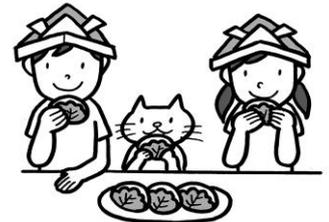




令和3年 4月30日
仁田佐古小 保健室
No.2

新学期が始まり1か月が過ぎようとしています。新しい環境に慣れた一方で、今まで緊張していたぶん、疲れが出てけがをしたり体調を崩したりする時期です。ゴールデンウィークは、好きなことをしたり、心と体を休めてリフレッシュしましょう。



GW中も 正しい生活リズムですごそう



5月の保健行事

日にち	検診名	学年	用意するもの、準備等
5月10日	内科検診	1・2年	体操服
5月12日	内科検診	3・4年	体操服
5月14日	内科検診	5・6年	体操服
5月20日	耳鼻科検診	1・3・5年	前日に耳そうじをする
5月21日	尿検査	全学年	尿検査袋・尿検査容器(朝から尿をとる)
5月26日	歯科検診	1・2年	朝から歯みがきをする



健康診断を受けるときは・・・

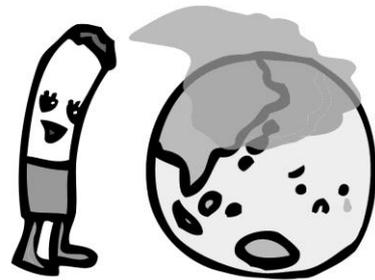
- ・1メートル離れて静かに待つ
- ・マスクをつける

たばこについて考えよう

5/31 世界きんえんデー

～さまざまなタバコの害～

- ① さまざまな病気になる
- ② やめられなくなる
- ③ 周りにも影響が及ぶ



タバコを誘われたとき 断り方のスキル

その場から離れる



「いま急いでいるから」

臭いが苦手



「くさいからいやー!」

おしゃれを理由に



「肌あれするから!」

スポーツへの影響



「疲れやすくなったら困る」

熱中症に気をつけよう!

- 暑かったり、気分が悪くなった時はマスクを外しましょう。
- のどが渇く前に水分補給をしましょう。



実習生の紹介

5月10日～5月28日までの間、保健室の先生になるための勉強のため教育実習生が来ます。

保健室や教室で会った時には、声をかけてください。よろしくお願いします。