

げんき

令和2年7月1日
京都市立高雄中学校

蒸し暑い日が多くなりました。マスクについても、熱中症を防ぐことを優先して着用するように変わってきています。暑さや息苦しさを、我慢しないようにしてください。

熱中症予防優先のマスクの使い方をしましょう！

2 適宜マスクをはずしましょう



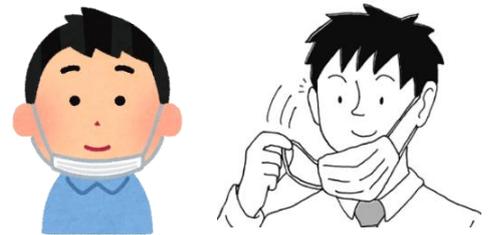
- ・ 気温・湿度の高い中でのマスク着用は要注意
- ・ 屋外で人と十分な距離（2メートル以上）を確保できる場合には、マスクをはずす
- ・ マスクを着用している時は、負荷のかかる作業や運動を避け、周囲の人との距離を十分にとった上で、適宜マスクをはずして休憩を

（厚生労働省・環境省）

暑さや息苦しい感じがする時は、一時的に

- ・ あごの下にマスクをずらす
- ・ 片耳にかける

などで呼吸しましょう。（京都市）



マスクを外している時は、**会話は控え、咳エチケットを守ってね！**

登下校の時なども、2メートルくらい周りに人がいなければ、マスクは外して歩きましょう。人が近くに来た時にマスクができるように、あごの下にずらしたり、持っておけば大丈夫です。

●健康診断のお知らせ

- ・ 聴力検査・・・1年生—7月2日（木）、3年生—7月3日（金） 補充学習の時一人ずつヘッドホンは消毒します。
検査前後に、各自手のアルコール消毒をしてください。
- ・ 心電図（1年生のみ）・・・7月17日（木）13:20~14:00
後日、お知らせを配ります。
- ・ 色覚検査（1年生希望者のみ）・・・7月22日（水）1時間目



保護者様

9月1日から再開予定です。

心臓・腎臓疾患，アレルギー疾患，

色覚及び子どものワンポイント相談事業のお知らせ

例年実施されている各種の健康相談事業（教育委員会及び京都市学校医会主催）は，9月1日から再開される予定です。

相談を希望される方は，保健室までご連絡ください。詳しい内容についてお知らせ致します。

相談内容	日時	所在地
① 心臓疾患相談事業	毎月（適宜）第2・4金曜日 13：20～15：20（時間指定）	一般財団法人 京都地域医療学際研究所 がくさい病院 中京区壬生東高田町1番9 （市バス京都市立病院前下車）
② 心臓疾患相談事業 （水中心電図）	毎月（適宜）水曜日 13：30～15：00	京都市障害者スポーツセンター 左京区高野玉岡町5 （市バス高野玉岡町下車）
③ 腎臓疾患相談事業	毎月（適宜）火曜日 13：30～15：30	児童・生徒保健管理センター こどもみらい館内 （地下鉄丸太町駅下車）
④ アレルギー疾患 相談事業	毎月（適宜）火曜日 14：00～16：00（時間指定）	
⑤ 色覚相談事業	毎月（適宜）火曜日 13：30～15：30（時間指定）	
⑥ 子どものワンポイント相談事業 （保護者・教職員対象）	毎月（適宜）第4木曜日 14：00～16：00（時間指定）	

* 学校から引率いたしますが，保護者の方もご同席いただく必要があります。

* 費用は無料で，相談医は専門医と京都市学校医会会員です。