

令和4年 1月17日

小樽双葉高校



あけましておめでとうございます!! みんな元気に学校に来れたかな??半分寝たまま学校に来た人もいるのでは…。また学校生活がはじまりますので、シャキッとキリっとしてくださいね。

さて、令和4年1枚目のほけんだよりは、主にみなさんへのお知らせです。

①女子トイレの生理用品について ②保健室前の掲示板について ですので、読んでみてください。

†\(\(\frac{+}\)\(\

~女子トイレの牛理用品について~

12月のはじめに配った「生理用品配付についてのお手紙」を覚えていますか?必要でも「恥ずかしい…」「行っていいのかな…」など、なかなか自分で取りにくるのは難しいと考え、女子トイレに設置することにしました。注意事項は、次のとおりです。

(注意事項) ・少なくなったら補充しますので、保健室または言いやすい先生に伝えてください。

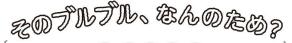
・あくまでも一時的な措置のため、なくなり次第終了となります。

以上のことを理解し、必要な生徒は、トイレ内にある紙袋から自由に使ってくださいね。

~保健室前の掲示板について~

冬休み中に見た人もいるかもしれませんが、新テーマは<u>「3年生へのメッセージ」</u>です。感謝や応援、報告など、どんなことでもかまいません。都治の先輩や受験する先輩へのメッセージ、もちろん、3年生が貼ってもOK!一緒にがんばって来た部治の仲間やクラスメイトへのメッセージも受け付けますよ~**「**

↑前回に引き続き、ネガティブなコメントは避けましょう♪



寒いとき

・ 人は生きていくため、体の中心 部の温度を一年中ほぼ一定に保っ ています。だからすごく寒いときには体温

が下がりすぎないように、体中の筋肉を小 刻みに震わせて熱を生み出しているのです。

感染症にかかったとき

ブルブル震えてきたと思った ら熱がぐんぐん上がった。これ は「体温を上げろ!」と脳が命 令したから。ウイルスなどの病原体は熱に 弱いため、筋肉の震えで体温を上げようと

弱いため、筋肉の震えで体温を上げようと しています。