



中間テストも終わって・・・

長いゴールデンウィークが終わって、中間テストも終わりました。新しい学年の本格始動ですね。気候の変化に気をつけながら、大切な高校生の時間を過ごしていきましょう。

今の時期を元気に過ごすために

熱中症対策

季節の変わり目です。体が気温の変化に慣れていなかったり、久しぶりに体を動かしたりすると、負担がかかることがあります。

◎水筒の持参 …各自準備をしてください。

○のどが渇く前に、こまめな水分補給を。

○気温にあった服装と汗の始末を。



こまめにふく・着替える



暑い日は汗のケアも

コロナ対策

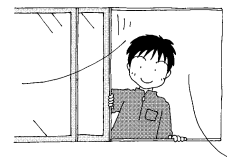
島根県内の感染は、学生の部活動や会食などでクラスターが起っています。誰が、いつ、感染してもおかしくない状況はありますが、自分のこと・周りの人のことを意識した言動は、コロナに限らず必要なことかもしれません。

○部活動時の健康観察は必ず行う

○寮生は、発熱等があった時のために薬の準備をお願いします。

手元にあると早めの対処ができる時があります。

◎マスクを外す場面の行動を考える（食事・歯みがきなど）



つづけよう!



手をきれいに!

手洗いはタイミングも大切です!

～石けんでしっかり洗いましょう～



外から帰ってきたとき



咳やくしゃみをしたり
鼻をかんだとき



調理や食事の前後



外にあるものやみんなが
使うものにさわったとき



トイレの後



掃除やゴミ捨ての後



＜保護者の皆様へ＞

現在、実施している健康診断の結果については、すべての検診が終了後、通知いたします。7月頃を目安にしていますのでご了承ください。

なお、早めの受診を要する方には、個別にお知らせします。

突然ですが、「おでこに、たんこぶ」って状況になったことはありますか？ハイ。お察しの通り、ついこの前やっちゃいました…。しかも、なかなかのやつ(笑)。痛いのもあったけど、それを通り越して笑けてきて、“おでこに、たんこぶって、マンガかよ！”って、一人で突っ込んでみたりして。まあそれも一瞬で、やっぱり痛いから自分のおっちょこちよいを反省してました(;-;)。

