



南阿蘇村立南阿蘇中学校 学校だより

チャレンジ!



H31. 1. 29(火) No.13 文責 坂梨

「南阿蘇村出初め式」お疲れ様でした。

1月13日(日)に開催された「南阿蘇村消防出初め式」に本校1年生男子が「南阿蘇中学校少年消防隊(〇〇〇団長)」として参加しました。午前中、少し小雨が降りましたが、皆の気合いで寒さも吹き飛ばし、大人の消防団に負けないくらいの機敏さで「通常点検」も頑張ってくれました。昨年12月末から消防署の皆さん方に指導を頂きながら、練習してきた成果を発揮することができ、未来の南阿蘇村を担う生徒の姿に大きな感動をもらいました。1年生の皆さん、そして、当日送迎をいただいた保護者の皆さん方お疲れ様でした。



いよいよ受験が本格的に始まりました。「頑張れー! 3年生!」

1月17日の私立高校をスタートに、本年度の高等学校の入学試験が始まりました。昨年末から三者面談等が行われ、それぞれに自分の夢を実現に向かって試験に臨みます。問題集とにらめっこしている姿や各先生方の面接指導に頑張っている姿を見ながら「全員、志望校に頑張ってください!」と願うばかりです。

インフルエンザに要注意!

今、県下及び阿蘇管内でもインフルエンザが猛威を振っています。新聞を見ると毎日のように、県下小学校の学級閉鎖状況が掲載されています。本校でも少しずつ増加傾向にあり、これから更に感染が拡大していくことが十分予想されます。保健室だより「いきいき」でもお知らせしていますように、ご家庭でも以下のことに注意をお願いします。

- (1) 正しい手洗い 基本的なことです。手洗い・うがいが感染を防ぐ一番の方法です。毎日、様々なものに触れていますから、それらに触れることで、自分の手にもウイルスが付着している可能性があります。ウイルスの体内侵入を防ぐために、帰宅時や食事前などこまめに手洗い・うがいに努めましょう。ウイルスは石けんに弱いので、石けんを使って洗い、清潔なタオルなどできれいにふきとりましょう。
- (2) 日頃の健康管理 インフルエンザは免疫力が弱っていると、感染しやすくなりますし、感染したときに症状が重くなってしまう恐れがあります。日頃から、十分な睡眠とバランスのよい食事を心がけ、免疫力を高めておきましょう。
- (3) 適度な湿度を保つ 空気が乾燥すると、のどの粘膜の防御機能が低下します。乾燥しやすい室内では加湿器などを使って、適切な湿度(50%~60%)を保つことも効果的です。
- (4) 人混みや繁華街への外出を控える インフルエンザが流行してきたら、不要不急のときはなるべく、人混みや繁華街への外出を控えましょう。
- (5) 早めに医療機関へ 体調が悪いと感じたら、まず検温。そして、早めの受診をお願いします。熱があるのに自分の判断で学校に来てはいけません。水分補給に努め安静にしましょう。

●インフルエンザと診断されたら● 病院で診断されたら、学校に連絡をしてください。出席停止となります。

●出席停止の基準● 病院で診断された翌日から5日間。さらに、解熱後2日間を出席停止とします。熱が下がったり、体調がよくなったりしても、この日数は自宅で療養をお願いします。感染の拡大を防ぐために、我慢は禁物です。体調が悪いと感じたらまず病院での受診をお願いします。