



ほ け ん だ よ り 11 月 号



令和7年11月7日(金)
小牛田高等学園
NO.6

朝晩が肌寒くなり、紅葉が美しい季節となりました。

今年は、10月はじめから感染症にかかる人がしばしば見受けられます。手洗いやうがいで感染症予防をしましょう。
風邪気味の人は、マスクを着用して周囲に広がらないようにしましょう。

保健委員会が朝礼でアナウンスする

て あら 手 洗 い について



マスクのつけ方・はずし方

—マスクのつけ方—

- ① マスクを鼻の形に合わせてすき間をふさぐようにあて、ひもを耳に掛ける。
- ② あごの下までマスクを伸ばし、すき間なくフィットさせる。

*鼻だしマスク、顎マスクはやめましょう

—マスクのはずし方—

- ③ マスク表面を触らないようにひも部分を触ってマスクをはずしましょう
- ④ 手洗いをしましょう

あなたのマスクの装着方法は大丈夫ですか？



マスクのすき間はほぼ、あご先にできやすいです。マスクのすき間からウイルスが入らないようにしましょう

加湿器の稼働について

設置期間 11月25日(火)～11月28日(金)

教室で加湿器を稼働します。

最も快適な湿度は、50%～60%と言われています。

30%以下は、インフルエンザにかかりやすい状態です。

教室にある湿度計で確認し、環境を整えましょう。

2年生 修学旅行に伴う体温測定表の配布日

11月14日(金)

*11月17日～11月19日は朝、検温をお願いいたします。

日本スポーツ振興センターについて

学校の管理下においてけが等をした際、(医療費や調剤費等の合計が1500円以上となった場合に限り)医療費等を給付するものです。

事由(けが等)が発生してから2年以内であれば、請求をすることができます。

コゴガク生の自立への取り組み

～ピルケースに自分で薬を準備して、登校しています～

今年度より、薬を服用する寄宿舎生には、専用のピルケースを渡しています。一週間分の薬を土日で準備し、週始めに担任の先生に提出しています。Aさんは、卒業後を見据えて、自分で薬の準備をしています。今日は、そんな1年生Aさんにインタビューをしていきます。



質問1 いつから薬を自分で準備していますか？

Aさん: 1年生の5月ごろからです。

質問2 薬の準備をしてみて、難しいところはどんなところですか？

Aさん: 自分で準備すると薬の数え間違いや入れ忘れがあるので不安になります。

質問3 薬の数を間違えることがないように注意していることはありますか？

Aさん: 登校前に、ピルケースを開けてもう一度確認するようにしています。

臨時薬は期間限定の薬なので、いつまで飲むのかを注意しています。

新しい薬を始めるときは、お母さんに薬の確認を一緒にしてもらっています。

質問4 これからの目標はなんですか？

Aさん: 一人暮らしになっても、薬の管理をしっかり行いたいです。

Aさんありがとうございました。



保健室では、「うがい、手洗いにはげんでいる」、「自室の掃除を丁寧にしている」、「歯ブラシを正しく行っている」など自立に向けてがんばっているみなさんを紹介します。頑張っていることがあれば、ぜひ、保健室に教えてくださいね！

