

保健だより

酒田西高定時制・保健室

NO. 8 令和4年12月21日(水)

～健康の自己管理ができる高校生をめざして～

コロナもインフルエンザも

寒さが厳しい冬。一層の感染対策を心がけましょう！

コロナウイルスは、感染した人のくしゃみやせき、会話と一緒に口や鼻から飛び出します。



① マスクでウイルスの侵入と拡散を防ぐ！

② 手洗いの徹底

基本の予防対策を続けましょう

③ 換気が大切！



12月22(木)は、スケート教室です！

当日は、スワンスケートリンク 現地集合・現地解散

9時50分までに集合してください。

服装：動きやすく濡れてもいい服装（運動着）。寒さ対策も必要です。

マスクも忘れずに。 ヘルメットの貸し出しもあります。

手袋は必ず持参すること

〈転んだ時の安全のために手袋は必ず持参すること〉



各自が注意をして、ケガや事故のない、楽しいスケート教室にしましょう！