



新緑の季節となり、爽やかな風が心地よい5月を迎えました。今月は  
 体育祭があり、皆さんが競技に挑む姿を見るのが楽しみです。

令和7年5月1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

しかし、気温が上がり始めるこの時期は、熱中症にも注意が必要です。  
 体育祭や日々の運動を安全に楽しむために、こまめな水分補給や適度な休  
 憩を心がけましょう。また、朝食をしっかりとりことや、通気性の良い服  
 装を選ぶことも大切です。健康な体で最高のパフォーマンスを発揮でき  
 るよう、生活習慣を整えながら、楽しい体育祭を迎えましょう！



日時		行事	対象各科	学年
1日(木)	9:00~	歯科検診	全科	3学年
2日(金)	9:00~	耳鼻科検診	全科	1学年
7日(水)	11:00~	内科検診	全科	3学年
12日(月) 13日(火)	10:00厳守	尿検査2次	対象者(1次未検診者含む)	
14日(水)	10:00~	健康相談	対象者	
15日(木)	9:00~	歯科検診	全科	1学年
16日(金)	9:00~	視力/聴力検査	普通科	3学年
21日(水)	9:00~	視力/聴力検査	職能開発科	全学年 (聴力は1・3年)
22日(木)	9:00~	眼科検診	普通科	1・3学年
23日(金)	9:00~	耳鼻科検診予備日	未検診者	
26日(月)	9:00~	視力/聴力検査	普通科	1年
29日(木)	9:00~	歯科検診予備日	未検診者	
30日(金)	9:00~	視力検査	普通科	2年

#### 尿検査の御提出について

12日(月)、13日(火)の2日間、尿検査の2次検診があります。1次検診時に提出できなかった御家庭は、この2日間で御提出ください。容器がお手元がない場合は担任を通して保健室まで御連絡ください。

#### 健康相談について

精神科校医、黒木先生の健康相談が今月より始まります。新1年生が優先となりますが、他学年で御希望される方は担任を通して保健室まで御連絡ください。

がつ ほけん もくひょう み まわ せいけつ こころ  
**5月保健目標 身の回りの清潔を心がけよう**

からだ いふく せいけつ じょうたい きたな に おい びょうき げんいん  
 体や衣服が清潔でない状態のままにしていると、汚くなったり、ニオイや病気の原因に  
 なったりします。がっこう しゃかい ほか ひと いっしょ す じぶん まわ ひと きも  
 学校や社会では他の人と一緒に過ごします。自分も周りの人も気持ちよく  
 けんこう す せいけつ たいせつ  
 健康に過ごすために、清潔はとても大切です。

**めざせ お風呂の達人 よく洗ってピカピカに**

まいにち ふろ きも  
 毎日のお風呂、気持ち  
 よく楽しめていますか？  
 そろそろあせ汗をかく日も  
 増えてきます。せいけつ  
 に過ごすた  
 めに、お風  
 呂のコツを  
 おし  
 教えます。



**汚れのたまりやすいところは念入りに**

よご ねん い  
 汚れのたまりやすく洗い残しやすい場所は、念入りに泡で洗いましょう。

わきの下

ひじの内側

ひざの裏側

おしりの下

耳の後ろ

足の指の間 など

**すすぎ残しに注意**

きちんと汚れを落とし切らなかつたり、シャンプー  
 やボディソープが残ったままだと、肌荒れの原因に  
 なることも。ヌメヌメが残っていないかチェックしな  
 がら、丁寧にシャワーやかけ湯で洗い流しましょう。



**学校医の先生の紹介**

各科	氏名	所属
内科	益子 貴博	ワールドシティ益子クリニック
歯科	野中 哲雄	野中歯科医院
眼科	田治 えりか	品川ベイ・サイド眼科
耳鼻科	土橋 信明	神谷町耳鼻科虎ノ門クリニック
精神科	黒木 春郎	こどもとおとなのクリニックパウルーム
薬剤師	桑山 俊哉	清心堂薬局



**健康診断の  
結果をお知らせ**

健康診断で所見があった生徒に関しましては、別途  
 受診勧奨のお知らせのプリントを配布しています。  
 夏には水泳指導が始まるため、症状が進行する前に早  
 めの受診をお願いします。