



愛知県立海翔高校
保健室
令和元年6月

梅雨の季節になりました。登下校の際には、滑って転んだり、事故に巻き込まれたりしないよう、周囲の様子に注意しましょう。蒸し暑くなってくると、気分が悪くなる人も多くなります。睡眠、水分をしっかりととり、元気に学校生活を送れるようにしましょう。

熱中症に気をつけて！

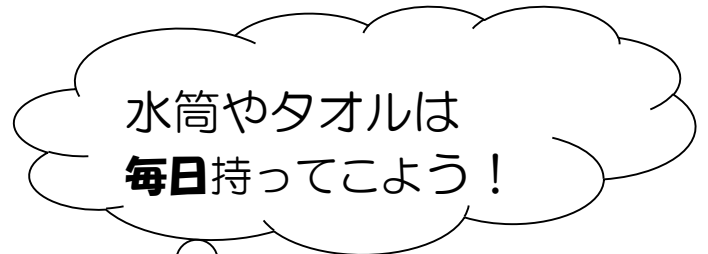
今年の夏は、雨の多い夏になると予想されています。湿度が高く、じめじめとした暑さを感じる夏になりそうです。今のうちから熱中症を防ぐ生活習慣を心がけよう！

<家でやること>

- よく寝る。
- クーラーをかけっぱなしにしない。
- 朝・夜ごはんを必ず食べる。
- 冷たいものを食べすぎない。

<学校でやること>

- 気温に合った制服を着る。
- こまめに水分補給をする。



- めまい
 - 頭痛
 - 吐き気
 - 体温の上昇
 - しびれ
- などに要注意！



歯科検診当日の朝は必ず歯磨きしよう！



月・日(曜日)	実施項目	対象	時間
6月5日(水)	検尿最終日!!!	未提出者	登校後、各自で保健室に提出
6月7日(金)	内科検診	1年生	13:20~
6月6日(木)	歯科検診	2年生、1年生	1日
6月13日(木)	歯科検診	3年生	1日

今月のSC … 7日、12日、24日

今月のSSW … 5日、7日、12日、14日、19日、21日、24日

<お知らせ>

7月17日(水)は、保護者の方もスクールカウンセラーとお話できます。
ご希望のある方は、担任もしくは東山先生までお申し出ください。