

ほけんだより



令和4年2月7日
揖保川中学校保健室

2月が始まり、少しずつ日が長くなってきたように感じます。まだ寒い日が続いていますが、少しずつ春に近づいています。3年生の皆さん、受験まで後少しですね。ご家庭でも例年以上に体調管理に努められていると思います。元気に受験当日を迎えられるよう、学校でも引き続き感染症対策を行います。

引き続き 感染症対策お願いします



3密を避ける・マスクの着用・手洗い・換気・不要不急の外出は自粛



マスク生活が続いています。

現在は、体育の授業もマスクを着用しています。マスクの中が蒸れて、ぬれることもあると思います。交換ができるよう、予備のマスクを持っておくことをお勧めします。また、汚れたマスクは各自で持ち帰りましょう。(不織布マスクが推奨されています)

休み時間も 放課後も

みんな感染症対策頑張ってくれています。でも、休み時間は大丈夫ですか？放課後は大丈夫ですか？残念ですが、2月5日～24日まで部活動が中止になりました。一人一人の意識を高めて、感染予防を続けましょう。

放課後の時間、何に使いますか？普段したくても時間がなくてできていないことはありませんか？制約は多いですが、有意義に使えるといいなと思います。



お願いばかりですみません。どうぞご協力ください。



・朝の健康観察(体温測定)を、必ずお願いします。発熱時には受診し、医師の指示に従ってください。発熱していなくても、腹痛や気分不良などの体調不良時も、無理をしないでください。

・受診の結果、PCR検査を行うことになったときは、すぐに学校までお知らせください。また、結果もわかり次第お知らせください。

・登校後、体調が悪くなったときは、早めに早退の連絡をさせていただくことがあります。連絡がつくように、ご配慮をお願いします。発熱時は、兄弟姉妹も一緒に早退します。



にぎればこぶし ひらけばてのひら



手は、固く握れば拳となり、人に害を与える武器になる。
しかし、開けば握手をしたり頭をなでたりできる優しさが持てる――。

…という意味のことわざです。いずれも同じ、人間の手。使い方によっては全く逆の効果があります。言葉も同じ。大きな声で応援すると相手を励ますことができます。逆に心ないひとは相手を落ち込ませてしまい、取り返しのつかないことになる場合もあります。使い方次第で姿を一変させる「言葉」。今日のあなたは、どんな言葉を友だちにプレゼントできましたか？



なるほどな～と思ったので、紹介します。

頭をなでてもらってうれしかった記憶がきっとあるのでは？

手も言葉も優しく使いたいですね。

