

# よほけんだより 11月

令和4年 11月 2日  
唐津青翔高等学校 保健室

赤獅子、青獅子、浦島太郎～♪今日からみなさんが待ちに待った唐津くんちが始まりますね。「最近一段と寒くなってきたなあ。もうすぐ唐津くんちか！」と毎年、寒さとセットの唐津くんち。この時期は1日の間で気温差が大きいので、体調を崩しやすくなります。実際に「夜冷えたせいか喉が痛い。」「鼻水がとまらない。」と保健室にくる生徒が増えました。肌着を調整したり、適度に運動をしたりして体を温かく保ち、体調管理を行いましょう！

2年生は、11月13日～16日まで修学旅行ですね。楽しい修学旅行にするために、今のうちから体調管理をしましょう！特に、人が密集する唐津くんちは感染症にかかる可能性が高まります。マスク・手洗い・人との距離！万全な体調で全力で楽しむために、自分の行動を振り返りながら過ごしていきましょう。



## 感染症に負けない体を作ろう

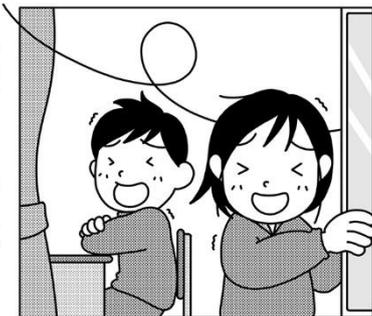
新型コロナウイルス感染症に加え、インフルエンザの流行季節となりました。学校医の田淵医院では、予約なしでインフルエンザワクチンを打つことができます。重症化を防ぐためにも予防接種を受けましょう！

もう、お済みですか？



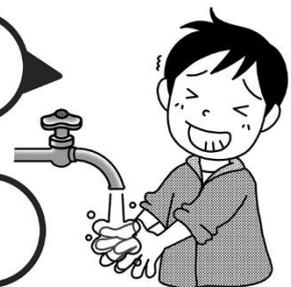
## STOP コロナ・インフルエンザ

寒いけど、  
がまん！



手洗い

換気



冷たいけど、  
がまん！



汚したら  
拭いておこう

流し忘れは  
ないかな？

はきものをそろえて

気持ちいい  
次の人にも  
いいトイレ

