



令和6年9月2日
東京都立港特別支援学校
校長 岡戸 良雄
養護教諭 伴 智恵子

夏休みも終わり、2学期が始まりました。まだまだ暑い日が続きますので、体調を崩さないよう、規則正しい生活習慣を心掛けましょう。

さて、9月1日は防災の日です。今夏、日本のあちこちで大きな地震がありました。いざという時のために、家族で話し合って避難場所や連絡手段を決めておきましょう。



9月の予定

日	時	行事	対象各科	学年
4日(水)	9:00~	体重測定	普通科	1年
5日(木)	9:00~	体重測定	普通科	2年
6日(金)	9:00~	体重測定	普通科	3年
9日(月)	9:00~	体重測定	職能開発科	全学年
11日(水)	13:15~	修学旅行前検診	全学科	2年

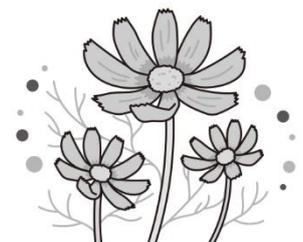
健康相談

毎月希望者を対象に精神科校医 黒木春郎先生の健康相談を行っています。
御相談がある場合には、担任を通じて保健室までお知らせください。

宿泊行事関連

- ・修学旅行(2学年全学科)9月18日(水)~20日(金)
宿泊健康調査、宿泊用の薬:9月2日(火)提出
- ・移動教室(職能開発科1年生)10月9日(水)~11日(金)
9月9日(月)に必要な書類を配布します。
宿泊健康調査、宿泊用の薬:9月24日(火)提出

※普通科1年生は、10月2日(水)に必要な書類を配布します。



*提出が遅れる場合や御不明点等ございましたら、保健室までお知らせください。

9月保健目標 安全を考えて運動しよう

運動の秋といいますが、まだまだ暑い日は続きます。熱中症にも注意しましょう。

運動前にチェック！ ケガを防ごう！

爪は切っていますか？

爪が長いと自分や人をひっかいてケガをさせる危険があります。



朝食は食べましたか？

体や脳がエネルギー不足だと思っただけ動けません。

靴のサイズは合っていますか？

脱げたり、靴ずれしたりするなどケガの可能性がります。



前日はよく寝ましたか？

寝不足だと判断力が落ちてケガをしやすくなります。



準備運動はしましたか？

急に体を動かすとケガをしやすくなります。

どうしてケガをしたのかな？



どれもどこの学校で起こったことがある事故。事故が起こった理由と、ケガをしないためにはどんな行動をしたらいいかを考えてみよう。

なぜぶつかった？

廊下の角で歩いてきた人にぶつかった

防ぐには？

なぜ倒れた？

イスに座っていて後ろに倒れて頭を打った

防ぐには？

なぜ落ちた？

階段から落ちた

防ぐには？

なぜ目に当たった？

ほうきが顔に当たって目にケガをした

防ぐには？