

太陽

京都市立向島東中学校 保健室

2021年8月30日(月)

～8月号～

残暑が厳しい中、2学期
がスタートしました。
感染症予防と熱中症
予防に引き続き取り組
もう!!
毎日30%の気温低下。

夏休み中に受診した結果を学校
に提出することになっている人は

担任の先生

または

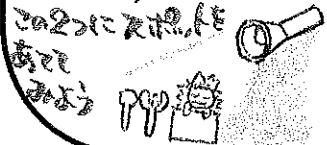
保健室

まで提出をお願いします。

夏の疲れが
出る頃です。

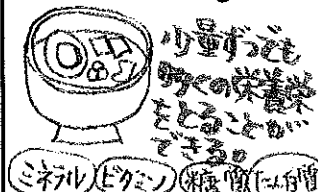
疲労回復の原動力となる

食事(栄養)と睡眠
が暑さによって十分
とれていなかった可能性
があります。



例

具だくさんスープ
栄養チャージ

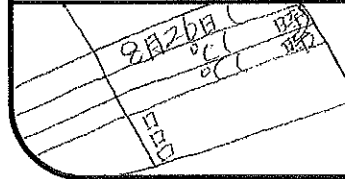
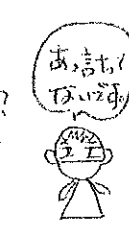
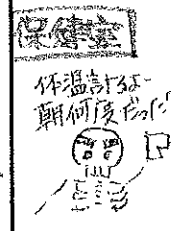


例

寝る時は、
快適な
温度湿度
を保つ。



登校前
朝の検温は
必須です!!



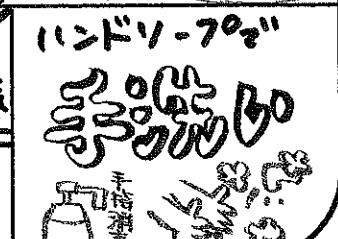
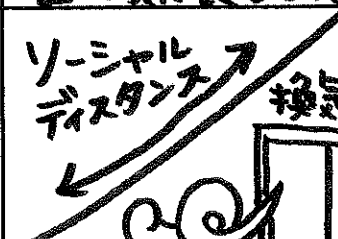
健康観察に
記録しましょう。

症状が
あるときは
それも

2学期も
続けましょう!!

発熱や風邪症状等の
体調不良がある時は
学校に連絡して
自宅療養してください。

受診した
場合は、
結果をお知
らせください。



暑さで息苦しい熱中症
のおそれがある時は、
マスクをはずして
ください。

自分の手、目、鼻、口にウイルス
を運ばないために。
共用のものにふれたあと
には必ず手洗いを。