

保健だより



第2号

令和3年5月24日(月)

文責:西会津中学校 養護教諭 新妻 正子

5月保健めあて

自分の健康に関心を持ち、病気の早期発見・早期治療に努めよう

新型コロナウイルス感染症予防に日々ご協力いただきありがとうございます。生徒たちも新しい生活様式を意識して学校生活を送っています。その中で心配されるのが、“心の面”についてです。様々な変更と、先々の不安が募っていかぬよう、サポートしていきたいと思えます。

さて、今月の保健目標は、標記の通りでした。各種検診後に、「治療勧告書」を配付しますので、なるべく早期治療のご協力をお願いします。

そのからだの変化はSOS!?!~体と心の変化に気付いて!~

				
食欲が出ない✓	肩がよくこる✓	ぐっすり眠れない✓	お腹の調子が悪い✓	すぐいらいらする✓

* 一つでも当てはまる場合、まずは食事・運動・睡眠の生活習慣の見直しから!

感染症対策コーナー 手洗いの5つのタイミング!

公共の場所から
帰った時



咳やくしゃみ、
鼻をかんだ時



ご飯を食べる時



前と後!

病気の人
のケアをした時



外にあるものに
触った時



引用:厚生労働省HPより

【保健室よりお知らせ】

- 5月27日(木)は尿検査(1次)になります。検体の提出忘れがないように、確認をよろしくお願いします。
- 報道にもあるように、西会津町で新型コロナウイルス感染者が確認されています。保護者の皆様も、心配な状況かと思えます。大人と同様に子どもたちも不安を抱えていると思えます。ぜひ、ご家庭で不安な気持ちを和らげられるように過ごしてください。何か、気になる点がありましたらご相談ください。