

保健だより

2021.5.10 玉川中 保健室



今月の保健目標

生活のリズムをつくろう

5月に入り、日頃の疲れが少しずつ出てくる時期です。新しいクラスには慣れてきましたか。健康診断は、これからも続きます。自分の身体の状態を知り、元気な学校生活が送れるように、普段の生活を見直してみましょう。

保護者の皆様へ 歯科検診についてのお願いです

5月24日(月)に歯科検診を実施します。今年度も新型コロナウイルス感染拡大防止のため、健康観察をお願いします。5月10日(月)からの生徒さんの様子について確認してください。下の①②に該当する場合は検査できませんので、事前に学校へご連絡ください。

また、歯科検診当日朝の健康観察で、風邪症状や37.5℃以上の発熱がある場合も、検査できませんのでご承知ください。



5月10日(月)～24日(月)の期間、生徒が①、②に該当した場合は検査できません

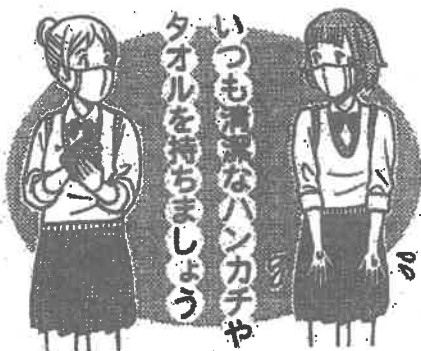
- ① 風邪症状や発熱(37.5℃以上)があった
- ② 新型コロナウイルス感染者や感染の疑いがある者、濃厚接触者との接触がある

健康診断の結果をお知らせします

学校の健康診断は、スクリーニング(病気の疑いがある人を見付け出すこと)が目的です。検診の結果、病気の疑いがある人には、「健康診断結果のお知らせ」をお渡しします。お知らせを受け取った人は、早めに受診し、詳しく診てもらってください。

なお、「健康診断結果のお知らせ」は、医療機関を受診した後学校に提出してください。ひどくなる前に、早め早めに治療すれば、時間もお金もかからずに済みます。後回しにせず、早めに受診してください。

1年生の循環器検査と、2年生の貧血検査を欠席した人は、5月25日(火)に保護者と塩竈医師会医療社会活動センターに行って受診してください。検査時間は15時～16時15分です。



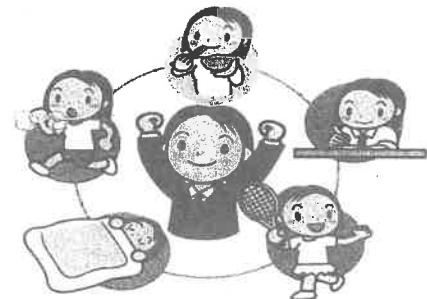
©少年写真新聞社2021

新学期の疲れには



ゆっくりリラックス

©少年写真新聞社2021



中学生は8～10時間の睡眠が必要です。夜寝ている間に成長ホルモンが分泌され、成長を促してくれます。