

保健室からの Message 5月号

2023.5.1 長浜北星高校保健室

“五月病(ごがつびょう)にご用心”

新年度4月はクラス替えの緊張感の中、毎日のように行事が行われ、一か月があっという間に過ぎ去ってしまった感覚ではないでしょうか。明日からいよいよ待ちに待ったゴールデンウィークに突入です。ただ部活もなく毎日家に居る人は「朝起きなくてもいいから…」と夜更かししてダラダラ過ごしてしまうと、5月8日の登校に向けての“リセット”がとても辛いものになると思いますので、

休日も、学校に行く日と同じ時間に起きましょー！！

👉リズミカルに過ごすことを意識しながら楽しい休日にしてくださいね



コンタクトレンズ空ケース

1年間でケースいっぱいになりましたので、4/19にecoプロジェクト回収センターへ送付しました□



R5年度の回収については、LHRの時間に各クラス保健委員より連絡されたと思います。One day、2week用レンズケースは捨てずに回収BOXの方へお願いします。その際、アルミシートはきれいに剥がしてからケースに入れてくださいね。回収ケースは教室と保健室前に設置しています。積極的にSDG's活動に貢献しましょう！

今年度もどうぞよろしくお願いいたします。



生徒保健委員会

日本で新型コロナウイルスが確認されてから3年が経ちました。コロナによりたくさんの制限が加わり、予想もしない形での学校生活でしたが、いよいよ5/8よりインフルエンザ感染症と同じ5類に引き下げられます。しかし現在のところ文部科学省より5類移行に伴う学校での対応方法は示されていない状況ですので、通知され次第改めて連絡します。安心安全を得るには、国から示されるガイドラインに沿って生活することがやはり必要と考えますので、一人一人が感染症に対する危機意識を持ち、今後もみんなで力を合わせて感染予防に努めましょう。