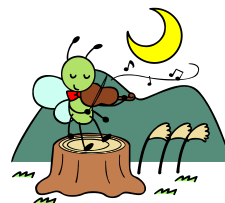


保健便り

No.6

R8. 8. 31
西目中学校保健室



夏休みが終わり、生活リズムは学校モードに切り替えられたでしょうか。

気温はいくらか下がったとはいえ、熱中症予防にも気が抜けない毎日です。由利本荘市内では、新型コロナウイルス感染症が発生しています。県内では、インフルエンザも発生しています。

あらためて手洗い・うがいなど基本的な感染症予防対策につとめるとともに「早寝、早起き、朝ご飯」を心がけて生活リズムを整えましょう。

夏休み明けに健康診断後の精密検査の結果がたくさん届いています



受診結果が学校に届くことで、学校生活で配慮すべきことはないか、今後の経過観察の有無などを把握します。結果は必ず学校へ提出してください。

精密検査のお勧めが届く前に、すでに受診済みの場合は、検査結果をおうちの方が記入してもかまいません。

受診がまだの人は、機会を見つけてぜひ受診してください。

*歯の健康カードへのコメントありがとうございました。むし歯の有無にかかわらず受診の機会を設けて歯の衛生管理をしている生徒が多いと感じています。

カウンセラー来校日のお知らせ

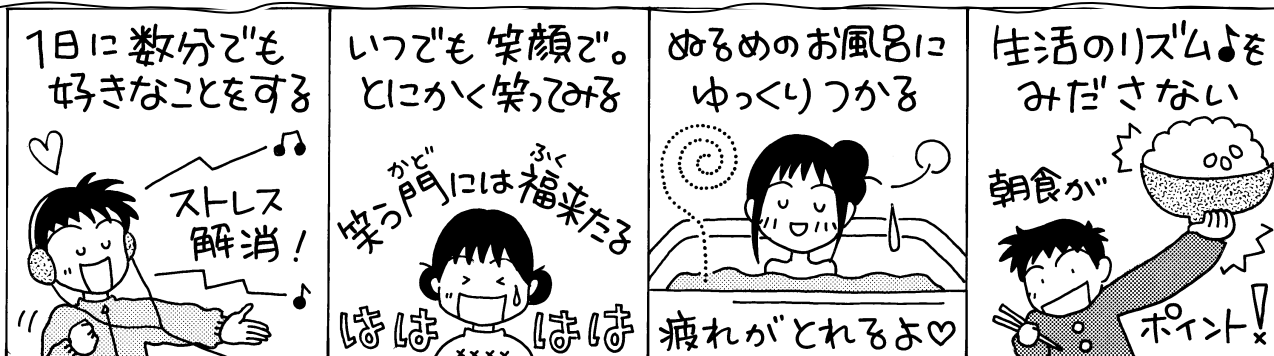
カウンセリングを希望される方は、お近くの職員までお声がけください。

9月 2日(水)、16日(水)
10月 1日(木)、15日(木)、29日(木)
11月 12日(木)、26日(木)
12月 10日(木)、24日(木)



生活リズムを整えるために

意識して 心と体をリラックスさせてみては どうでしょう…



夏休み明け身長伸び(体重の増減)が気になる人は、どうぞ保健室へ・・・
測定したい時は、保健の先生にことわってから使用します