

ほけんだより

令和3年10月15日
白馬中学校 保健室

体調不良者が多いです

体調不良の場合は家で休養を

こここのところ気候の変化や総合発表会後の疲れもあってか、体調不良を訴える生徒が多くいます。それに伴い早退や保健室休養の生徒が大変多い状態が続いています。症状は咳、鼻水、のどの痛みなど呼吸器系のものが多く、頭痛や吐き気、腹痛の生徒もいます。

体調不良がある場合は無理をせず、学校は欠席して家でゆっくり休んでください。また、症状が収まらない場合は医療機関を受診してください。コロナの感染者数は現在落ち着いているとはいえ、風邪症状がコロナでないとはかぎりません。自分のため、みんなのため、症状がある場合は登校を控えましょう。



～感染症予防のためのお願いです～



毎朝の健康チェックは確実にこなってください

朝から体調不良がみられても、健康チェックカードには何の記入もない生徒がみられます。朝の健康チェックで、いつもと違う体の異変を感じたら、健康チェックカードの該当欄に記入して、学校は欠席しましょう。

3年生は修学旅行までの期間、

確実に毎朝の健康チェックをしてください

当日までの自分や家族の体調不良の有無の確認は、修学旅行隊全体の安心安全の旅行につながります。確実に、正確に行い、必ず毎朝カードを提出してください。少しでも体調に異変を感じたら、登校せずに自宅で休養しましょう。

尿検査のお知らせ

全校対象

尿の中にたんぱく・糖・血液がまじっていないかを検査して、腎臓の働きに異常がないかを調べます。体の発育と内臓の発達とのバランスがくずれたりして、腎臓の働きに影響することもあります。大切な検査ですから全員が忘れずに提出してください。

容器等配布 10月19日（火）

採尿・提出日 10月20日（水）

忘れた人 10月21日（木）

*女子で生理中の場合は今回は提出できません。次回は11月2日になります。
容器をとっておくようにお願いします。

<注意>

他の人と間違えないため

尿を入れるプラスチック容器に氏名を油性ペンで記入

不明な点は保健室へおたずねください。