

三重県での新型コロナウイルスの増加傾向が続いています。感染力が強い変異株の感染も確認され、心配な日々が続いています。突然の臨時休校になり、少しお休みが長くなりますが、この機会に夏休みにやり残したことや1学期の学習を振り返るなどして、心も体も2学期モードに切り替えていきましょう！

引き続き感染対策を！！

- ・ 手洗い・消毒をしっかりと行いましょう！ ハンカチを忘れずに持ってきてきましょう。
- ・ マスクをしっかりと着用しましょう！
- ・ 3密（密接・密集・密閉）を回避しましょう！
- ・ 抵抗力をつけるために生活リズムを整えましょう！



臨時休業中も検温と健康観察をお願いします。9月の「家庭での健康観察票」に毎日記入して下さい。登校が再開したら、毎日必ず「家庭での健康観察票」を提出してください。登校前に体がだるい、熱がある、のどに違和感があるなどいつもより体調が悪いと感じたら、無理をせず登校を控えましょう。症状や状況によっては、出席停止になりますのでご相談ください。また、学校に来てから、体調が悪くなった場合は、我慢せずに保健室に来て下さい。オンライン授業を受ける場合も含め、学校へ登校しない場合は、8:20までに学校へ連絡してください。※「三重県緊急事態措置」または「まん延防止等重点措置」が発出されている期間中、生徒本人および同居家族が風邪等で体調不良の場合は、登校を控えていただきますようお願いいたします。当日、兄弟等が早退の場合も同様に対応下さい。

不織布マスクの着用を！！



新型コロナウイルスが流行しはじめてから、マスク生活が続いています。

みなさんは、普段どんなマスクを着用していますか？

一般的なマスクの中では、不織布マスクが最も高い効果を持っています。不織布マスクとは、「不織布」という生地で、1回きりの使い捨て前提で作られているマスクのことです。不織布マスクの次に布マスク、その次にウレタンマスクの順に効果があります。人の顔の形は千差万別ですので、自分の顔にぴったりとフィットしているマスクを選ぶことも重要です。できるだけ、効果の高い不織布マスクの着用をして登校していただくようお願いいたします。

また感染予防には、マスクの正しく着用することも重要です。鼻までしっかり覆い、すき間のないように正しくマスクを着用するようにしましょう。



×鼻が出て
いる



×あごに
つけている



×すき間
がある

マスクのつけ方 NG例

あつ ひ つづき
まだまだ暑い日が続きます！

まいにち すいとう じさん
毎日、水筒を持参しましょう！

熱中症を予防するためにしっかり水分補給をしましょう。部活動・体育がない日も水筒は必ず持参しましょう。

感染予防の観点から、ウォータークーラーは極力使用しないでください。持参した飲み物がなくなったり、水筒を忘れてしまったりした場合のみ使用を可にします。ただし、やむを得ず、使用する時は、自分の水筒に入れるか水筒のコップを利用して使用するようにして、直接口を近づけないようにしましょう。水筒を忘れてしまった場合は、職員室で紙コップを用意していますので、取りに来てください。

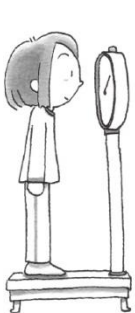


はな せいかつ と もど
ネットから離れて、生活リズムを取り戻そう！！

少し延長されますが、まもなく2学期がスタートします！朝起きれない…、日中眠たい…、夜眠れない…、なんていう人はいませんか？夏休み中、ネットやゲーム、スマホなどの使い過ぎで、生活リズムの切り替えができていない人はいないでしょうか？心当たりがある人は、ひとまず、一定期間ネットから離れた生活をしてみましょう！生活リズムが整うまでネットを使わない生活をして、生活リズムが整ったら、今度はきちんと時間を決めてから使用しましょう。特に寝る前の使用はブルーライトが眠りを妨げるので、避けましょう。朝、起きた時に太陽の光を浴びると、夜眠りやすくなるので、試してみてください！



がつ ほけんぎょうじよてい
9月の保健行事予定



29日(水)

しんたいそくてい
身体測定

がつ かいせんしんぐしよのよてい
9月 カウンセリング室の予定

ふかせ
～深瀬スクールカウンセラー～

6日(月) 午前

13日(月) 午後

27日(月) 午前

時間を調整しますので、希望される生徒・保護者の方は担当：麻生までご連絡ください