

さすが、大中生！ステキな合唱をありがとう

10月2日に行われた合唱コンクール。今年は十分に練習ができない中、どのクラスも心のこもった歌声を聴かせてくれました。皆さんのパワーにまたしても感動してしまいました。次は、体育の部。皆さんの一生懸命な姿を楽しみにしています。

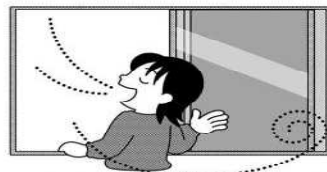
さて、今年度になり、新型コロナウイルスがきっかけで、「ルール」が増えましたね。「マスクをしましょう」「人と人との距離を空けましょう」など。窮屈だな、しんどいなと思うこともありますよね。では、ルールは何のためにあるのでしょうか？もし、みんなが自分のことだけを考えて自由に暮らしたら…。きっといろいろなトラブルが起こってしまうでしょう。感染を防ぐためのルールは、自分だけでなく家族や友達などお互いを守るために必要なのです。

皆さんは今、たくさん我慢をしていますね。でも、「あのとき大変だったよね」「いっぱい頑張ったね」と話せる日がきっと来るはず。だからあと少し。一緒に頑張ろうね。

#コロナに負けるな！

がまんの
毎日に
イライラする
ときは…

窓を開けて、深呼吸



こまめに換気をして新鮮な空気を吸おう！

お部屋の片付け・そうじ



ジョギング・お散歩



軽い運動を続けましょう。



マスクも
はずして、
からだを
うごかしたら、
スッキリするよ♪

ソーシャル・ディスタンスは守って

お手伝いもイイね！

心の感染症にもご注意を！



生物学的「感染症」

かかったらどうしよう

こわい 不安

心理学的「感染症」

マジで！？怖っ！
…らしいよ？

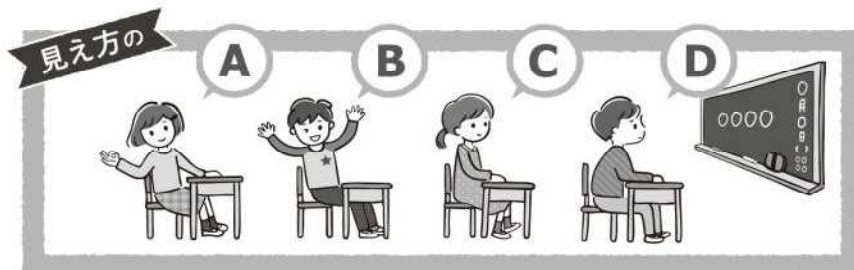
社会的「感染症」

未知のウイルスへの不安や恐怖は、嫌悪・偏見・差別につながりやすいのです…

登校前の健康チェックを忘れずに…

感染症対策のために、毎朝健康観察カードを提出していますが、**37.0℃以上の熱がある場合(平熱が高い場合は要相談)、症状に1つでも○がある場合は自宅で休養することになっています。**登校前には、家の人と体調確認をし、サインをもらってから登校しましょう。





A [1.0以上]

1番後ろの席からでも黒板の文字はよく見えています

B [0.7~0.9]

後ろのほうでも黒板の文字はほとんど読めます

C [0.3~0.6]

後ろのほうでは黒板の文字は見えにくいです

D [0.2以下]

前の席でも黒板の見え方は十分とはいえません

1学期の視力検査の結果、受診を勧められ、まだ未受診の生徒は再検査をします。



視力検査で**B・C・D**と言われた人は、おうちの人と相談して、一度、眼科を受診しましょう。



朝起きてから寝るまで動く、みんなの目。大切にできていますか？ 毎日のこんなところをちょっぴりチェンジしてみよう。



10月13日(火)から、フッ素洗口を始めます。(毎週火曜日)

●感染症予防に注意して実施しましょう。

- ・洗口液の飛沫が飛び散るのを防ぐため、しっかり口を閉じてブクブクうがいをしましょう。
- ・吐き出しは、紙コップに口元を近づけて行いましょう。
- ・紙コップを片付ける際は、コップを重ねず、各自でゴミ袋に入れましょう。



★今後の健康診断予定

- 10月13日(火)心電図,生活習慣病予防,貧血検査1年
- 16日(金)内科検診2年1,2組
- 19日(月)内科検診2年3,4組
- 21日(水)内科検診1年,6組
- 22日(木)内科検診3年

