ほけんだより

令和6年5月31日
友部第二中学校　保健室
No.3

　これから雨の日が多くなる時期に入ります。雨の日は、晴れの日と比べ路面が滑りやすくなったり、視界が悪くなったりするので、登下校時は注意が必要です。歩行者も自転車も、安全に気を付けて通行するようにしましょう。
　６月は、修学旅行や校外学習、総体など様々な行事や活動がありますので、体調に気をつけて生活しましょう。

○6/4～6/10は「歯と口の健康週間」です。歯は、私たちが生きていく上でなくてはならない、大事な体の一部です。いつまでも自分の歯を守れるよう、歯みがきや定期的な歯科検診などで、歯と口の健康を保ちましょう。

○5月に、歯科検診が行われました。友部二中生は、比較的むし歯の人が少ないのですが、磨き残しがみられる人がいると歯科医の先生からお話がありました。

○検診結果をご確認いただき、心配な症状等がある場合は、早めに専門医を受診することをお勧めします。
なお、受診が済みましたら、お知らせ下部にある結果報告書を担任へご提出ください。

○雨の日の登下校は、上の図のような危険が考えられます。

○また、自転車に乗る際も、地面がぬれてタイヤがすべりやすくなるので、あせらず時間に余裕を持って登下校するようにしましょう。

○登校時に衣服が濡れてしまうこともありますので、靴下の予備やタオルなど持参すると安心ですね。

プール学習を実施しています

○　体育の授業では、5月中旬から水泳学習が始まっています。
○　水泳学習がある日の朝は、必ず熱や不調がないか確認をしましょう。
○　その他健康面上で気になることがあれば、担任や体育担当へお知らせください。

プールの実施前にチェック

- ✅ 熱や体調不良はありませんか？
- ✅ 睡眠は十分ですか？
- ✅ 朝ごはんは食べましたか？
- ✅ つめは切りましたか？
- ✅ 忘れ物はありませんか？

欠席・遅刻・早退等の連絡について

○学校を欠席・遅刻・早退等される場合は、連絡アプリ「tetoru（テトル）」にてお知らせください。

○なお、体調不良等による欠席の場合には、できるだけ具体的な症状を選んで、登録をお願いいたします。該当項目に迷う場合は、体調不良等を選び、備考欄へ詳細をご記入ください。

○また、感染症の診断を受けた場合には、お手数でも早めに学校へ連絡をいただけると助かります。

～ご理解とご協力をお願いいたします～