

ほけんだより 6月

本庄高校定時制
保健室
2020. 6. 1

みなさん、お久しぶりです。体調はどうか？ かぜ等ひいていませんか？ ストレスはたまっていませんか？ 今月から少しずつ学校が始まりましたね。毎日同じ時間に起き、しっかり課題をやって、自分の生活リズムを取り戻していきましょう。

いろいろな病原菌から自分と周りの人を守ろう！

これだけは必ず
やろう！

① 検温(2回)・体調をチェックする



発熱やかぜ症状があるときは、



*「健康観察カード」
に書こう！

登校しないで

家にいること。



② こまめに手を洗う

☆登校したら ☆トイレの後

☆食べる前と後 ☆体育の後

☆PCを使う前と後



流しが2か所あります。
石けんでよく洗い、タオル
でふきましょう。
タオルの共用はしない。



ハンカチを持ってくる
いいですね！

③ マスクをする

学校にいる間はマスクをすること。
(体育・給食のときはしなくてもよい)

友達と話す
ときもマスクを
しよう。



④ よく食べ、



よく動き、



よく寝る、



「めんどうだなあ～」と思うかもしれませんが、このあたりまえのことができる人になってください。最初はめんどうでも何度も何度もやっているうちにクセになりますよ。

*生徒・保護者のみなさまへ

【健康診断について】

健康診断が延期となりました。今年度末までの間に、可能な限り速やかに実施する予定です。毎日の健康観察や保健調査票等を通して、生徒の皆さんの健康状態の把握に努めてまいりますので、ご理解、ご協力のほどよろしくお願いいたします。不安なことや相談等ありましたら、いつでも学校にご連絡ください。