



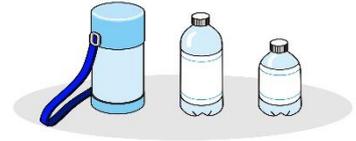
「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイント

この夏は、これまでとは異なる生活環境下にあるため、例年以上に熱中症に気をつけることが重要です。

- こまめに水分補給をしましょう

のどが渇く前に水分補給をしましょう。1日あたり1.2リットルが目安です。体育や部活動があるときは、多めに水筒やペットボトルを持ってきてください。また、必ず自分の水筒などを準備しましょう。

(他の人のものを絶対に飲まない。)



- マスクのとりはずしについて

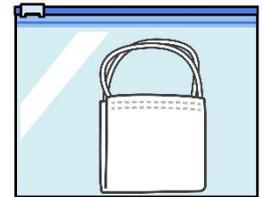
現在、マスクの着用が求められています。ですが気温・湿度が高い中でマスク着用は要注意です。

屋外で人と十分な距離(2メートル以上)を確保できる場合は、熱中症リスクを考慮しマスクをはずしましょう。

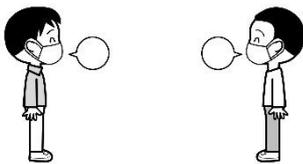
学校でのマスクの取り扱いについて

マスクは自分で管理して下さい。予備のマスクを1~2枚、清潔な袋に入れて、カバンやロッカーに置いておくと安心ですね。

※学校で準備しているマスクは、いざというときに学校の誰でもが使えるように備えているものですので、枚数に限りがあります。各家庭での準備にご協力ください。



自分の健康は自分でしっかり管理しよう



手を洗っていますか？

会話をするときはマスクをつけましょう

5分の会話は1回の咳と同じ

毎朝、体温を測っていますか？

他の人と距離をとっていますか？



7月の保健行事

7月30日(木)

尿検査2次(対象者)

レントゲン(4月に受診できていない1年生)

7月後半

内科検診(6月に受診できていない2・3年生)

尿検査、レントゲン、内科検診ともに対象者は個別に連絡します。