

ほけんだよい

市立札幌北翔支援学校

令和 8 年 7 月 22 日

No. 2



1 学期がもうすぐ終わろうとしています。いよいよ夏休みですね！休み中も、生活のリズムが崩れないよう過ごせるといいですね。また、こまめな水分補給や適度な休憩を取り、熱中症などにも十分、ご注意ください。

夏休みは、ご家庭でゆっくりと過ごし、心も体もリフレッシュして、また元気に 2 学期お会いしましょう。素敵な夏休みをお過ごしください。



心臓検診・結核検診について

本校では、学校での実施が難しいため心臓検診（心電図）、結核検診（X 線撮影）を実施していませんが、検診を希望する場合は夏休み中に検査を受けることができます。

- 実施場所 札幌複十字総合健診センター（札幌エルプラザ5階）
- 心電図検査 対象学年：小学部 1 年、中学部 1 年、高等部 1 年
実施期間：8 月 6 日（木）～8 月 18 日（火）
受付時間：9 時～11 時 30 分、13 時～15 時 30 分
- 結核 X 線撮影 対象学年：高等部 1 年
実施期間：7 月 27 日（月）～8 月 21 日（金）
受付時間：13 時～15 時 30 分

※いずれも予約は不要です。期間中の土・日・祝日は除きます。

※検診を希望する場合は、養護教諭までご連絡ください。お渡しする書類があります。



～健康診断終わりました!～

4 月から健康診断がスタートし、6 月で全て終了しました。検査の結果、疾病等の疑いがあったお子さんについては、お知らせしています。結果がこなかったお子さんについては、特に問題なかったということになります。お知らせがきたお子さんについては、必要があれば、専門医または主治医に見てもらってください。



夏休みは 歯・口 のお手入れをしましょう

口腔ケアで全身の健康を守ろう

- ・口腔内を衛生的に保つことで、誤嚥性肺炎や感染症を予防できる
- ・口腔内の悪い細菌による全身疾患（感染性心内膜炎など）を予防できる
- ・唾液の分泌を促し、口の中を浄化する
- ・舌がきれいになったり、唾液が分泌したりすることで味を感じやすくなる（食欲が増す）

