

ほけんだより 7月

令和8年7月16日 かもと稲田支援学校 高等部

梅雨が明けて、一気に真夏を感じる季節になりましたね。こまめに水分補給をしながら、熱中症に気をつけて過ごしましょう。朝ごはんをしっかり食べ、早寝・早起きも心がけて厳しい夏の暑さを乗り切りましょう。

生徒保健委員による「グー・ピタ・ピン!!」

目の健康のため、そして、みんなに正しい姿勢を伝えるため、生徒保健委員会で「グー・ピタ・ピン!!」の動画を作成し、かもいなふれあいの日に「目とタブレットの距離は30センチ」を合い言葉に紹介しました。

目を大切にしよう!

背筋を伸ばす

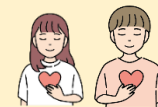
机と体の距離はグー

足の裏を地面にペタッとつける

～保護者の皆様へ～

生活習慣とデジタル機器との付き合い方の目標を決めて、夏休みの過ごし方シートを配付しています。お子様への声かけ等をお願いします。

「自分と相手を大切にする!」



パーソナルスペースについて知り、自分や相手を大切にすることが出来る学習を行いました。



基本的な距離のとり方(家族・友達・先生・知らない人)について学び、体験しました。

仲が良い人同士でも、ハイタッチする時の気持ちが違った。相手の気持ちを考えることが大事と思った。



ホームページ 動画配信!

「ちょこっとスポーツ」にチャレンジ 高等部の職員が登場!

LESSON 39 「ペアでできるストレッチ」

今回は、高等部の塩山先生と上東先生で行います。

ポイントは、以下の2つです。

- ①足の裏がはなれないこと。
- ②呼吸を合わせておこなうこと。

さあ、みんなで「レッツちょこスポ!」

