

ほけんだより

2021.12.24
玖珂中学校
保健室
(NO.20)

いろいろお疲れ様でした。みなさんからたくさん元気をもらった2学期だったなあと感じています。
心が苦しくなることも、どうしたもんだか...と考え込むことも、そして何気ない言葉に傷つき涙することも。あんなにかかえながらも、気持ちを切り換えて教室に向かう姿にエールを送った日も幾度となくありました。みなさんの前を向こうとする姿に勇気をもらっています。



冬休みも感染症に気を付けて!!



知らぬ間にいろんな所を触っていますよね。そして、ついつい目や鼻や口を触る癖がある人もいますが手洗いを習慣づければ大丈夫!!
かな。

人との関わりは、大事です。ソーシャルディスタンスという言葉が聞くようになって、2年が経とうとしています。
もうマスクの生活にも慣れましたが、



寒さ対策も
忘れずにね



生活習慣に問題はな?

こんな人は気を付けて



おかしいな? と思ったら、ゆっくり休みましょう

自分が傷つかない
相手を傷つけない



どれも、罪に問われる可能性があります。「楽しくてつい...」「その場のノリで...」では、済まされません。