chakura

No.9

R2/1/8　隠岐島前高校
保健室　藤田順子

あけましておめでとうございます。

2020 年が始まりました。今年はオリンピックイヤーですね。

“あっ”という間に過ぎる３学期。時間は誰にでも平等に過ぎていきます。時の切なさやその価値について考えさせられますね。自分の高校生活を、またはその先にあるものを、大切にできる力をつけて欲しいと、保健室からいつも願っています。

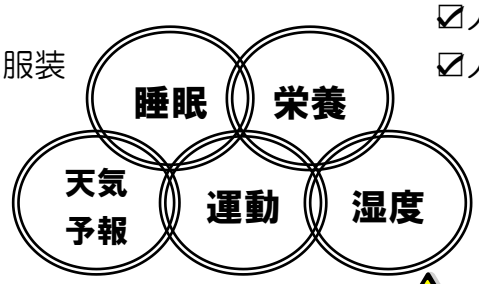
～当たり前のことを、もう１度～

■体を整える

☑手洗い・うがい・消毒
　　＊帰宅時
　　＊食事前
　　＊清掃後　など
☑マスクの活用
☑毎日の気温に合わせた服装

■環境を整える

☑換気　⇒　①2～3時間目の間
　　②昼休み
　　③掃除時間
☑「温度」と「湿度」を適温に
☑人混みを避ける
☑人権を無視した発言をしない



●寮生のみなさんへ

・マスクや常備薬の整備
・舎室の換気／加湿
・清潔の保持（部屋の掃除、洗濯物）
・予防接種をした人は
　→　熱がなくても、おかしいなと思ったら相談
・予防接種をしていない人は
　→　自己防衛に努め、異変を感じたらすぐ相談

＜寮長へお願い＞
○石けん・消毒液の補充について、声かけをよろしく。

●全生徒＆全教職員のみなさんへ

～・～・～・～・～・～・～・～・～

～・～・～・～・～・～・～・～・～

☆Junko’s　world☆

スマホの指紋認証が機能しない季節になりました…。指先の水分が異常に無く、カッサカサです。実は足の裏もカサカサなんですが、昔、娘が小さい時に“お母さん、足の裏にクモの巣があるよ”と言われたことを思い出しました（笑）。指や足に水分は無くても、そんな一言で心に潤いは持てますねぇ。今年もどうぞ、よろしくお願いします～♪