

ひだまり

前期後半が始まって2週間、当初、かぜ症状やワクチン接種、副反応等により出席停止者が多かったのですが、現在は出席停止者も減ってきており、だんだんと活気ある学校生活が戻りつつあると感じます。

まん延防止等重点措置が延長になっています

熊本県内の新型コロナウイルス感染者数は、8月20日の318人の過去最高をピークに減少傾向にはありますが、デルタ株の影響もあり、まん延防止等重点措置は延長されています。菊池管内でもクラスターが発生しています。できる予防を続けましょう！

🍀 心の元気ありますか？

後期後半が始まって2週間経ちました。みなさん、こころとからだの調子は良いですか？コロナ禍の今、例年とは違う日常に、大人でも時に戸惑いを感じます。みなさんも、そのような時があるかもしれません。何か気になること、困っていること、心配なこと、なんとなく元気が出ない…そんな時には、いつでも保健室にどうぞ！！

カウンセラーの先生もいらっやいます！

本校には、カウンセラーの先生が定期的に来校されます。まずは自己紹介からでも構いません。緊張せず、気軽にお話できます。ご希望は、担任または、養護教諭（田中）までご連絡ください。

以下の場合、自宅待機(出席停止)をお願いします(再度ご確認ください)

- ①寒気・発熱（平熱+1℃、または37.5℃以上）
- ②のどの痛み、咳、鼻水等のかぜ症状
- ③強いだるさ
- ④息切れ、息苦しさ
- ⑤いつもと体調が違うと感じる場合

毎朝の検温も必ずお願いします！

なお、県リスクレベル4以上の場合は、同居の家族の方に上記の症状がある場合も自宅待機（出席停止）をお願いします。

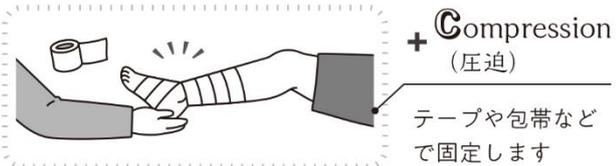
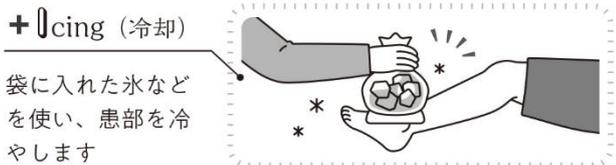
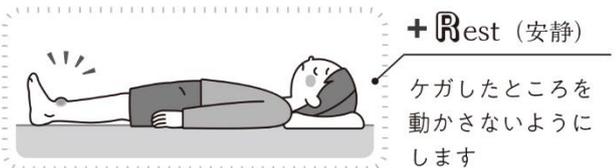
また、**登校後に上記症状が出た場合は、申し訳ありませんが早退をお勧めさせていただきます。**感染防止のため、まずは、ウイルスを学校に持ち込まないことを徹底することが重要です。ご協力の程、よろしくお願いいたします。

9月9日は救急の日です

覚えておこう /

応急手当の
RICE

打撲や捻挫、肉離れなどのケガをしたとき、痛みや腫れを軽くするための応急手当です。



正しく応急手当をして
早めに医療機関を受診しましょう

テストに備えて体調管理を！

月曜日から、後期期末テストが始まります。テスト勉強をがんばりすぎて、睡眠時間が不足し、大事な本番に体調を崩してしまう…というケースがあります。テスト直前は余裕をもってしっかり体を休められるようにしましょう！