

保健だより

7月

平成29年
7月12日

港区立赤坂中学校
保健室

1学期締めくくりまで1週間です。夏休みに中も生活リズムを整えて、体調を崩さないように心がけてください。

7月13日(木) 夏季学園前検診があります!!



時間 1時20分～
場所 保健室
対象生徒 2年参加者
順番 C組→A組男女の順です

- * 問診なので着替えはしません。
- * 夏季学園問診票に基づいて問診形式で検診を実施します。必要に応じて聴打診をします。
- * 健康上不安のある人は、校医の先生に相談してください。
- * 自分の名前を言ってから検診を受けます。
- * 検診の妨げになるので、おしゃべりはやめてください。

においを感じる仕組み



鼻の中の上のほうに、においを感じるところ(嗅覚)があります。においのついた細かい粒が空気に混じって鼻腔に入ると、嗅球がこれを感じ、神経を通して脳へと伝えているのです。

においをかごうと意識したときに、鼻をクンクンとするように繰り返します。これは、ふつうに呼吸している状態では鼻から入った空気は鼻腔の下のほうを通るので、クンクンと勢いよく吸い込んで、上のほうにある嗅球に届くようにしているためです。



夏☆本番!

こんなことに気をつけて
充実した夏休みにしよう

<p>☀️日射病・熱射病☀️ 炎天下・外出時の 帽子と水分補給...</p>	<p>×××日焼け××× 海・プール... 日焼け止めを活用し 焼けすぎないように...</p>	<p>～寝冷え～ クーラーはタイマーを 上手に利用して! 暑くてもおなかに1枚かけよう!</p>
<p>🦠プール熱🦠 「咽頭結膜熱」という、 プールでうつることの多い感染症</p> <p>のどの痛み 目の充血 乾燥! 要注意!</p>	<p>↓胃腸の機能低下↓ 冷たいものの飲みすぎ 食べすぎに注意!</p> <p>1913-0</p>	<p>♡夏カゼ♡ 暑さで食欲も出ず、痛苦しいので 治るまでに時間がかかります。</p> <p>十分な水分補給と 休養を 治そう</p>

健康の記録
を配布して
います

1・2年生に健康の記録を配布しています。1学期の健康診断の記録です。保護者の方に渡して封筒に印鑑をもらい、今学期中に封筒のみ学校に戻してください。

1年生の脊柱検診についてはまだ結果が来ていませんので結果が来たいお知らせします。

3年生は封筒も回収しませんので、終業式の日配布します。

夏休み・お世話になりたくない車

健康・安全に気をつけて生活しましょう。

もうすぐ夏休み
規則正しい生活リズムで

夏バテ知らず