

# ほけんだより 5月



和歌山県立田辺工業高等学校 保健室 2022年5月号 (Vol.3)

天候が不安定な日が続いています。

春と夏が混在するこの時期は体調を崩しやすい時期でもあります。

感染予防も万全に行うとともに、基本的な生活習慣を整え、衣類の調節や温度湿度の調節などをこまめに行うなど、体調管理を心がけましょう。

## 今後の保健行事

月日	項目	対象	時間
5月10日(火) 11日(水)	尿検査 予備日	全校生徒	SHRで回収
5月12日(木)	眼科検診	M2A,M2B 3年生 前回未受検生徒	13:15~
5月31日(火) 6月1日(水)	尿検査(二次) 予備日	前回未提出生徒 再検査対象生徒	
5月9日(月) 5月13日(金) 5月16日(月) 5月17日(火)	追身体計測	未受検生徒 再検査対象生徒	昼休憩・放課後

対象生徒には連絡票を配布します。

このほかに、内科検診、追胸部検診、追心電図検査、追歯科検診などが予定されています。

対象生徒には時間や場所など事前に連絡します。

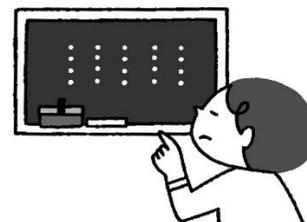
学校で設定した日程で受けることができなかった場合は、各自で健康診断を受けてもらうことになりますが、場合によっては自己負担が生じることがあります。

できるだけ、学校で受けるようにしてください。

## 新学期がスタートしてひと月

日常生活で不便や不安を感じることはありませんか？

黒板の字が見にくい



机やイスの高さがあっていない



なんとなく気分がさえない



※その他、気になることがあれば、担任の先生や保健室の先生に相談してください。

## “あたりまえ”こそ大事：身だしなみ



歯科検診の結果を集計すると、「歯垢の付着」にチェックがついている人が多かったです。歯垢の付着によって酸が発生し、その酸によって歯のエナメル質が溶かされむし歯になります。ていねいな歯みがきを心がけましょう。

また、爪が長い人も多く見られます。安全のためにも、衛生のためにも爪を整えておきましょう。

休日が続きます。この間も感染防止対策を万全にとって、健康に、安全に過ごしてください。

学校が休みの日でも、PCR検査を受ける場合や、感染や事故等万が一のことがあった場合はすぐに担任に連絡してください。