

# 保健だより

富山大学人間発達科学部附属中学校

新型コロナウイルス感染症による臨時休校が続き、不安な毎日を過ごしている人が多いのではないのでしょうか。運動不足や生活習慣の乱れで体調を崩している人はいませんか？

自宅でも、いつも通りに起床し、3度の食事をしっかり食べるなど、自分で生活リズムを整え、いつも以上に心と体の健康管理に努めましょう。

## 定期健康診断の延期について

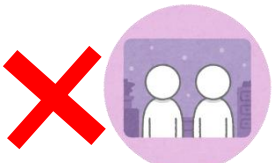
例年、4月から6月に定期健康診断として、学校医の先生方による校医検診を行っておりますが、今年は、内科検診・耳鼻科検診・眼科検診・歯科検診を9月以降に延期いたします。

また、5月に実施を予定していた尿検査や心臓検診も延期になっておりますが、今後の状況により、実施日が決まり次第、連絡させていただきます。

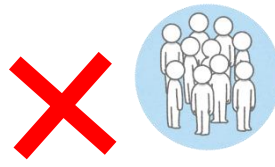


## 新型コロナウイルス感染症を予防するために

① 引き続き、「3つの密」を避けましょう。



換気の悪い**密閉**空間



多くの人が**密集**する場所



近距離での**密接**した会話

② 感染症予防対策をしっかりと！



※ 日本赤十字社から配信されている動画も、とても分かりやすいのでご紹介します。

新型コロナウイルスが引き起こす「3つの感染症」<https://www.youtube.com/watch?v=0TUdYQJofp4>

ウイルスの次にやってくるもの <https://www.youtube.com/watch?v=rbNuikVDrN4>

## スクールカウンセラーによる子育て相談のご案内

5月中もスクールカウンセラーによる子育て相談を実施しています。5月18日(月)、25日(月)両日ともに9:00~17:00の時間帯で予約を受け付けております。学校の代表電話 076-445-2806 に直接お電話いただくか、ホームページの「お問い合わせ」から「問い合わせ先」を保健室に選択してご用件を送信していただければ、お繋ぎいたします。臨時休業中のお子様の生活等、心配な様子がございましたらご連絡ください。