

沖縄や奄美地方は梅雨が明けましたが、関東地方は梅雨の不安定な天気が続いています。蒸し暑く気温の変化に対応しきれず、体調を崩しやすい時期です。暑さで食欲がなく、きちんと食事をとれていない人はいませんか?栄養不足と睡眠不足は体力の低下をまねき、熱中症のリスクを高めます。暑さに負けない体をつくっていきましょう! 早寝・早起き・朝ごはん!規則正しい生活を心がけましょう。

## 7月の保健行事

【脊柱側わん症検診】 |年生・2年未受検査

7月5日13:30~

第二相談室(IF)

### 【1·2年生 歯科保健指導】

- 1.日 時 **7月6日(木)**5時間目 2年生 6時間目 1年生
- 2. 場 所 各教室
- 3.持ち物・コップ(折りたたみ式は不可)・ハブラシ(旅行用・組み立て式は不可)
  - ・タオル(浴用で長いもの)・手鏡・体育着
- 4.講 師 埼玉県歯科衛生士会 朝霞支部 歯科衛生士8名(各クラス2名) 学校歯科医 西山 先生

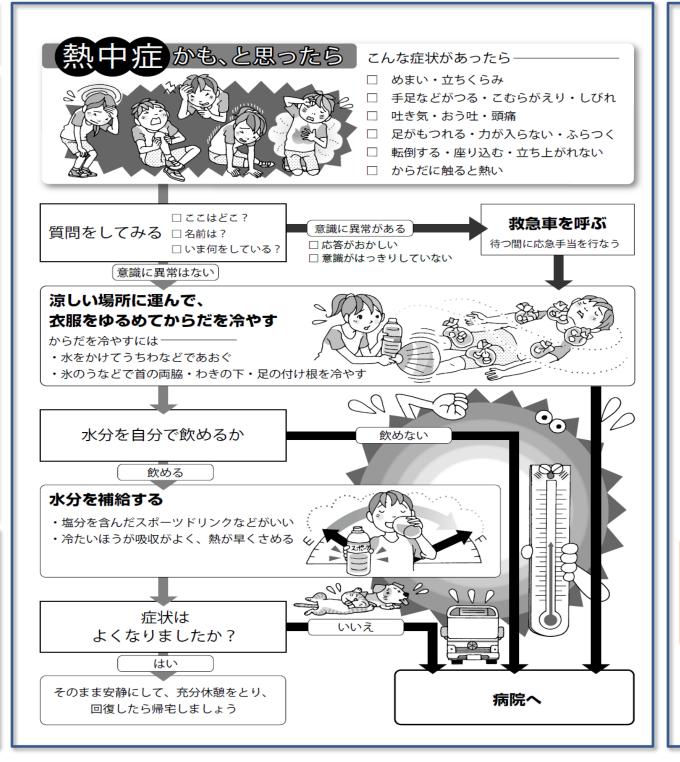
#### 5.内容

「飲料の糖分量を糖度計で計ってみよう!」 生徒のみなさんが普段飲んでいるジュース・ スポーツ飲料等の糖分量を糖度計を使用して計り ます。また、コロナ禍で見合わせていたブラッシン グ指導等も行います。忘れ物をしないよう準備して くださいね!

#### 【3年生 思春期講座】

- Ⅰ.日 時 **7月Ⅰ8日(火)**Ⅰ·2間目
- 2. 場 所 体育館
- 3. 講師 櫻井 裕子 助産師
- 4. 内 容 「妊娠と性感染症について」 生徒の質問に答えていただきながら、お話しし ていただきます。軽快なトークと、ユーモアあふれる話が聞けると思います。楽しみにしてください。

## 熱中症に注意しよう!



# 感染症に注意

6月中に市内小学校で「インフル エンザ様疾患」による学級閉鎖の措 置をとったと連絡が入りました。

また、新型コロナウイルス感染症は5月8日付けで「感染症の予防及び感染症の患者に対する医療に関する法律」の5類感染症に移行しましたが、感染症にとって好条件がそろうと、あっという間に感染が広がってしまいます。

志木二中においても6月中に新型コロナウイルス感染症に罹患した生徒が出ています。初動のを決状況に大きの後の感染状況に大きく影響します。発熱や咽頭痛、咳合はする場合と異なる症状がある場合はするはのをしていきまめな手洗いや、換気ましっかりとしていきましっかりとしていきましっかりとしていきまう。

新型コロナウイルス感染症 出席停止期間:

(発症日を0日として) 発症した後5日を経過し、かつ 症状が軽快した後1日を経過 するまで

\*無症状の場合:検体採取日を発症 日(0日)として、5日間経過するまで