



スマイルほけんだより

筑波大学附属大塚特別支援学校
保健給食部 保健室

第4号(2026.7)

7月ここでスマイル 「げんきにすごそう 夏休みかるた」



スマイル(健康教育・食育)は、子どもたちにこころとからだの健康、食について伝えていくものです。健康教育は保健室を中心に全校で取り組んでいます。保健室前の掲示板前(ここ)で、スマイルを学んでいきましょう。

今月のスマイルは、夏休みを健康で元気に過ごすために大切なことを勉強しました。『夏休みかるた』を使って、暑い夏に気をつけたいことをひとつひとつ確認しました。



やったー！



野菜を食べよう



熱中症の症状を覚えておきましょう



【重症度Ⅰ度(軽症)】手足のしびれ、めまい・たちくらみ。こむらえりなど→涼しい場所に避難、体を冷やして水分補給。



【重症度Ⅱ度(中等症)】吐き気がする、頭痛、だるい、意識がおかしいなど→すみやかに医療機関を受診。



【重症度Ⅲ度(重症)】意識がない、返事をしない、けいれん、まっすぐ歩けない、体が熱いなど→救急車を呼ぶ。

お薬の変更、お知らせください



常用薬の種類や量に変更が生じた際は、担任までお知らせください。保健調査票の訂正をおねがいし、学部と保健室とで改めて情報を共有します。非常災害時の預かり薬をご提出いただいている場合は薬の差し替えもおねがいでいます。

