



ほけんだより 8月

令和2年8月4日
春日井市立鷹来中学校



スマホやタブレットの長時間使用に注意！

もうすぐ夏休みですね。これからお家で過ごす時間が増えますが、スマホやタブレットなどを使用する時間も長くなりがちです。スマホやタブレットの長時間使用はドライアイや視力低下につながるだけでなく、首や肩にも負担がかかり頭痛の原因になることも…。「きちんと時間を決めて使用する」「30分使用したら休養をとる」など使用方法を守りましょう。



健康診断の日程をお知らせします

現在の各検診の日程をお知らせします。なお、感染症対策の関係で急な変更や中止があるかもしれません。よろしくお願いします。

対象学年	1年	2年	3年	8・9組
検査項目				
内科検診	9/9(水)1組	10/6(火)1・2組	9/1(火)1・2組	9/24(木)
	9/16(水)2・3組	10/7(水)3・4組	9/8(火)3・4組	
	9/24(木)4組	10/13(火)5組	9/9(水)5組	
	10/13(火)5組			
眼科検診	10/9(金) ※問診票から抽出			
耳鼻科検診	9/15(火) ※問診票から抽出			9/15(火)
心電図・貧血	後日お知らせ			後日お知らせ
歯科検診	9/17(木)	9/10(木)1・2・3組	9/10(木)	9/10(木)
		9/17(木)4・5組		
尿検査	1次検査:9/10,11 2次検査:10/2			

保護者の方へ ～健康記録表について～

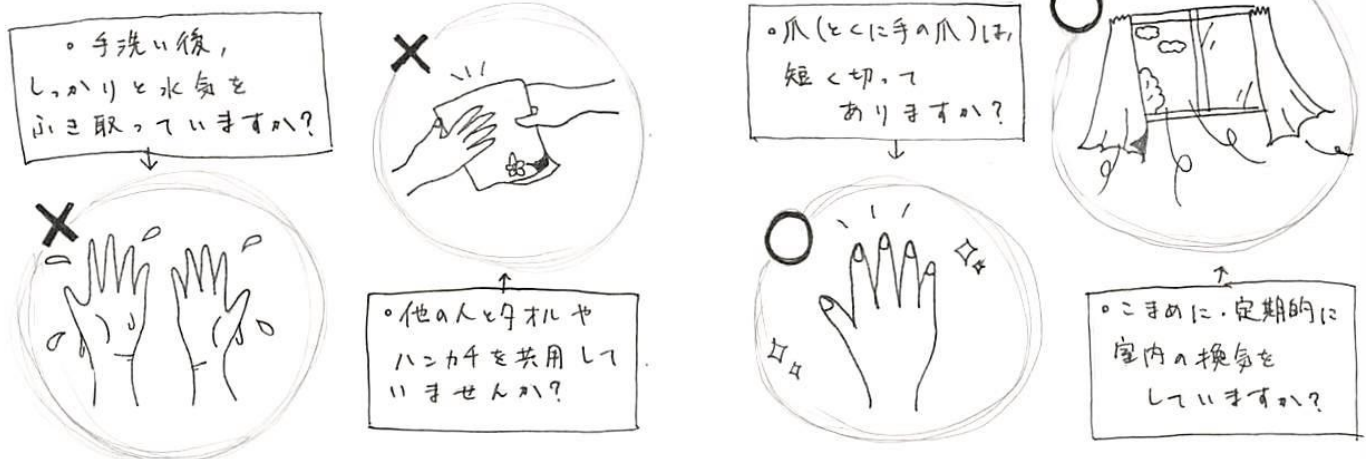
毎朝、健康記録表のご協力ありがとうございます。保健室に来室する生徒に平均睡眠時間や平熱を聞くとともに答えられる生徒が増え、健康に対する意識が高まっているように感じます。しかし、最近では愛知県内でも新型コロナウイルスの感染者が徐々に増えてきました。

学校でも無理はしないなどの声掛けは行っていくつもりでおりますが、ご自宅でも朝から体調が優れない場合は安静にするなどして体を休めて頂きますよう、よろしくお願いします。



☆ 継続して、習慣づける... 感染予防対策 ☆

○ 感染予防対策として「ソーシャルディスタンス」やマスク着用などが注目されていますが、「新しい生活様式」など、徹底を呼びかけられていることの中には、実はこれ以外にも、他の感染症の対策として周知されてきた行動が含まれています。



○ これらは今回の新型コロナウイルスに限らず、99%の感染症が有効な予防対策でもあります。仮に流行が収まってきても、そこでおしまいにはしてはいけないのです。

私たちに人間は過去にも、さまざまな感染症と闘い、99%のものを倒してきました。未知のウイルスにも有効な知識の蓄積を生かし、心身の健康につなげましょう。

↑ 3年4組の保健委員が作成してくれました。



↑ 2年4組の保健委員が作成してくれました。