたね。

<sup>あた</sup>新しい<sup>ばしょ</sup>場所で、<sup>あた</sup>新しい<sup>であ</sup>出会いを<sup>たの</sup>楽しみに、<sup>げんき</sup>元気に<sup>げんき</sup>がんばってください。

みなさんが、<sup>けんこう</sup>健康に<sup>ほけんしつ</sup>すごせることを<sup>おうえん</sup>保健室から<sup>おうえん</sup>応援しています。

