

とてもさわやかな季節となりました。新学期が始まって1カ月たちました。新しい環境の中での生活はどうか。各検診で疾病や異常があった場合、治療勧告書をお渡ししますので、それを持って病院へ行って下さい。

## 保健室の利用の仕方について

- \* 学校でけがをした時、軽い手当や病院へ行くまでの応急処置をします。
- \* 体の調子が悪い時や気分が悪くなった時は、休養できるスペースがあります。
- \* 保健室では、投薬することはできません。自分で用意しておきましょう。

## スポーツ振興センターについて

学校の管理下で発生したけがについて、医療費が支払われる制度です。学校や登下校時にけがをして、治療を受けた場合は、担任の先生や保健室まで、連絡してください。

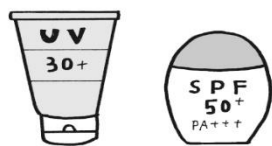
## 学校感染症について・・学校感染症にかかった場合、学校へ連絡してください。

学校感染症は、第1種 第2種 第3種に分かれています。その中で、みなさんがよく聞いたりする感染症は、第2種の感染症で、インフルエンザ・百日咳・麻疹（はしか）流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）・風疹・水痘（水ぼうそう）・咽頭結膜熱（プール熱）・結核・髄膜炎菌性髄膜炎などがあります。これらの感染症は、出席停止扱いになり、学校に「学校感染症証明書」という用紙がありますので、かかった場合は、担任の先生や保健室に連絡してください。必要な書類をお渡しします。

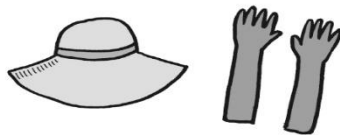
## 今から始める！ 紫外線対策

「強い紫外線」と聞くと、真夏のキラキラと照りつける太陽を思い浮かべる人も多いことでしょう。しかし、実は1年を通してみると、紫外線は5月から8月にかけてもっとも強くなるといわれています。つまり『肌が弱い』『日焼けをしたくない』など、とくに気になることがある人は、この時期から紫外線対策を始める必要があるのです。

☆日焼け止め…  
用途（日常生活／外出）や  
体質に応じて選ぶ



☆日焼けしにくい服装…  
襟付き・長袖、帽子、  
アームカバーなど



☆日傘…  
UV加工された  
黒いものがおすすめ



ちなみに、曇りや雨の日でも紫外線はゼロにはなりません。これから梅雨どきになりますが、どんよりした天気でも油断は禁物。対策は欠かせませんよ！