

保健だより 2月

北塩原村立裏磐梯中学校

平成31年2月1日(金)

文責：養護教諭 安斎 楓



今日から2月です。今年度もまとめの時期に入っていきます。本校でのインフルエンザ流行は落ち着きましたが、福島県内ではまだまだ流行が続いています。引き続き、手洗い・うがい・マスクで予防の徹底をお願いいたします。

【2月の保健目標】

- かぜ・インフルエンザを予防しよう
- 生活習慣病を予防しよう



保健・環境委員も頑張っています

冬の保健・環境委員の仕事は加湿器の管理と教室等の消毒です。昼休みの時間を使って、机やドアノブ、階段の手すりなどをアルコールで消毒しています。

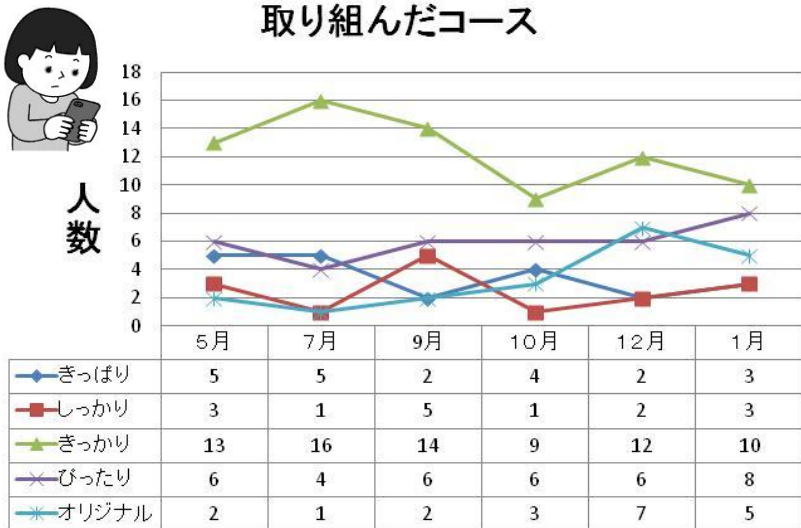
今後も委員で協力して続けていきます。



ノーメディア・デーの取組状況

今年度から定期テスト前のノーメディアチャレンジに加え、村のノーメディア・デーにもノーメディアの取組に力を入れてきました。

取り組んだコース



毎回、きっぱりコースにチャレンジする生徒が多いです。12月、1月はオリジナルコースが増え、自分でチャレンジする内容を設定しているようですが、「ごはんの時はメディアに触れない」「勉強の時はメディアに触れない」など、生徒自身がメディアから離れることができない生活になっている状況が見えてきました。しかし、毎回、きっぱりコースにチャレンジする生徒もいます。月に一度のノーメディア・デーです。ぜひ、回数を重ねるにつれ、レベルアップできるといいと思います。引き続き、ご家庭でもメディア使用のルール徹底やお声かけをよろしくお願いいたします。



ノーメディア・デーの日は家庭学習や読書をして過ごすことが多いようです。ぜひ、家族みんなで学校図書を利用し、素敵な家族団らんの時間にしてほしいと思います。