

あかるく たくましい 子になあれ♪

# 明太子

2月保健目標：生活習慣を見なおそう

## なぞなぞ

ひっくりかえると  
軽くなる  
動物って  
な～に？



## 新型コロナウイルス感染症について(石垣市教育委員会より)

### コロナウイルスとは？

人や動物の間で広く感染症を引き起こすウイルスです。人に感染症を起こすものはこれまで6種類が知られています。深刻な呼吸器疾患を引き起こすことがあるのはSARS、MARSで、それ以外は感染しても通常は風邪などの重度でない症状でとどまります。

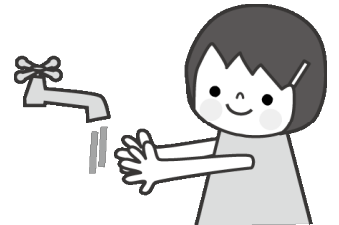
今回は新種のコロナウイルスが原因と考えられる感染症です。

### 新型コロナウイルスはどうやって感染するの？

- (1)飛沫感染・・・感染者のくしゃみや咳、つば等の飛沫と一緒にウイルスが放出、別の人がそのウイルスを口や鼻から吸い込み感染する
- (2)接触感染・・・感染者がくしゃみや咳を手で押さえる、その手で周りの物に触れてウイルスがつく、別の人がその物に触ってウイルスが手につき、その手で口や鼻を触って感染する

### 新型コロナウイルス感染予防対策

- ①食事の前や帰宅後には、必ず手洗い・アルコール消毒をしましょう。
- ②バランスよく栄養を摂取し、十分な睡眠をとり、免疫力を高めましょう。
- ③咳エチケットを実行しましょう。
- ④室内の換気に気をつけ適切な湿度(50～60%)を保ちましょう。
- ⑤不要不急の外出をさげましょう ← **人の多い所へ出かける時は気をつけて下さい！**



## マスクはご家庭で準備をおねがいします！

全国的にマスクの需要がたかまり手に入らない状況の中、保健室のマスク備蓄数も少なくなっており、困っています。

毎回お知らせしていますが咳が出ている時等は、マスクはご家庭で準備をお願いしますね。

## あなたがいるしあわせ(^▽^)

2月といえばバレンタインデー、保健室で盛り上がるのも恋話♡  
あの子元気になったなあ、最近保健室こないなあと思ってたら、彼氏・彼女ができたとか・・・  
あの子、表情がすごく良くなったあと思ったら、好きな人ができたとか・・・  
恋の力って、心も体も元気にするんだなと感じつつ、ダンナさんにドキドキした頃が  
思い出せない自分ってΣ(￣。￣ノ)ノ



『好きなあなた』『大切なあなた』『尊敬できるあなた』『憧れのあなた』 などなど、  
あなたがいてって幸せだなあと、思った今日この頃でした。