



5月号

2023.5.12 No2

下松工業高等学校 定時制 保健室

～こころとからだの主人公になろう～

笑顔が人と人の絆をつくる

学校生活になれましたか？



新しい学年がスタートして1ヶ月が過ぎました。仕事やバイトを終えて、夕方からの学習等生活のリズムは慣れましたか。そしてゴールデンウィークどう過ごしましたか？

5月は、中間テスト、定体連週間と1年生にとっては、初めての行事です。

「からだ」「こころ」の健康状態は大丈夫ですか？慣れないことに疲れたり、戸惑ったりと大変なこともあるでしょう。困ったときは、先生方に相談しながら、ゆっくりでも一步一步地道に自分のペースで歩みを進めてほしいと思います。



5月の保健目標

疾病の早期発見と受診及び治療に努めよう

今年度の定期健康診断は4月中に終わりました。

検診の結果がわかり次第お知らせします。

治療が必要な場合は、早めに受診をしましょう。昨年未受診の人が多く「自分のからだを知る」チャンスを逃したままになっています。ぜひ、この機会に受診をしてくださいね。

また、検診当日欠席した人には、生徒を通じてお知らせのプリントをお渡ししています。直接校医のところに行き受診するようお願いいたします。



学校における感染対策について

5月8日以降感染症法上の位置づけが5類感染症に変更されました。学校では、国・県からの通知をもとに対応をしていきます。ご家庭でも協力をお願いいたします。

- ・マスクの着用については個人の判断に委ねます。
- ・健康観察、手洗い等の手指衛生、換気は、基本的感染対策として引き続き行います。
- ・発熱や咽頭痛、咳等の不断と異なる症状がある場合は、無理をせず自宅で休養をお願いします。
- ・生徒の感染が判明した場合は、季節性インフルエンザと同様出席停止の措置を講じます。

5月31日は、「世界禁煙デー」です。

日本では、20歳になるまでたばこを吸ってはいけない法律があります。理由としては、たばこには、多くの有害物質が含まれており、みなさんのからだと心、成長に多くの悪い影響があるからです。

あなたがタバコを吸ってはいけない理由



有害物質が多く体に悪影響

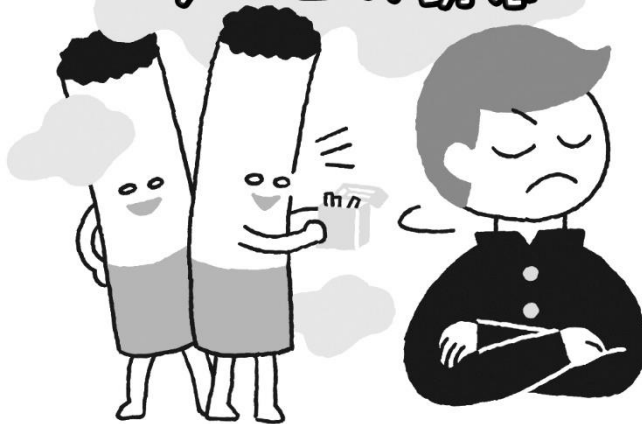


やめたくてもやめられなくなる
「依存症」になる危険性も



未成年の喫煙は法律でも禁止

タバコの誘惑



あなたは どう断る？

その1本が依存の
きっかけに



ハッピーバースデー

5月生まれの人 武居 健晶 君

寛容的で落ち着きがあり、自分のペースで堅実に物事に取り組む安定感のある性格といわれています。

