

新学期がはじまって、1ヶ月がたちました。

今年度より定時制に通い出した生徒は、めまぐるしい4月だったのではないのでしょうか。ようやく新しい環境にもなれて、ホッとする5月は、実は今まで緊張していた分の疲れが一気にでるときです。また、5月は朝と夜は少し寒くて昼間は暑いなど、体調を崩しやすい時期でもあります。間もなく、ゴールデンウィークに入りますが、上手に休養・気分転換をして体調を整えましょう。



☆実施した健康診断の結果は、下記の通りです☆

4月9日(水)に耳鼻科検診を受けた生徒のみなさんへ

◎より詳しい検査が必要な生徒には、担任から『耳鼻科検診の結果について』を渡しました。

4月11日(金)と14日(月)に一次尿検査を28日(月)に二次尿検査を受けた生徒のみなさんへ

◎陽性になった生徒には、担任より通知を渡す予定です。結果が陰性の場合は何も渡されません。

4月15日(火)に内科検診を受けた生徒のみなさんへ

◎より詳しい検査が必要な生徒には、担任から『内科検診の結果について(要精密検査のおしらせ)』を渡しました。

4月16日(水)に眼科検診を受けた生徒のみなさんへ

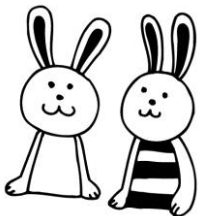
◎より詳しい検査が必要な生徒には、担任から『眼科検診の結果について』を渡しました。

4月17日(木)に歯科検診を受けた生徒のみなさんへ

◎治療が必要な生徒には、担任より『歯科検診の結果について』を渡しました。健康な身体を保持するためにも放置せず、早めに受診することをおすすめします。

4月18日(金)にX線検診を受けた生徒のみなさんへ

◎精密検査の必要な生徒には、担任より通知を渡す予定です。すみやかに、医療機関を受診してください。



『結果について』の通知をもらった人は、早めに病院で受診し、『受診報告書』を記入後、担任の先生に提出しましょう。



「5月病かな」と思ったら



ゴールデンウィークがけたころから、「なんだかやる気がでない」「からだのだるい」…。もしかしたら、これは「5月病」と呼ばれている症状かもしれません。新しい環境になれるまでは、実はからだもところもつかれやすいものです。少しでもおかしいと思ったら、まずは十分にすいみんをとるなど、からだところを休めましょう。そして、音楽をきく、おいしいものを食べる、友だちとおしゃべりをするなど、あなたがいちばんリラックスできることをして、上手に気分を元気にしてください。

続いています・健康診断

