



衣替えの季節になりました。暑くなったり涼しかったりと気温差があり、のどの痛みや腹痛など体調を崩す人が出てきました。体調管理には、十分気をつけましょう。そして、そろそろ心配になってくるのが「熱中症」。体が暑さに慣れていないため、熱中症にかかりやすくなっています。また、マスクをしていると、熱がこもりやすくなります。積極的に水分を取り、少しずつ暑さに慣れていきましょう。

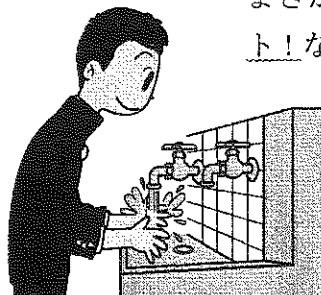
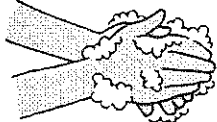
6月健康診断のお知らせ (6月1日現在の予定です。)

日にち	検診	対象	備考
2日(火)	内科検診	3-3, 2年	13:30 ~ 開始
3日(水)	内科検診	3-1.2, 1年	13:15 ~ 開始
4日(木)	尿検査	全員	今年から容器が変更になりました。8日(月)まで提出できますが、できるだけ4日に提出してください。
18日(木)	心臓検診	1年	13:20 ~ 開始
24日(水)	眼科検診	1・3年	13:20 ~ 開始
未定	耳鼻科検診	1・3年	問診表をお配りしました。5日(金)までに提出してください。
未定	歯科検診	全員	9月以降になるかもしれません。

手洗いの後...

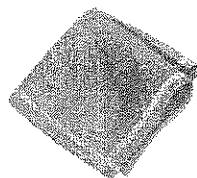
手を拭いていますか?

30秒以上!!!



手洗いの後、「自然乾燥や体操着にゴシゴシ」なんてしていませんか？
まさか、濡れた手で髪の毛をセッ
ト！なんてしていませんか？

濡れた手は、細菌が繁殖しやすくなっています。きれいなハンカチやタオルで、しっかり拭きましょう。



汗をかく季節になりました。顔を洗うのも、感染予防の一つです。タオルの準備があるといいですね。

特に運動部は、熱中症予防のために、必ず水筒の準備をしましょう。

