



奈良県立香芝高等学校 保健室
ために、毎日の生活リズムを大切に
いくこと)をしておく、夏バテや



ちなみに夜、寝るときはタイマーを...

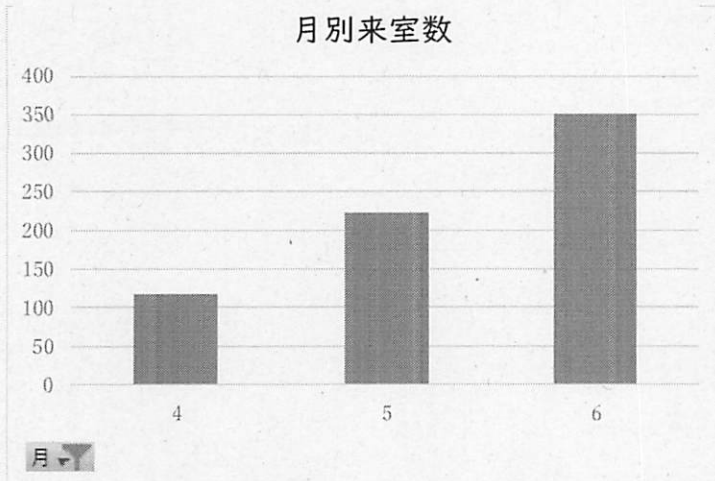
朝食を食べていないけど、清涼
です。確かに清涼飲料水には糖
ること、喉の乾きを感じやす
み過ぎを続けていると、体がだる
。飲み過ぎには要注意です!

裏面に続く...

1学期の保健室

(4月1日~7月1日)

月別来室数



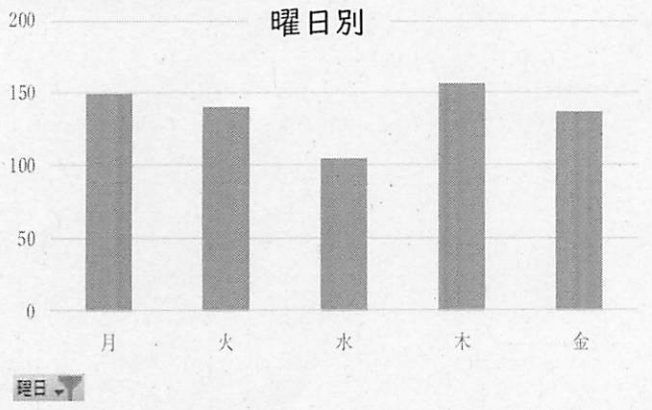
4月は117件
5月は222件
6月は350件 計689件でした。

←6月は4・5月に比べて授業日数が多く祝日は少なかったため来室が増えたと考えられます。

↓4月時点では月曜、3限目が一番多い結果でしたが、7月現在では木曜、4限目が多くなっています。

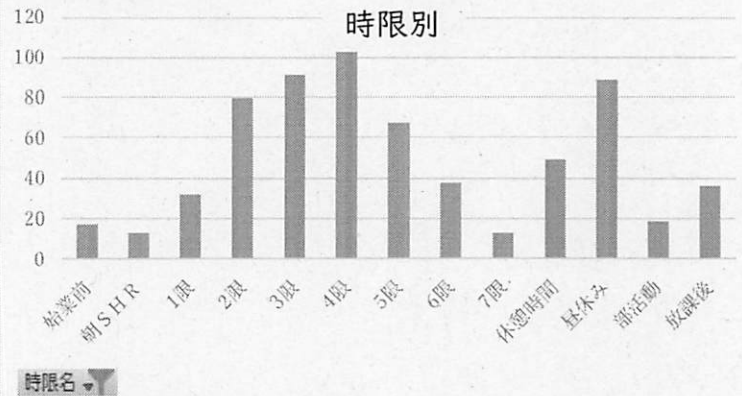
データの個数 / 来室No

曜日別



データの個数 / 来室No

時限別



木曜は7限まである日なのでお疲れなのではないでしょうか…。しっかり睡眠をとって日中も元気に過ごしましょう!

虫にさされたら・・・

流水できれいに洗ってから冷やします。そしてかゆみ止めの軟膏を塗ります。「かゆみ」や「はれ」がひどいときは皮膚科を受診しましょう。

虫がいそうな場所に出かける時は長袖、長ズボンで肌を守りましょう。蜂は、甘い匂いに引き寄せられるので、飲みかけのジュースなどにも気をつけて!



保健室からのお知らせ

三者懇談や、今までに専門医の受診をすすめる通知をもらった人は、治療・詳しい検査を受けた後、学校へ結果通知を提出してください。通知をもらった時点で治療が終了していた人はその事を担任の先生か保健室まで必ずお知らせくださいね。

