

ほけんだより 10月

令和2年10月6日
久米田中学校
保健室

日が暮れるのがずいぶん早くなり、朝晩は肌寒く感じられる季節になりました。学年別体育祭と7時間授業が終わり、ほっとしている人も多いのではないのでしょうか。学年別体育祭では、運動が苦手ながらも、練習から一生懸命に取り組んでいる姿や、当日に各競技で活躍している姿、また、クラスメートの活躍を見守っている姿をたくさん見かけ、胸が熱くなりました。



新型コロナウイルスの影響で、今までと違った学校生活を送る中で、ストレスを感じたり、疲れを感じたりしている人もいます。自分に合ったストレスの発散法を見つけ、適度に息抜きをしながら、心も体も元気に学校生活を送りましょう。

感染症news

大阪府感染症センターの情報(10/1 現在)によると、新型コロナウイルス以外の感染症(溶連菌感染症や感染性胃腸炎など)は、昨年と同じ時期と比べて減少しているようです。

新型コロナウイルスやその他の感染症の感染拡大を防ぐために、今後も手洗い、マスクの着用、毎朝の健康観察(検温)を続け、密を避ける生活を心がけましょう。



今後の健康診断予定

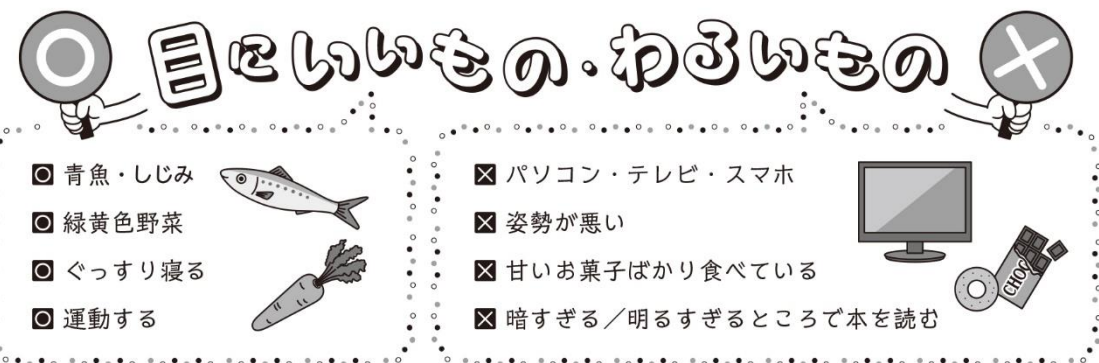
健診名	健診を受ける人	日程	備考
尿検査二次	対象者のみ	10月7日(水)	業者の方が午前中に回収にきます。朝のHR時に必ず提出しましょう。
歯科健診②	2年生全員 1年4~6組 10/1(木)欠席者	10月22日(木)	裏面に説明を載せています。確認しておきましょう。
心臓健診二次	対象者のみ	10月27日(火)	久米田中 多目的室にて行います。
尿検査予備日	対象者のみ	11月17日(火)	尿検査最終日です。この日は、10時には業者に届けられないといけません。朝のHR時に必ず提出しましょう。
胸部X線撮影	対象者のみ	11月26日(木)	岸城中学校 玄関前にて行います。

10月10日は目の愛護デーです

こんなとき 目のトラブル 対処法



どの場合も、目にキズがついてしまうので、絶対にこすらないでください。



正しい姿勢で

目を守ろう

