



津久井高校
保健室

健康診断はまだまだ続きます



5月8日

一部対象: 二次尿検査

5月16日

1年生: 胸部レントゲン



(結核)検査

5月22日

1年生: 耳鼻科検診



5月の予定

日 にちようび	月 げつようび	火 かようび	水 すいようび	木 もくようび	金 きんようび	土 どようび
27	28	29	30	1	2	3 けんぽうきねんび 憲法記念日
4 みどりの日	5 こどもの日	6 ふりかえきゅうじつ 振替休日	7	8	9	10
11 ははの日 母の日	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

28日は常盤祭体育の部があります!

26日の午後から準備もスタート! ゴールデンウィークが明けると
気温が高くなってきます。熱中症には注意しましょう!

そろそろはじめましょう

熱中症予防

5月は熱中症シーズンの始まり。急に暑い日が出てきて、暑さに慣れていない体がついていけず、熱中症になりやすい時期です。暑さに負けない体づくりをはじめましょう!

水分補給



水分をこまめにとろう

睡眠



ぐっすり眠れる環境を整えよう

体調管理



体調を整え丈夫な体を作ろう

ほけんだより相談

このQRコードからGoogleフォームで
相談することができます!

ぜひ使ってみてね!