

TEEN'S HEALTH

十二月号

R2.12.18
芦北町立湯浦中学校
保健室：草野

保健室前に置かれた一人一鉢にビオラの小さな花がいくつか咲いています。成長を楽しみに朝から水をかけてくれる生徒の姿に心がポカポカしてきます。

みなさん、安心してください。
湯中生の心は寒さに負けず温かいですよ！



熊本県のリスクレベルが「最高レベル 5」に!!

新型コロナウイルス感染症の勢いが止まりません。今週はじめには、熊本県で“厳戒警報のレベル5”が発令されました。感染状況は拡大傾向にあります。

感染を拡げないために、自分でできることをしっかりと行っていきましょう。自分の行動は周り人の大切な命を守ることに繋がっています。

【チェックしてみましよう!!】

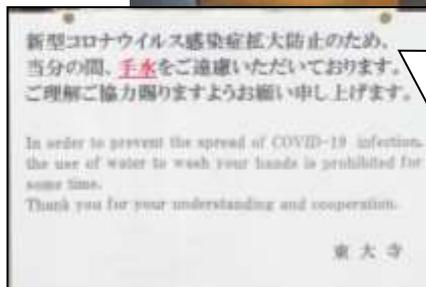
毎日の生活の中で、次のことはできていますか？

- 健康を守るために、「早寝・早起き」「3度のごはん」「適度な運動」の規則正しい生活を送るよう気をつけている。
- 登校する前は、家で体温を測り、「健康記録表」に体調を記録している。
(とくに、発熱や風邪症状、倦怠感、息苦しさ、味覚・嗅覚障がいには注意が必要です。)
- 登・下校中は、マスクを着用している。
- 登校後は、忘れずに「健康記録表」を提出している。
- 教室では、必ずマスクを着用している。(あごマスクは×)
- 登校後、教室に入る前には手指消毒をしている。
- 給食前、掃除後、体育後など、こまめに石けん手洗いをしている。
- 常に教室の換気をしている。(教室、廊下の対角線上の窓を10~15cm開放)
- 給食中マスクを外した状態では、しゃべらずに静かに食べている。
- ソーシャルディスタンス(人との距離は最低でも1m)に気をつけている。
- 友だちのことを思いやった行動ができています。



*できていないところがあれば、気を引き締め直し、予防に向けて取り組んでいきましょう。

修学旅行先で見た 感染症対策 を紹介します。



東映太秦映画村では、入場口の注意喚起や足型が時代劇スタイルに。思わずパチリ！おもてなしの心を感じました。

東大寺では「手水」や「柱の穴くぐり」も一時中止になっていました。外国からのお客様のために英語表示もされていました。