

今年度、最後の月となりました。季節の変わり目でもあり、まだまだ朝昼の寒暖差があります。体調管理に気をつけながら、残り少ない日々を元気に過ごしましょう。

今年度1年間をふり返ってみよう!

心も体も健康に過ごせたかな?



教室の二酸化炭素濃度を測定中!!

『CO₂モニター』を使って、保健委員が各教室を測定中です!
休み時間は、両側の窓や入り口ドアを開けてしっかり換気しましょう!

1年2組の結果

- 2/17 (金)
- ①限後 514ppm
 - ②限後 430ppm
 - ③限後 534ppm
 - ④限後 516ppm
 - ⑤限後 438ppm
 - ⑥限後 426ppm



1年1組の結果

- 2/15 (水)
- ①限後 920ppm
 - ②限後 624ppm
 - ③限後 800ppm
 - ④限後 790ppm
 - ⑤限後 500ppm
 - ⑥限後 458ppm

教室の換気基準は、1500ppm以下です。

やりすぎ注意! 耳そうじ



耳あかには・・・

殺菌効果や、音の通り道の保護、虫やホコリなどの侵入を防ぐ役割があります。そうじのしすぎは、耳の病気につながることもあるので、気をつけましょう。

耳そうじは・・・

月に1～2回で十分です。耳の中を傷つけてしまわないよう、入り口から、1 cmくらいのところを軽くふき取るだけで大丈夫です。



日本が主な発生地となっている『スギ花粉症』の飛散ピークは2～4月とされていますが、主にヨーロッパで発生している「イネ花粉症」と、アメリカ全域で発生している「ブタクサ花粉症」を合わせた3つの花粉症は、「世界3大花粉症」と呼ばれています。

この3つのピーク時期は2～10月。これにヒノキやヨモギ、シラカンバなども加えると、一年中世界のどこかが花粉でおおわれていることになります。

毎年、花粉症に悩まされている人は、花粉情報をチェックしたり、帰宅後に洗顔や手洗い、うがいをするなどの対策をしましょう！

～手話の紹介～



ありがとう

軽くおじぎをしながら、そのまま右手を上げる。



こんにちは

両手の人さし指を向い合わせに曲げる。



ごめんなさい

親指と人さし指を、おでこの前でつまみ、下ろす。