

ベアーズルーム

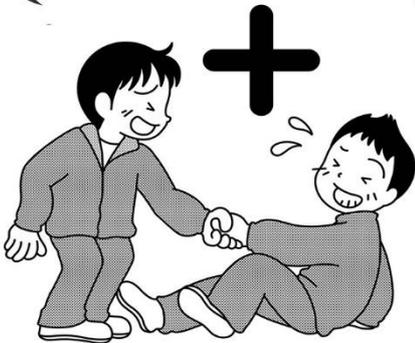
豊玉中学校 保健室
令和6年2月9日(金)



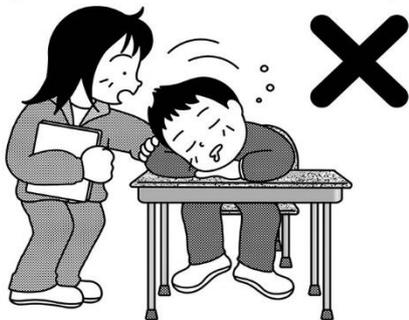
寒さが身に染みるようです。寒いと免疫力が低下します。本校でもインフルエンザA型・B型やコロナ、溶連菌感染症、ノロウイルスなどに感染する人が出てきています。すべて出席停止になる症例ですから、必ず学校に連絡をしてください。連絡はSingFieでも電話でも構いません。

予防にはやはり、不要不急の外出は避け、手洗いやマスク、換気や湿度を保つなどの対策ができるといいです。プラスして、体を冷やさないことも大切です。水筒に暖かいものを入れて持ってきて、体を温めましょう。

(たすけあって)



(声をかけあって)



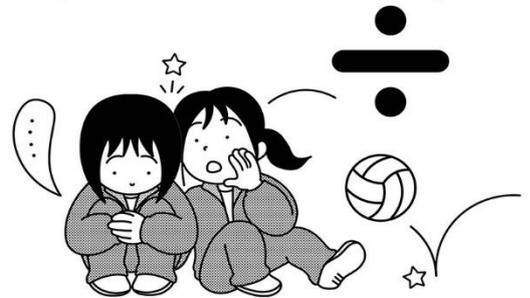
やさしい生活を

おもいやり算で

(ひきうけて)



(いたわって)



ハン活キャンペーン part II 結果!!

- 1 位 3 年B組 (2週間で持ってこれなかった人→0人)
- 2 位 3 年C組 (2週間で持ってこれなかった人→3人)
- 3 位 1 年C組 (2週間で持ってこれなかった人→5人)

おめでとうございます。これからも衛生的な生活ができるよう、ハンカチを持ち歩いてください。

🐾ベアーズルーム🐾

1月に起きた、能登の地震から1か月が過ぎました。2月に入り寒い中で、被災した方々がどのように生活されているかと思うと、何もできない自分の無力さに、なんとも言い難い気持ちになります。

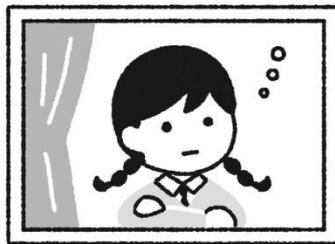
東日本大震災の時は、ボランティアツアーバスで、7~8回くらい、被災地に行きました。1年半が経ってから、5日間のボランティアにピースボートで参加しました。1年半も経っていましたが、まだ水道も使えず、ポリタンクの水で手洗いなどを行っていました。下水も使えなかったので、トイレも仮設の物でした。長野から女子高生の3人組がボランティアに参加していました。その子たちは「お風呂に入れなのは久しぶりだね」と笑いながら話していました。その明るさと、前向きさに、こちらも元気をもらいました。夏場のボランティアでしたので、お風呂に入れなことは嬉しいことではなかったはずですが、でも、そのマイナスをプラスにとらえて笑っている。彼女たちは本当にボランティアの意味を理解していると感じました。被災地の方々も、私たちボランティア仲間も、彼女たちから勇気と希望をもらえたと思った出来事でした。

やまない雨はない。明けない夜はない。春は来る。一緒にファイト!能登の方々に心でエールを送る日々です。

イライラ、モヤモヤ…あなたの解消法は？



おんがく きき
音楽を聴く



ぼーっとする



どくしょ
読書をする



とも
友だちと
す
過ごす



すいみん
睡眠をとる