



本格的な冬の寒さがやってきました。乾燥する日が多く、肌荒れしやすくなっています。お部屋などの湿度を意識し、体の保湿を行ってください。

また、体調不良者が増加しています。手洗いやマスクなどの感染症対策に加えて、バランスのとれた食事や十分な睡眠など体調管理に努めてください。楽しいイベントの多いこの季節を元気に過ごしていきましょう。皆さんのが素敵なお年を過ごせますように…！

令和7年12月1日
東京都立港特別支援学校
校長 岡戸 良雄
養護教諭 落合 遥花

12月の予定

日時	行事	対象各科
3日（水） 9:00～	整形リハビリ相談	対象者
10日（水） 10:00～	健康相談	全学科
15日（月） 12:35～	摂食相談	全学科
18日（木） 9:50～	歯科保健指導	普通科2年生4・5グループ
22日（月） 14:00～	学校保健 講演会	保護者

○健康相談

毎月希望者を対象に実施しています。精神科校医の黒木春郎先生へ御相談のある方は、担任を通して保健室までお知らせください。

○摂食相談

定期的に希望者を対象に実施しています。食べ方などについて御相談のある方は、担任を通して保健室までお知らせください。

○齒科保健指導

歯科保健指導は染め出しをする予定です。詳しくは後日プリントを配布しますので、御確認ください。

○学校保健 講演会

＼子どもの性との関わり方について／

思春期の心とからだの発達と性教育についての講演会

思春期の身体の発達は？ どのように性について教えればいいの？

2025年12月22日（月）14:00～

都立港特別支援学校 2階体育館

講師

お申し込み

塚田 訓子 産婦人科医師
アトラスレディースクリニック院長
都立永福学園産婦人科校医

フォームに
必要事項をご記入の上
お申し込みください



共催 都立港特別支援学校PTA



保健関係書類について

令和8年度に向けて、下表の保健関係書類を返却・提出を予定しています。

服薬の変更や主治医の変更などがある場合、「医師意見書」に主治医による加除訂正または押印等が必要です。お手数ですが早めに受診の予約等をお願いします。変更がない場合、医師確認は不要です。保護者印またはサインをして御提出ください。

保健関係書類	注意事項
医師意見書	<p>【変更なし】の場合 内容を確認し、保護者が確認日を記入、保護者印またはサインをして提出。</p> <p>【変更あり】の場合 変更内容を、医師に加除訂正していただき、 保護者が受診日を記入し、保護者印またはサインをして提出。</p>
学校生活管理指導票 (心臓・腎臓・アレルギー)	対象生徒は全員1年に1枚、医師による新規作成が必要です。 御家庭でも必ず御確認ください。

※12月19日（金）に対象生徒へ、黄色い保健封筒に入れて返却します。詳しいプリントを同封しますので、御確認の上令和8年3月6日（金）までに御提出ください。

※黄色い保健封筒は保健室に御返却ください。

12月の保健目標 体調管理を万全に！

体調管理のポイントは

- ・感染症予防
- ・規則正しい生活
- ・乾燥対策

この3点を意識しながら
生活しましょう！

