



明けましておめでとうございます。冬休みはゆっくりできましたか。新型コロナウイルスの感染拡大のニュースが続き、相変わらず不安な状況です。今、私たちもできる限りの努力をして感染防止をしていきましょう！！

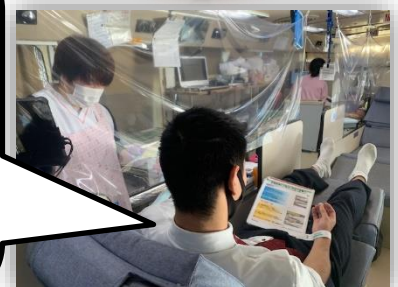


### ● 献血が行われました！

12月11日、3年生の希望者を対象に献血が実施されました。「血を抜く」と聞くと怖いイメージがありますが、実際に献血を体験した先輩に感想を聞いてみました。

初めての献血は最初少し緊張しましたが、次第に慣れてスムーズに受けることが出来ました。全国には病気や怪我などで輸血が必要な人が年間約120万人もいると聞きました。自分のちょっとした行動がそんな方々の役に立ったのだと思うと、とても幸せな気持ちになります。卒業しても機会を見つけて、ぜひ続けていこうと思います。

3-1 澤村 廉



# 保健室より保護者の皆様へ



新年明けましておめでとうございます。年明け早々大雪が降り、大変でしたが、ほとんどの生徒が元気に登校し無事に3学期がスタートしました。

今年こそ平和な毎日になりますようにと願う間もなく、感染拡大地域に緊急事態宣言が発令され、県内でも特別警戒警報が発令中です（1/15現在）。

長崎市や佐世保市、その他の地域でも感染が多発し医療現場はひっ迫した状況にあり、嚴重な警戒が必要です。そこで3学期を迎えるにあたり、生徒の皆さんには感染防止に係る以下の件について、今一度確認をして徹底するようお願いしました。

## 1. 登校前の体調チェック(検温他健康観察表の活用)

## 2. マスク着用厳守

## 3. 三密(密閉・密集・密接)の回避

特に教室においては、自席昼食や換気の徹底、他人との距離を保つことなど、何かと制約の多い生活様式をお願いすることとなり、しばらく窮屈な学校生活が続きますが、こまめな努力がいつか安心安全な生活へと繋がることを祈って実践していくほかありません。

各ご家庭におかれましても、これまで同様、下記の徹底をお願いいたします。

## 1. 登校前に確認していただきたいこと

- ① 体温
- ② 咳・のどの痛み・だるさ・食欲不振  
嗅覚や味覚の異常・吐気や下痢等
- ③ 確認後健康観察表に保護者のサインをお願いします。

新型コロナウイルス対策実施中  
基本の対策を徹底しましょう

手を洗おう



マスク着用



検温しよう



## 2. 毎日準備していただきたいもの

- ① マスク・昼食時などにマスクをはずして置く際のビニール袋など
- ② チリ紙・ハンカチ  
※手洗いの後は清潔なハンカチでよく拭き取ってから消毒を行うように指示しています。
- ③ 教室では換気を徹底しています。寒い時期は防寒着・使い捨てカイロ  
タイツや厚手の下着など着用させてください。

## 3. 必ず連絡していただきたいこと

- ① 発熱や風邪の症状がある場合は無理をさせず、欠席させてください。  
またご家族にも同様の症状が見られた場合も生徒本人の登校を控えさせてください。いずれの場合も必ず保護者から学校に連絡をお願いします。
- ② 新型コロナウイルスに感染した場合、または感染したことが疑われる場合、濃厚接触者と判断された場合は速やかにご連絡願います。

## 4. ご家庭での過ごし方について

- ① 帰宅後は丁寧な手洗いうがいをさせてください。
- ② 日頃より栄養バランスの取れた規則正しい食生活をお願いします。
- ③ 保健室を利用する生徒の多くに睡眠不足傾向が見られます。  
携帯電話の使い方をご確認願います。つつい何時間も使用している場合があります。睡眠不足は体調不良に繋がります。
- ④ ひとりひとりの行動が、大切な人の命を守るという意識を持ち、新しい生活様式をご家族一緒に推進していきましょう。