

二学期が始まりました。
暑さ、湿度、マスク、熱中症、コロナウイルス感染症…いつまで続くのでしょうか
暑さはしばらく続きます。熱中症予防「3S」（睡眠、食事、水分）をしっかりと意識しましょう！

健康診断についてお知らせ

2 学期実施予定の健康診断日が決定しましたのでお知らせいたします。

実施予定検診

◆内科検診 全学年

9月30日（水）	B 日程	13:00～	3年生、2年生（4. 5. 6）
10月 7日（水）	A 日程	13:15～	1年生、2年生（1. 2. 3）

◆歯科検診 全学年

10月 1日（木）	B 日程	13:00～	3年生、2年生（1. 2. 3）
10月 8日（木）	A 日程	13:15～	1年生、2年生（4. 5. 6）

◆耳鼻科検診 1 学年

10月 6日（火）	A 日程	13:15～	1年生
-----------	------	--------	-----

新型コロナウイルス感染症が拡大しています。現時点での健康診断実施決定日ですが、状況により変更せざるを得ないことも考えられます。今後、石川県内感染動向等により県からの指導が入りましたら再度お知らせいたします。



心の不調、ため込まないで

全世界に拡大し、日本でも全国に拡大した新型コロナウイルスの感染、秋からのインフルエンザ、冬のノロウイルスによる胃腸炎など感染症は私たちの生活の身近にあるものです。最近では、未知の新種のウイルスの発見など私たちに様々な不安をもたらしています。

▼感染の不安（自身、家族、友達）
▼進路・将来への不安

▼生活・行動制限による不安
▼情報氾濫による不安

様々な不安は、個人では解決が難しいことも多いです。なるべく自分でため込まず、悩み、問題は誰かと伝えあい共有、相談することなどで心の不調が軽減可能です。

※新型コロナウイルス感染症は、誰にでも罹る可能性があります。インフルエンザ同様、自身ができる予防をし、罹患した人を特別視しない配慮をもってほしいと思います。