

保健通信



NO.5 令和5年9月19日
苓北中学校保健室(文責:木村)

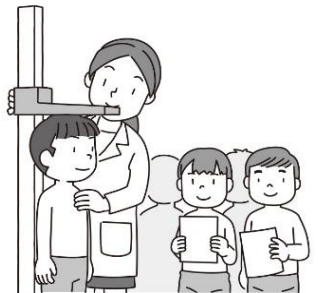
9月23日は秋分の日。太陽が真東から昇り、真西に沈む一日です。本格的な秋の到来であり、この日を境に少しずつ夜が長くなって来ます。スポーツの秋、読書の秋など「秋」の楽しみ方はさまざま。「食欲の秋」だけにならないように、勉強も運動もバランスよく取り込んで、元気に学校生活を過ごしてくださいね。



◇2学期の身体測定を行いました◇

2学期の身体測定を先週から実施しました。1学期と比べて体重が大幅に増加した人、逆に知らないうちに減少していた人…と、体重測定の結果は夏休みの生活の様子を表していたようです。

身体測定の結果は10～11月に実施する視力測定の結果と一緒に「健康の記録」でお知らせしたいと思います。視力測定後、クラスごとに返却を予定しています。配付後、再び回収したいと思いますので、保護者確認印を押印して返却下さい。

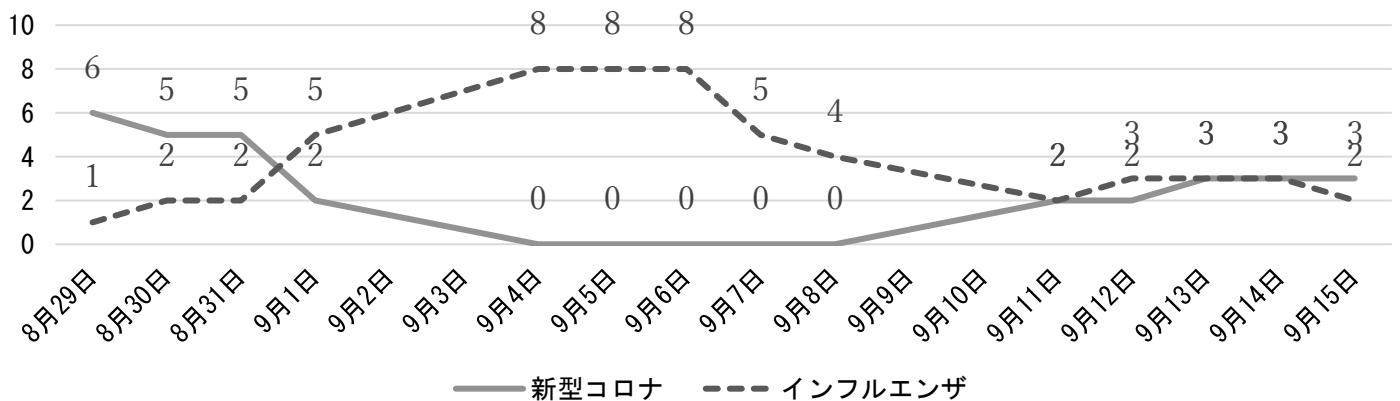


◇感染症発生状況について◇

2学期がスタートしたときは、新型コロナウイルス感染症に罹患していた人が数名、その後インフルエンザに罹患する人が出てきましたが、ようやく今週になって落ち着いてきました。

しかし、いつ、どの感染症が流行するかわからない状況は今後も続きます。どの感染症が流行しても感染対策はどれも同じ。換気、手洗い、マスク励行です。一人一人が自分の健康を守りましょう。

感染症による欠席者の推移



苓北中学校保健室から・・・

2学期が始まって3週間が経過しました。その間にも前期の期末テストや、2年生は職場体験など、感染症が流行していても行事は予定通り行われてきました。今週からようやく通常授業となっていますが、今までの疲れが出てきている人も多いようです。疲れを感じた時は早めに就寝して、翌日に疲れを残さないようにしましょう。

また、10月には合唱コンクールや、天草郡市駅伝大会、3年生は共通テストなど、様々な行事が予定されています。万全の体調で臨めるように規則正しい生活を心がけましょう。

