



令和7年1月14日
都立鹿本学園校長
堀江 浩子

鹿本学園のみなさん、明けましておめでとうございます。どのような年末年始を過ごしましたか？
2025年は、巳年（へび年）です。へびのようにしなやかに、柔軟な一年を過ごしましょう！

巳年の意味と御利益

- 再生と復活：へびが皮を脱ぎ捨てて生まれ変わるように、新しい始まりや変化を意味します。
- 神秘と知恵：へびは神秘的な動物とされ、知恵や洞察力を象徴します。
- 変容：へびは姿を変えることができることから、変容や成長を意味します。

—令和7年度に向けた保健関係書類の御案内—



《医師記入書類をクリアファイルに入れて配付します》

本校では、健康・安全に学校生活を送るため、運動やスクールバスの乗車、水泳指導や行事等への参加、個別の緊急対応について、一年に一度「主治医意見書」や「学校生活管理指導表」で主治医の御意見をいただいています。文書料がかかる場合は保護者負担となりますが、御理解と御協力をお願いいたします。

《配付書類と対象者》

書類名	配付対象者（S高3、N中3を除く）
主治医意見書	S部門：全児童・生徒 N部門：一年を通じて医師より薬を処方されている児童・生徒 学校への緊急時薬の預かり希望のある児童・生徒
学校生活管理指導表	SN共通：心臓・腎臓疾患があり、定期通院している児童・生徒 食物アレルギーがあり、配慮を要する児童・生徒

《配付日》

- （SN共通）小学部1年生～中学部2年生、S部門高等部1・2年生 → 1月17日（金）
 - 新年度に鹿本学園の高等部へ進学希望の現中学部3年生 → 入学説明会 2月20日（木）
- ※他校へ進学・転出する予定の方については、本校から書類の配付はございません。

《提出締切日》

3月7日（金）

※通院予定等により、締切日までの提出が難しい場合は、その旨をお知らせください。



1月の保健行事



肢体部門 (S)	知的部門 (N)
14日(火)【中・高1・高BC】身体測定	
15日(水)【小】身体測定 指導医来校(石橋 Dr.)	15日(水)指導医来校(石橋 Dr.)
16日(木)整形診察(瀬下 Dr.)	16日(木)【小1~5】身体測定
17日(金)摂食評価(野本 Dr.)	17日(金)【小6・中】身体測定 摂食評価(野本 Dr.)
20日(月)指導医来校(大西 Dr.)	20日(月)指導医来校(大西 Dr.)
21日(火)指導医来校(石崎 Dr.)	21日(火)指導医来校(石崎 Dr.)
23日(木)指導医来校(吉田 Dr.)	23日(木)指導医来校(吉田 Dr.)
24日(金)【高2A・3A】身体測定	
27日(月)神経診察(本澤 Dr.) 【欠席者】身体測定	27日(月)神経診察(本澤 Dr.) 【欠席者】身体測定
28日(火)療育相談(村上 Dr.)	28日(火)療育相談(村上 Dr.)
29日(水)指導医来校(富沢 Dr.)	29日(水)指導医来校(富沢 Dr.)



正しく薬を飲もう

市販薬と処方箋薬

市販薬は、総合的な薬といえます。咳止め、鼻炎薬などが1錠に詰められているため、複数の薬を飲まなくて良いというメリットがあります。

一方、処方箋薬は症状に合わせてオーダーメイドになるため、強い効果が期待されます。

学校では、原則処方薬のみ与薬可能です。(保護者の依頼と医師の指示がわかるものの添付が必要です)

以前処方された薬や、

きょうだいに処方された薬を飲んでいませんか？

薬の量は、体重を基準に決められています。成長期の子どもは体重の変化も大きいため、家庭にある薬やきょうだいに処方された薬は服用せず、その都度処方された薬を飲むこと、かかりつけ医に相談することをおすすめします。



薬を何で飲んでいきますか？

- 水が基本ですが、服薬用のコーティングゼリーやアイスクリームなどと摂るのも可。
- 葛根湯など「湯」が入る漢方薬は、温かいお湯で飲むのがおすすめ。基本的に漢方薬は空腹時の服薬が望ましいとされています。
- 学校では、コーティングゼリーなどでの服薬も可能ですが、災害時等も考慮して水で飲む練習を積み重ねていきましょう。(牛乳やヨーグルト、アイスなど衛生管理が難しいものはお受けできない場合があります)

《注意が必要な飲み合わせ》

- 柑橘系の酸味のある飲料やスポーツドリンク×抗生剤の粉薬→苦みが強くなる。
- 牛乳×抗生剤→カルシウムと結合して薬の成分の吸収率が落ちてしまう場合がある。
- お茶やコーヒー、紅茶



×抗生剤や貧血の薬→カテキン(タンニン)の影響により、薬の成分の吸収率が落ちてしまう。

×睡眠薬→カフェインにより効果が弱まることある。

×一部の抗うつ剤や抗不安薬→カフェインにより神経過敏やイライラを起こしやすい。

×頭痛薬のイブプロフェンや一部の市販のかぜ薬→カフェインにより効果が増強されてしまう場合がある。