

ほけんだより 4月

R4.4.28 隠岐高等学校保健室

新学期が始まって1ヶ月が経とうとしていますね。

体調はいかがですか？心身ともに疲れが出てくるころかもしれません。

GW中は心も体も休めて、リフレッシュしてみたいはいかがでしょう。

外に出たり帰省したりと、何かと移動が増えると思います。感染症対策を徹底して、GW明けの学校生活も健康に過ごしましょう！

感染症対策

① 「家庭での健康観察カード」を毎日記入する

毎朝の健康状態（体調・検温）を記入してください。休日（学校へ登校しない日）も毎日記入してください。

② 手洗い・手指消毒をこまめにする

登校後など、外から室内へ入るときは手洗いをしましょう。食事後や清掃後なども忘れずに！

③ マスクは必ず着用

鼻まできちんと着用することが大切です。また、食事等でマスクを外す場合は机の上にはなるべく置かず、ポケットやカバンの中に入れましょう。

④ 換気をする

換気は、気候上可能な限りは常時廊下と窓側など向かい合う2方向の窓を開けましょう。



4月から隠岐高校の保健室で養護
助教諭として働かせていただくこと
になりました、水^{みず}愛^{めぐみ}と申します。
皆さんが健康で楽しい学校生活を
送れるようにサポートしたいです！
よろしくお祈いします🌸

〇5月の予定

5/9 SC 来校日
(14:00~18:00)

5/18 尿検査①
心電図・血液検査

