

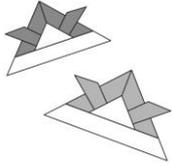
保健だより 5月

令和5年度 第2号
2023.5.12(金)
加美農業高校保健室

5月の保健目標

疾病予防と早期発見に努めよう

健康診断、まだまだ続きます



5月の予定

項目	日時	対象	場所	注意事項
内科検診	5月10日(水) 5月17日(水) 13:30~	全学年	保健室	運動着(半袖・ハーフパンツ)を必ず着用)に着替える
耳鼻科検診	5月16日(火) 13:30~	1・3年	保健室	制服, 実習着で受診可
歯科検診	5月23日(火) 9:00~	全学年	保健室	制服, 実習着で受診可

保健室からのお知らせ

4月27日に「眼科検診結果のご連絡」をお配りしました。眼疾患がある場合と視力 C・D の場合は、なるべく早く専門医による再検査等を受けることをおすすめいたします。医療機関を受診した場合には、「眼科受診報告書」を保健室に提出してください。すでに受診済みの場合には、その旨を保護者の方から記入してもらってください。



が増えてきます



5月は体を動かすと気持ちのいい季節。でも、急に暑くなった日は熱中症に要注意!

「熱中症は夏になるものでしょ?」。そう思われがちですが、この時期はまだ体が暑さに慣れていないので、いきなり激しい運動をすると熱中症の危険があるのです。

熱中症予防のポイント

- こまめな休憩と水分補給
- 脱ぎ着しやすい服装
- 屋外では帽子をかぶる
- 軽い運動で暑さに慣れておく



油断せず、しっかり対策しましょう。疲れたときや体調が悪いときは無理をしないことも大切です。