



ほけんだより12月

2022年(令和4年)12月1日(木) NO.10 福山市立至誠中学校 保健室
 12月になり、今年もあと1カ月となりました。皆さんにとって2022年はどんな年でしたか?喜怒哀楽、色々な感情が飛び交った1年だったでしょうか。どれも皆さんの成長の糧となります。どうしても行き詰まった時や何となく気分が沈んでいる時、嬉しくて誰かに知らせたい時など、気軽に周りの先生や保健室に話に来てくれたらと思います。本格的に冬へ突入し、寒くなると換気や手洗いが億劫になりますが、体がしんどい思いをしないよう感染の予防を徹底しましょう。



窓を開けて換気はできていますか?

寒くなってきて、窓を開けるのが嫌になるかもしれませんが換気をすると「頭がスッキリする」「ウイルスで汚れた空気が出ていき、きれいな空気が入ってくる」「感染予防になる」など体にとって良いことがあります。積極的に換気を取り入れていきましょう。



二酸化炭素が多くなると頭が痛くなったり、眠気が強くなったり、集中力が下がったりします。

換気をしてきれいな空気を教室で循環させましょう。

保護者の方へ 体温の入力忘れの対応の変更について

※11/21(月)のメール配信と同じ内容です。

現在、至誠中学校では体温の入力をご家庭で行ってから登校するようになっております。

しかし、11月になっておおよそ全校の半数ほどが家庭での体温の入力ができていない状況があります。そのため登校した時の対応で記入漏れが発生したり、何度も聞きなおしたりすることが起こっています。そこで、今後次のように登校時の靴箱前での確認を変更し、校内感染の予防を強化していきます。

○ご家庭でも引き続き次の点についてご協力をお願い致します。

- ご家庭での丁寧な健康観察をお願い致します。
- 体温を入力してから登校するよう声かけをお願い致します。
- 生徒や同居家族に風邪症状がある場合は登校を控えるようお願い致します。
- 体温入力で欠席と入力していても、中学校へ連絡をお願い致します。

*** スクールカウンセラー来校日 ***

12月	7日(水)	10:45~16:45
12月	14日(水)	10:45~16:45
1月	11日(水)	10:45~16:45
1月	25日(水)	10:45~16:45

相談を希望する人は、担任、養護教諭、その他頼みやすい先生に、スクールカウンセラーと話したいということを伝えてください。