

エアコンを上手に利用しよう!

エアコンの使用が始まっています。上手に利用し、体調管理をしましょう。

～エアコン使用時の注意事項～

①設定温度を守りましょう

エアコンの設定温度が低く(24℃を下回る)、外気温と室温の差が大きいと部屋に出入りする際に体の負担になります。

②体を冷やさないように

衣服を工夫する、下着をきちんと着るなど、体を冷やさないようにする。

③冷気の当たりすぎに注意

冷気が長い時間、直接人に当たらないよう工夫しましょう。ひざかけ・タオル等で冷気が直接あたらないようにする。



④換気をこまめにする



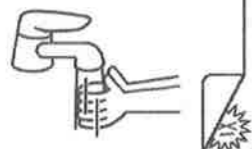
食中毒～3原則でしっかり予防～

6月～9月頃を中心に、高温多湿の環境下ではとくに嚴重警戒を要する食中毒! 食品・調理器具を扱う上での3原則『(細菌を) につけない・ふやさない・やっつける』は必須です!

☀️ 食べ物の傷みやすい季節です ☀️
☀️ 食中毒の予防は... ☀️

☑️ ●につけない

手や食器を洗って清潔に



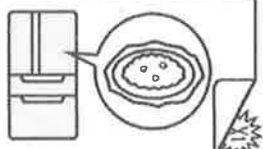
☑️ ●やっつける

十分に火を通す
75℃以上で1分以上



☑️ ●ふやさない

作ったらすぐに食べる
冷蔵(冷凍)庫で保存する



生徒保健委員会活動

今年度も生徒保健委員会は、日常の活動(病人の付き添い、環境衛生整備等)や季節に合わせた保健指導等、頑張って活動をしていきます!

5月31日には、SHRの時間にクラスのみみんなに歯科検診前の保健指導を行いました!



日常の活動も頑張っています。丁寧な活動を心がけていきたいと思ひます。みなさん、ご協力よろしくお願ひします♪



毎週活動
をしています!