

ほけんだより 4月

長浜北星高等学校定時制
2022.4

入学・進級おめでとうございます! 今日から新しい一年間が始まります。新しい生活に慣れるまでは心も体も疲れやすくなっています。リラックスできる時間を作り、体調管理をしっかりと行いましょう。

健康診断が始まります!



健康診断は、皆さんが学校生活を元気に送ることができるよう、からだの成長や健康状態を調べるために行います。この機会に、自分のからだについて知ろう! なるべく休まないようにしてね。

● 身体測定

日時 : 4月13日(水)
対象 : 全員
項目 : 身長・体重・視力・聴力

● 検尿

日時 : 4月14日(木)・4月15日(金)
対象 : 全員

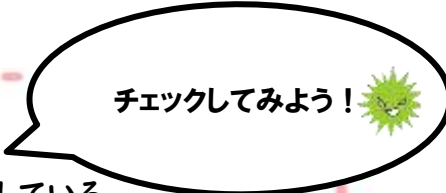
● 心電図・X線検査

日時 : 4月15日(金)
対象 : 1年生
場所 : 啓朋会館



みなお見直そう! 新型コロナウイルス感染症予防対策!

新型コロナウイルス感染症が流行してから早3年。「新しい生活様式」にも慣れてきた今こそ、もう一度新型コロナウイルス感染症予防対策がしっかりできているのか確認しよう!



- 30秒程度かけて水と石けんを使い手洗いしている
- 外から教室等に入る時やトイレの後、給食の前後に手洗いしている
- 咳・くしゃみをするときはマスクやティッシュ・ハンカチ、袖、肘の内側などを使って、口や鼻をおさえている
- 「十分な睡眠」「適度な運動」「バランスのよい食事」を心がけている



さいご最後に

今年度養護事務を務めさせていただきます、駒井です。けがや体調不良の時だけでなく、何か悩んでいた、不安に思うことがあったら気軽に会いに来てくださいね。

