



科学技術高校定時制
令和7年11月4日

日に日に秋が深まっています。県内のインフルエンザ感染者数が、10月中旬から下旬にかけて約4倍に増え、流行期に入りました。気温が下がり空気が乾燥しています。体調管理に気をつけましょう。

かん せん しょう
感染症を寄せつけない

5つの工夫

インフルエンザなど感染症が流行しやすい時期になりました。少しの心がけでかかりにくくできます。

- ① 手洗いをする
- ② 人混みを避ける
- ③ うがいをする
- ④ マスクをつける
- ⑤ 予防接種を受ける

- ① 十分な睡眠
- ② バランスのとれた食事
- ③ 適度な運動



免疫力
めんえきりよく

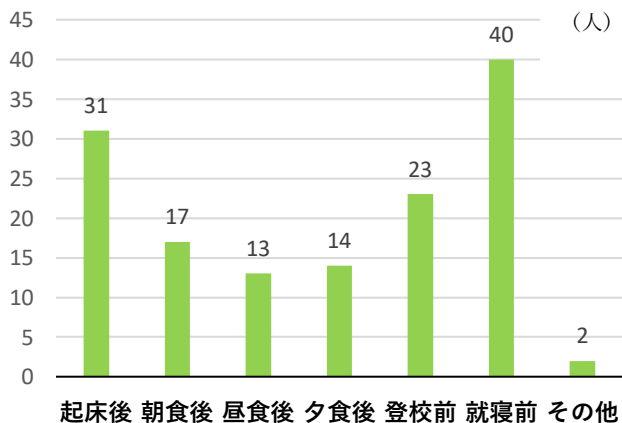


2学期に生活習慣のアンケートを実施しました。(回答: 1~4年生 59人)
一生、自分の歯で食事ができるように、歯と口の健康習慣を心がけましょう!

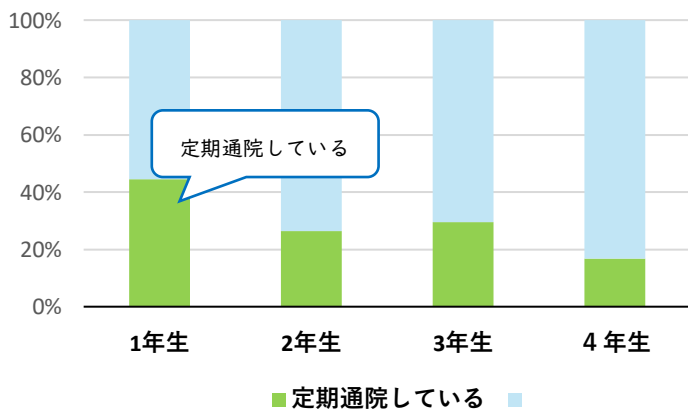
しっかり**歯**を磨こう



いつ歯みがきをしますか?



定期的に通院していますか? (%)



親しき仲にも礼儀あり! 身近な人間関係について



学校にはさまざまな人がいますね。

「親しき仲にも礼儀あり」は、親しい人に対しても守るべき「礼儀」があるという意味です。また、先生や先輩であっても「人の心を傷つけるような言葉や行動」があれば直してもらう必要があります。「お互いを大切に」という視点で、身近な人間関係について考えてみましょう。

レ「今の自分」をチェック!

心配なことは、相談してくださいね。

- 親しい友達がいる
- 人の言葉に傷ついた経験がある
- 先生や先輩には丁寧な言葉で話している
- 相手の気持ちを思いやる

時間を守っている?

借りたものはきちんと返している?

相手の気持ちを考えている?

「ありがとう」「ごめん」を伝えている?

話を最後まで聞いている?

口 けんかしたっていいんだよ



定時制生徒の皆さんが、「周りの人との関りで大切にしていること」(アンケート調査より 59人回答)

