



イラスト:美術部

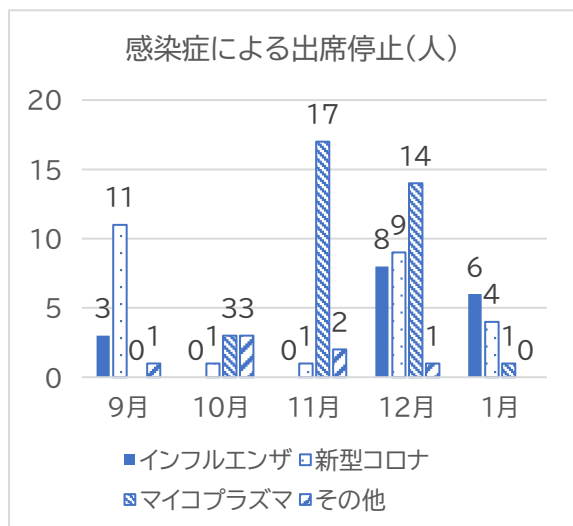
令和7年1月
岩国市立岩国中学校

3学期がスタートして2週間が経ちました。新年の目標を立てて実行している人もいないのでしょうか？ちなみに保健室の先生の目標は早寝早起き7時間睡眠です。

寒さが厳しい時期ですが、体調を崩さないために、暖かい服装を意識し、十分な睡眠と適度な運動を心がけてください。

インフルエンザに要注意！

左下グラフは本校の感染症による出席停止の人数を表しています。1月は20日時点での人数です。岩国市内ではインフルエンザが12月～1月で流行しているようですが、岩国中では少ない傾向です。体調を崩さないように、まずは自分でできることとして、手洗い・うがい・生活習慣を整えて免疫力をあげるなどをしっかりと行ってください。予防接種を受けることや体調が優れない時は早めに休むことも意識してみてください。



発症日を入れてね。

とうこうさいかいび 登校再開日 早見表

げんき 元気 かいふく 回復

	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目
	にち	にち	にち	にち	にち	にち	にち	にち	にち
新型コロナウイルス	発症	症状軽快	症状軽快	症状軽快	症状軽快	症状軽快	登校再開		
		症状軽快	症状軽快	症状軽快	症状軽快	症状軽快	登校再開		
			症状軽快	症状軽快	症状軽快	症状軽快	登校再開		
				症状軽快	症状軽快	症状軽快	登校再開		
					症状軽快	症状軽快	登校再開		
インフル	発症	解熱	解熱	解熱	解熱	解熱	登校再開		
		解熱	解熱	解熱	解熱	解熱	登校再開		
			解熱	解熱	解熱	解熱	登校再開		
				解熱	解熱	解熱	登校再開		
					解熱	解熱	登校再開		

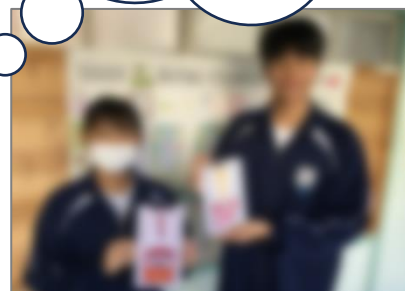
コロナもインフルもここは同じ / 基本「発症日を0日目として5日を経過するまで」

コロナは「かつ症状が軽快した後 1日を経過するまで」

インフルは「かつ解熱後 2日を経過するまで」



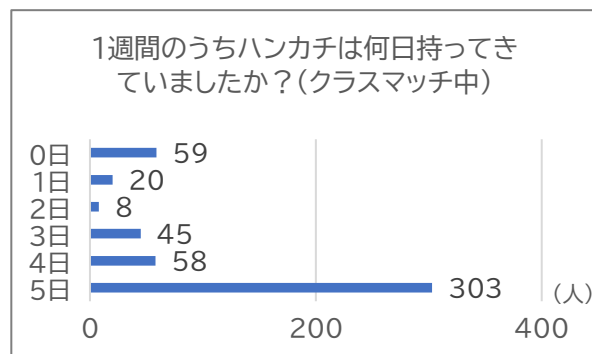
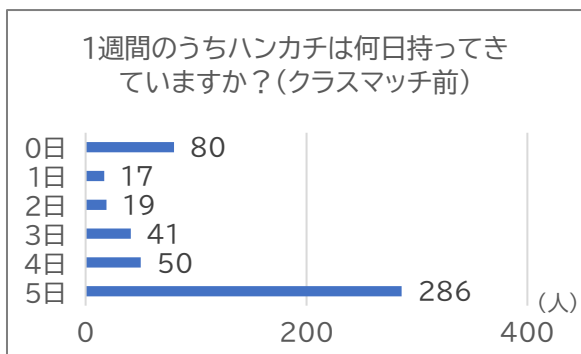
たくさんのへびのイラストをありがとうございました♪
個性豊かな可愛いへびで、掲示物が賑やかです!!!
廊下を通ったときにはへびのイラストを鑑賞し、おみくじをひいてみてくださいね。



手洗いでできていますか？ハンカチを忘れずに持ってきていますか？

12月に開催したハンカチクラスマッチのアンケート結果を掲載しています。クラスマッチ実施により、「ハンカチを忘れずに持っていく！」という意識が高まったことがアンケートより分かりました。

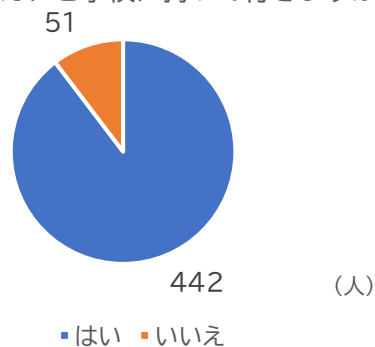
学校に持っていく意識はあっても忘れてしまうという人は、前日にハンカチを準備しておくなど、忘れない工夫をしてみてくださいね。



ハンカチが無くて困ったことはありますか？
またそれはどんな時ですか？

- ・手を洗うときにハンカチがなかったから手を拭けなかった。
- ・手を洗ったあと、ハンカチがなくて、とても寒い思いをしたからです...
- ・手が濡れて乾くのにかかった。

今後もハンカチを学校に持っていくますか？



正しい道を通って 手荒れを防ごう！

冬になると、手指が赤紫っぽくなってかゆくなる「しもやけ」や、ひび割れて血が出る「あかぎれ」などになってしまうことも。でも予防することもできます。お肌ぶるぶるへびさんが通った道を行って、正しい予防法を知ろう。

