

# ほけんだより

# 5月

令和4年5月17日  
布水中学校  
保健室

GWが終わり、心配していた3年生の修学旅行も無事に終わることができました。子どもたちの充実した表情を見ることができ、本当に実施できてよかったなと思います。

県内のコロナの感染状況は高止まり傾向にあります。引き続きの感染対策の徹底をお願いするとともに、お子様が朝の時点で風邪症状がある場合は、登校を控えていただきますよう、ご家庭でのご理解・ご協力をお願いします。



内科検診

5月18日(水)・19日(木)

尿検査

5月19日(木)

眼科検診

6月1日(水)

歯科検診

6月2日(木)・9日(木)・16日(木)



**結果のお知らせをもらった人は、早めに受診し専門医の指導を受けましょう!**



だいぶ気温も暖くなり、最高気温が20度を超える日も増えてきましたが、朝晩は涼しい日もあります。また、校舎内は外と比べて冷えますので、服装にはまだ注意が必要です。運動する(動く)と汗ばみますが、風が冷たいので動いた後に体が冷えやすいです。汗の処理をしっかりと行いましょう。運動後の水分補給も必要ですので、水筒を忘れず持ってくるようにしましょう。

1日の中の気温差に加え、全体的に疲れが溜まってきているためか、体調を崩している人が増えているようです。しっかり睡眠と食事をとり、体調を整えましょう。

**今年度より 女子トイレに生理用品(ナプキン)を設置しています**

野々市市より生理用品の配給があり、校内の女子トイレ全てにナプキンを設置しています。これは、自由に使ってよいというものではなく、あくまで「緊急用」です。何らかの理由でナプキンを用意できない場合、急に生理が始まりナプキンの用意をしていなかった場合のみ使用してください。基本のルールは、今までと変わりなく「自分で必要分用意する」です。大人になった時にどこで何が起きるか分かりません。生理用品は常にかばんに準備しておきましょう。