

5月のぼげんだより

令和4年5月19日 松原市立松原第七中学校

5月も半分以上が過ぎました。もう新しい環境には慣れてきたでしょうか？5月は疲れが出やすい時期でもありますので、無理しすぎないでリフレッシュする時間も持ってくださいね。

◆ ◆ ◆ こんな方法で元気をチャージ！ ◆ ◆ ◆

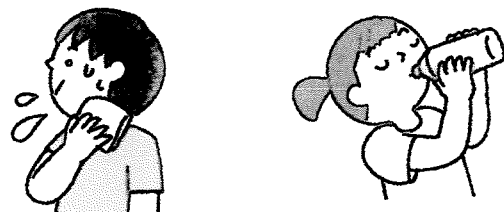


この時期、日中は急に暑くなりはじめるときです。熱中症に気をつけましょう。

睡眠不足は熱中症のリスクを高めます。やりたいことがあったり、提出物や宿題などしないといけないこともあると思いますが、睡眠時間も大切にしてくださいね。

急な暑さに ご注意 寒暖の差が大きい この時季の備え

- 朝晩が肌寒く、日中は暑く一日の寒暖差が大きい時期ですのでプレザーや中に着る服で、調整しましょう。
- のどの渇きを感じる前に、こまめに水分を補給する習慣をつけましょう。休み時間ごとに水分がとれるよう水筒を忘れずに持ってきてきましょう。
- 汗をかいたら清潔なタオルやハンカチでふくようにし、身体を冷やさないようにしましょう。



健康診断の結果について

各健康診断（視力、聴力、眼科、耳鼻科、心臓1次、内科、歯科）で所見のあった人に受診勧告書を順次お渡ししています。医療機関を受診されましたら、受診報告書を記入してもらい、学校へご提出ください。（記入に費用がかかる場合は、記入してもらう前に学校にご相談ください。）

心臓1次検診、歯科検診については所見がなくても検診を受けた人、全員にお知らせをお渡ししています。

学校の健康診断は「スクリーニング」といって身体に何か所見や病気の疑いがあるかを「ふるい分ける」ためのものです。健康診断の結果だけで確定せず、医療機関で診察や詳しい検査を受けられることをお勧めします。

健康診断の欠席者について

各健康診断を欠席された場合は以下のとおりに対応させていただきます。

二測定・視力・聴力：登校したときに学校で測定。

眼科検診：三日間に分けて校医医院にて受検済み。

耳鼻科検診：6月7日（火）15時～校医医院にて受検予定。

内科検診：校医医院を個別受診。お知らせを配布させていただきます。

歯科検診：5月20日（金）11時30分～校医医院にて受検予定。

心臓1次検査：5月31日（火）心臓2次検査の対象となります。

尿1次検査：6月1日（水）～2日（木）尿2次検査の日にご提出ください。

今後の健康診断日程

5月31日（火）心臓2次検査 他校（六中への送迎あり） 抽出者のみ

6月1日（水）・2日（木）尿2次検査 保健室前に各自で提出

6月7日（火）耳鼻科検診予備 欠席者を校医医院へ

6月15日（水）心臓検査予備 他校（松北小への送迎あり） 抽出者のみ

6月21日（火）尿検査予備 保健室前に各自で提出