

保健だより



大阪府立桃谷高等学校
通信制課程
日夜間部 保健室

スクーリング予定表



通信番号

名前

早いもので今年も残りあと1ヶ月となりました。平成29年は、皆さんにとってどんな1年でしたか？あと少しですが、スクーリングやレポートに取り組んでいきましょう！
クリスマスにお正月など楽しみつつ、年明けのテストに向けて有意義に過ごしてくださいね。



～健康相談のお知らせ～

内科検診 12月4日(月) 19:20～20:10
歯科検診 12月10日(日) 9:30～10:20



校医の先生が来てくださり、どちらも保健室で行います。検診中は受診する生徒以外は入室出来ません。

12月	1 4	2 5	3 6
1(金)			
3(日)			
4(月)			
8(金)			
10(日)			
11(月)			
15(金)			
17(日)			

シーズン到来!?! かぜ・インフルエンザ 予防も心がけ 流行を阻止しよう!

<p>こまめにうがい・手洗い</p>	<p>バランスのよい食事</p> <p>ビタミンCも たっぷり!</p>	<p>しっかり睡眠</p>
<p>気温に合わせて衣服の調節</p> <p>着たり... 脱いだり</p>	<p>肌着をきちんと着る</p> <p>暑い時は汗を吸い 寒い時は保温してあげる</p>	<p>部屋の換気をする</p>
<p>人混みを避ける</p>	<p>適度に運動</p>	<p>ストレス発散</p> <p>オビデオ?...? 病は気から...</p>

MEMO