

あかるく たくましい 子になあれ♪

# 明太子

1月保健目標：冬を健康に過ごそう

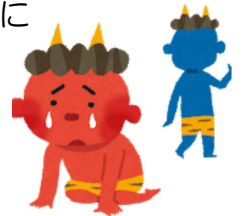
## なぞなぞ

みさえ、あいこ、ことみ  
の3人が  
自転車レースを  
したよ  
負けたのは誰？



## 『ウイルスに消(勝)利しよう 手洗い・マスクで鬼(ウイルス)たいじ！！』

新保体委員長の淳ノ介さん、優花さん、彩さんの3名が考えてくれた言葉です。  
誰もが・どこかで感染する可能性がある日々ですが、気持ちまでウイルスに  
感染しないように、やっていること、やるべきことを徹底して、みんなで  
乗り越えよう(^o^)



- ①こまめな手洗い(手指消毒)
- ②マスク着用(予備のマスクをカバンに入れておきましょう)
- ③換気(可能な限り常時、難しい場合は30分間に1回以上数分間程度、窓を全開にする)
- ④ソーシャルディスタンス(仲が良いのはいいですが、距離をとろう！特に男子(\*\_\*)
- ⑤極力、顔をさわらないようにする(ウイルスは手を介して目・鼻・口から侵入)
- ⑥毎日の体調(体温、風邪症状、味覚・嗅覚異常等)を確認する
- ⑦コロナの感染等が疑われる場合は下記に相談して下さい

○石垣市新型コロナウイルス感染症相談電話(平日9時~12時)  
電話番号:070-5273-7900

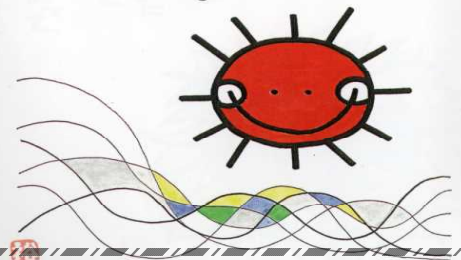
**ただし、2月1日からは 070-1470-2790 に変更になるそうです**

### 【おねがい】

- ★水筒を持ってこよう！ 冷水機停止中です。  
体調不良で来室し、聞くと、登校してから水を  
1回も飲んでいない生徒が多くみられます。  
水道の水も飲めるので、喉の渴きを感じなくても  
休み時間には水分補給をしましょう。
- ★マスクの予備をカバンに入れておきましょう。
- ☆マイ体温計やマイアルコール持参の子もいます、  
学校はほとんどの物が共用ですので、気になる  
場合等は各自で準備して下さいね。

1月に予定していましたが、コロナの  
影響で実施できなかった「いのちの話」の  
講師：山本文子先生のことばです。  
山本先生のことば集が保健室にありますよ  
読みたい人は声かけてね。

死ぬじやあかん  
殺しちゃあかん  
失敗した時ほどに後悔は  
この終りまでなごたが  
しんじやあかん  
即ちほかに誰か  
いふあなたを助けよう  
どうせなら早く嫌な時  
を脱出しよう  
元気で生きていこう  
また始まるよ山本文子



### 【ありがとう♡】

バスケット部女子のみなさんが、  
毎朝トイレの消毒をしてくれ  
ています。  
感謝感謝です(^▽^)



