

2月の別名に「^{うめみつき}梅見月」があります。梅は厳しい寒さの後、春の訪れを告げる花です。今年で3年目の「令和」も、そんな梅みたいに一人ひとりが大きな花を咲かせられますようにと願ってつけられました。ウイルスに負けずに寒さを乗り越えて、元気に春を迎えたいですね。



その“しんどい”もしかして**空気**のせい？



1月28日(木)5校時に、学校薬剤師の柄田浩孝先生に、教室内の空気・照度検査を行っていただきました。

あるクラスに入ったところ、もわつとした空気を感じました。窓は閉め切った状態でした。二酸化炭素濃度を測ったところ、“1600ppm”と基準の1500ppmを上回っていました。急いで換気をして、700ppmに下がりました。やはり空気の入れ換えは大切だと感じました。

どうしてかな？

<p>1 二酸化炭素がたまるから</p> <p>みんなの吐く息で二酸化炭素の量がどんどんアップ。体の不調につながります</p>	<p>2 ウイルスがたまるから</p> <p>空気中をただよう細菌やウイルスが体に入り込むリスクが高まります</p>	<p>3 ホコリやダニ・カビが増えるから</p> <p>アレルギーの原因になります。知らない間に吸い込んでしまっているかも...</p>
------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------

みんなが協力して、空気を入れ替えよう

- ◆ 対角線上にある窓やドアを2個所以上あけて空気の通り道をつくる
- ◆ 休み時間ごとにこまめに換気する

油断大敵！ うっかりしないで 感染症予防！

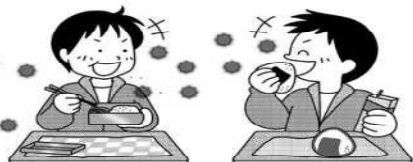
生活のあらゆるところにウイルスが...

つい触ってしまう目・鼻・口...

接触感染

たくさんあります！ うっかり場面...

向かい合っていない近くも近距離は危険！



ハートパワータイム

1月のハートパワータイムは、頑張っている自分に「セルフエールを贈ろう」行いました。自分を分析し、褒めることは自信につながります。

【私が頑張っていること】

- ・受験勉強・自習室
- ・授業で発表すること
- ・苦手な教科
- ・委員会
- ・部活・クラブチーム・習い事
- ・登下校の長い道のり、上り坂
- ・授業で発表すること
- ・朝、先手挨拶をすること
- ・毎朝、布団から出ること
- ・コロナ禍
- ・寒い中、ちゃんと手を洗う
- ・朝掃除のぞうきんかけ
- ・寒い朝のアルミ缶回収
- ・嫌いなものを食べる
- ・ペットの世話
- ・帰ったら洗濯物を取り込む
- ・コミュニケーションをとうろうとすること
- ・たくさん朝ご飯を食べること
- ・毎日元気に生きていること

【私がすごいと思っているところ】

- ・最後まで諦めないところ
- ・毎日走っているところ
- ・毎日学校に来ているところ
- ・みんなと仲良くなれるところ
- ・最後まで部活を頑張ったところ
- ・弟思いなところ
- ・趣味に夢中になれるところ
- ・提出物を忘れずに出すところ

【私が褒められたいところ】

- ・がんばっているところ
- ・係の仕事を忘れずにやっているところ
- ・友達に気遣いができるところ
- ・頑張っていて人と話そうとするところ
- ・部屋がきれいなところ
- ・ゲームの時間を守るところ
- ・授業中寝ないところ
- ・常に笑顔なところ

あなたは やほいすごくがんばっている!!



受験生応援おみくじ

図書室&保健室
クラブ企画



保健室前に「大中神社」を特設しました。受験勉強を頑張ってきた3年生の皆さんに、緊張をほぐす方法などを「おみくじ」で伝えました。

万全な体調で
全力を尽くせるように
応援しています。
晴れやかなその表情で
努力の成果を発揮!
が☆ん☆ば☆れ!

大仁中職員一同