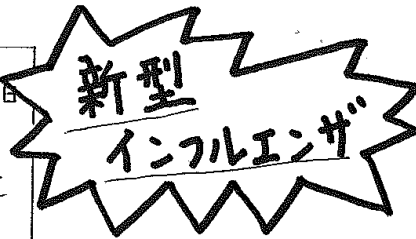


ほけんだより

平成 21年 5月 15日
京丹後市立
弥栄中学校
保健室



メキシコで発生した新型インフルエンザは、またたく間に世界各国に広がっています。しかし、過剰反応せず、通常のインフルエンザの予防対策をしっかりとすることが大切です。

風薫る5月。みどりがあざやかで、すがすがしい晴天の日が続いています。しかし、肌寒い日もあるので衣服の調節をし、体調をくずさないようにしましょう。

今後の予定

- 21(木) 歯の検査 全学年 1・2校時
- 26(火) 内科検診 1年生 5校時

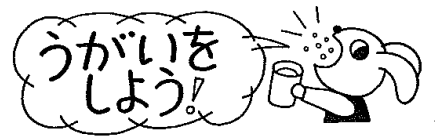
・石けんで手を洗う習慣を身につけましょう。

・帰宅後は手洗い・うがいをしましょう。

・咳が出るときは、マスクを着用しましょう。

(咳エチケット)

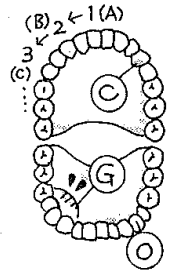
・適度な食事・運動・睡眠により免疫力を高め、感染しにくい身体づくりに努めましょう。



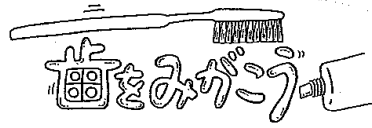
5/21(木) 午前中に歯の検査があります。

当日の朝は、食後にいつもより、ていねいに歯みがきをしてきましょう。

< 検診の記号は? >

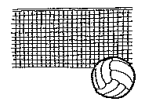


乳歯は ABCDE、
永久歯は 1~8で
表します。Cは
むし歯、Gは
歯ぐきの炎症、O
は治した歯を表
しています。



明日は、

春季大会



- ・当日の朝は早いので、今夜は早く寝ましょう。
- ・多めのお茶、また雨天のことも考えて、タオルや着替えも多めに持っていきましょう。

