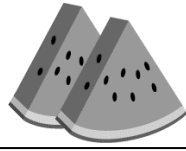


# 保健だより

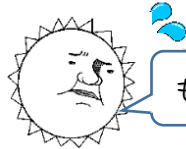


松原市立松原中学校

突然、雨が降ったりとジメジメした日が続いています。天気が不安定だと頭痛や体調

不良になりやすい人もいます。暑さと湿気で体調がすぐれない場合は、無理せ

ず休憩しつつ過ごしていきましょう。



もう、暑すぎやろ！と叫びたくなるよね。。

## ●熱中症対策について

松原中学校では熱中症対策として必要であれば OK としている物があります。

(6月～10月まで)



### スポーツドリンク

(基本はお茶で。スポーツドリンクのみ持ってくるはNG。持ってくる時はペットボトルのままでもOK。その代わり飲み終わったカラのペットボトルは持って帰ってね。)



### クラブ活動の時のみ… 塩分チャージなどのタブレット

(授業中や休み時間はNGです。)



### ハンディーファンや熱中症対策のために首に巻くタオル

(教室の中は、クーラーや扇風機がついているため、登下校中・クラブ活動の時のみ使用OK)  
(壊れたり、なくしてはいけないので、使わないときは自分のカバンの中に入れておく)



### 帽子の貸し出しについて

(登下校中や体育の授業で必要な場合は、貸し出し用の帽子(白い帽子)があります。担任の先生に教えてください。)

毎日のお茶の用意って面倒やなと感じるときがありますよね…。水筒洗って、氷入れて、お茶入れて。お茶や氷を作り忘れた日には、ぬるいお茶。。 それでも、毎日自分で用意している人偉い！また、保護者の皆さま、毎日の準備や用意ありがとうございます。これからも暑い日が続きますが、「これってどうなんだろう??」と疑問に思うことがあればいつでも先生に聞いてみてください。

## ●カウンセリングについて



1学期のカウンセリングは、7月13日(木)までとしています。

2学期のカウンセリング開始は、8月31日(木)の予定です。

【保護者さまへ】

夏休み期間中にカウンセリングをご希望の場合は、担任もしくは、教頭ま

でご連絡ください。

報告書

## ●健康診断の受診報告書について

1学期に実施した健康診断ですが、すべて終了しました。協力ありがとうございました。

視力検査の結果は、両目視力がB以下の生徒に結果のお知らせを配布し

ています。授業を受けて黒板の文字やタブレットの文字などが見えにくい

と感じるときは、眼科にて視力を測定してもらうことを検討してみてください。

歯科検診の結果は、異常がなくても全員配布しています。

その他の健康診断では「異常の疑い」がある人に結果を配布しています。

夏休みゆっくりする時間ができたら、一度、自分のからだについて振り返ってみるのもいいかもしれません。