

ほけんだより

令和4年6月号

大山崎中学校

保健室 No.3

3年生の修学旅行をはじめ、1・2年生の校外学習も、感染症対策を講じながら、無事に行うことができました。引率した修学旅行では、3年生の笑顔に元気をもらいました。

さて、気が付けば1学期末テストが間近に迫ってきました。気持ちを切り替えて、次は勉強にも集中してください。

心のバリアフリー BARRIER FREE

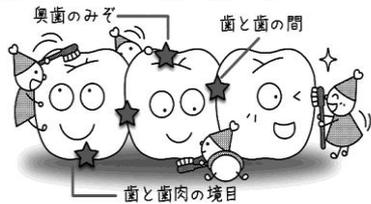


国籍や性別、年齢が違ってても障がいがあってもなくてもみんなが笑顔で暮らせることが心のバリアフリー

いい歯でいい笑顔



歯みがき、こうに集中!



相談してね



心までジメジメしていませんか？
辛い気持ちは吐き出してみましょ？

清潔



汗ばむ季節。入浴・衣服の洗濯でいつもスッキリ気持ちよくすごそ？

感染症予防



ハンカチ・タオルの貸し借り!?
ウイルスの受け渡しになっちゃうよ？

事故防止



滑りやすくなっている足元に注意!
前方をよく確認して歩きましょう？

梅雨時の健康生活

熱中症対策+感染症対策



- 規則正しい生活リズムで体調をととのえる
- こまめな水分補給
- 疲れる前に休む
- 無理をしない など

熱中症予防



梅雨の晴れ間



熱中症の危険“大”!

食中毒予防→冷蔵庫?



過信は禁物です

検査・治療をすすめられたら



早めに受診しましょう