

# ほけんだより 12月

2021. 12  
東和中学校

## 生活セルフチェックの結果



「どうする？今後の感染症対策と生活習慣」

学校保健委員会で決めた目標と生活セルフチェックの結果です。

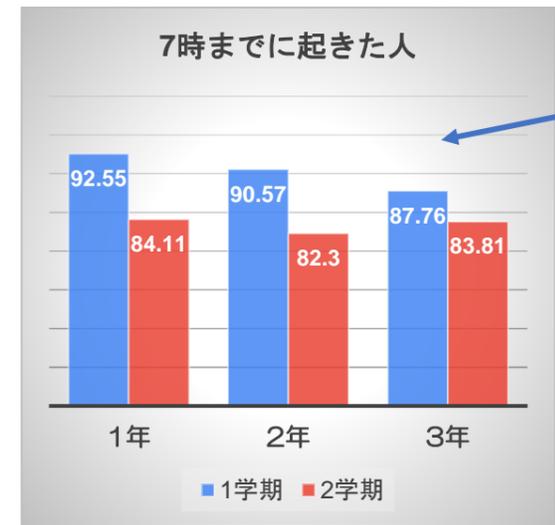
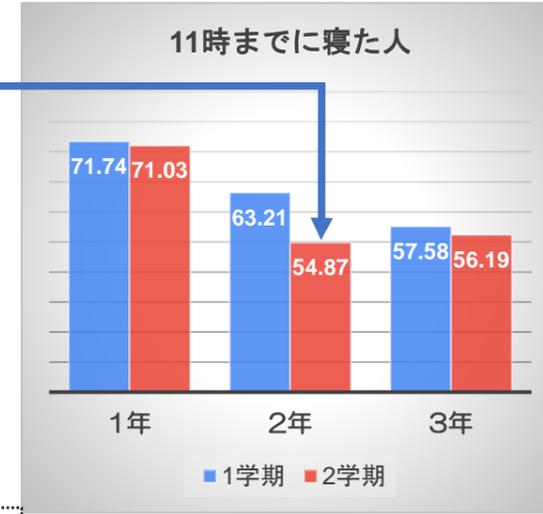
### 学級目標

- 1年1組 「Help your loved one 大切な人を助けよう」
- 1年2組 「こまめな手洗いと消毒を心がける」
- 1年3組 「手洗い 消毒」
- 1年4組 「人ごみをさける」
- 2年1組 「マスクを正しくつける」
- 2年2組 「十分な睡眠」
- 2年3組 「ソーシャルディスタンス」
- 3年1組 「手洗い・消毒をする」
- 3年2組 「規則正しい生活を！！」
- 3年3組 「いっぱいご飯を食べる！」
- あすなろ 「手洗い 換気」

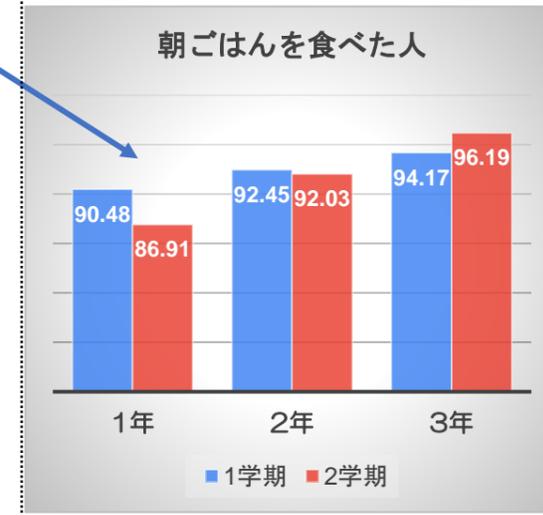
感染症対策と規則正しい生活を心掛けていきましょう！

へっています。早く寝てね

1年生で朝ごはんを食べていない人が多いです、1日のエネルギー源をしっかり取って登校しましょう。



2学期の方がへっています。これから朝は寒くて暗いですが、もう少し早く起きまじょう。きつといいことがありますよ。



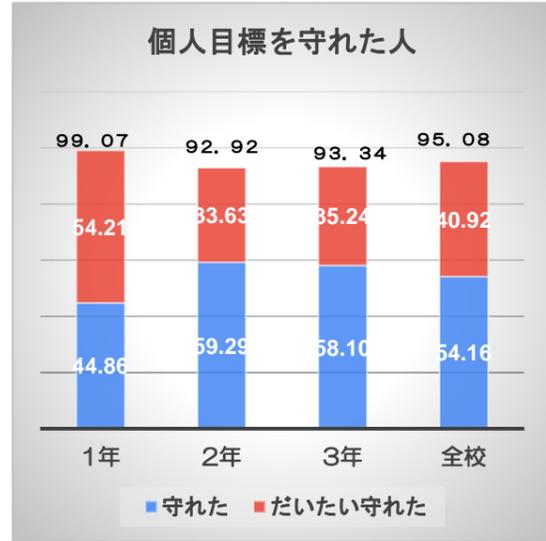
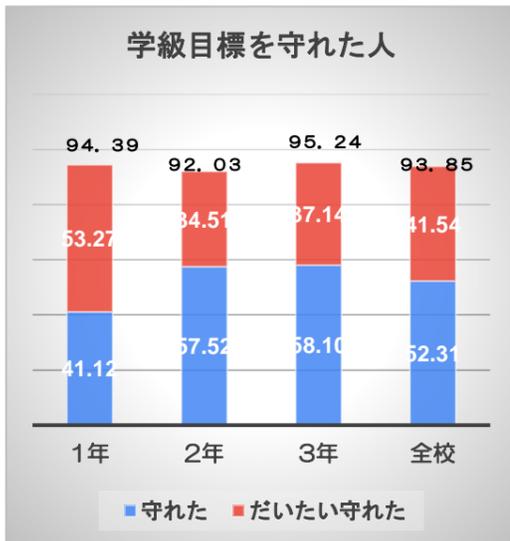
メディアの時間が2時間までの人を示しています。3年生が一番多いです。勉強の時間も確保しているのかな？1・2年生は、1学期より2学期の方が減っています。2時間以上の人が増えているようです。もう少しメディアの時間を減らしてみましょう。

### ウイルスの入り口は 目・鼻・口



手についたウイルスから感染することも...

- 手で顔やマスクをさわらない
- 石けんでいねいに手を洗う



個人目標で多かったのは手洗い・消毒、早寝早起き、よく寝る、よく食べる、ソーシャルディスタンス、早起きする、運動をする。などでした。どんな目標でしたか？たくさんの方が、守っていました。これからも感染症予防のため、続けていきましょう！

