

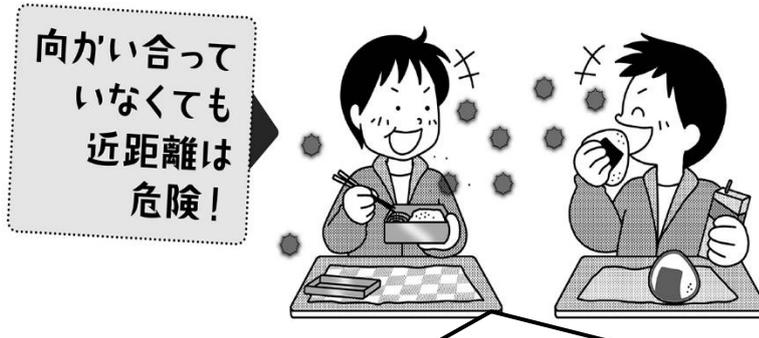


「皆さん、↓↓↓ できていますか？」

# ソーシャルディスタンス・マスクの着用・手洗い、消毒

新型コロナ感染者急増で、石川県は四段階で最悪となるステージ4「感染拡大緊急事態」に引き上げ、独自の緊急事態宣言が発令されました。期間は31日までです。県立学校では県内の学校同士での練習試合も禁止となりました。今は不要不急の外出を控え、「人との接触機会を減らすこと」を日常生活で徹底していかなければいけません。校内でも感染対策を一人一人が気を付けて、この5月を乗り切っていきましょう。

## 学校生活で特に気を付けて欲しい「昼食時間」



それ、濃厚接触です



友達とのお喋りは食べ終わってからマスクをつけて！  
ノーマスク会話は感染リスクがとても高いです！！

発症した日の2日前から確認します  
集団生活の中でも  
マスクと距離に注意すれば防ぐことができます



### Google 健康観察

忘れてくる人が毎日沢山います。朝の健康観察は必ず行い、入力・送信を忘れずに！

### 歯科検診結果のお知らせ

「むし歯あり」「C0 3本以上(むし歯かもしれない歯)」の生徒にお知らせを渡しました。必ず家の人に見せて、歯医者予約を取りましょう。もし、既に歯医者に行ったと言う人は保健室に報告に来てください。



### 13日(木)は2回目の尿検査

前回忘れた人は必ず提出すること。生理の人は提出せず必ず保健室へ報告に来てください。

ゴールデンウィーク明けは心身の疲れが出やすい時期です。更に、コロナ禍で学校生活にも制限があり、また、感染者数が増えてきていることでなんとなく不安だなと思っている人もいないでしょうか？保健室はいつでも皆さんのお話 Welcome です。加えて強力なサポーターが4月から西高に配置になりました。



**SC (スクールカウンセラー) 「川戸先生」です。**  
毎週木曜日の午後、相談対応してくれます。



## 「つかれ」のサインかも？

新しい学年やクラスになれようと、がんばっている人もいます。次のような状態の人はいませんか？

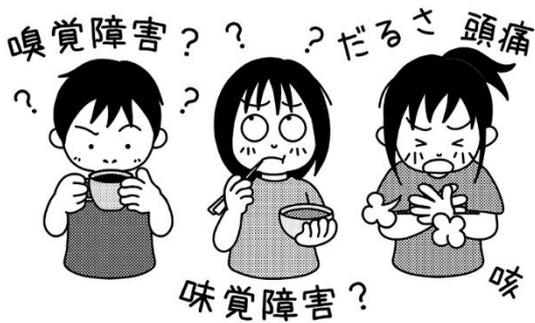
- やる気が出ない
- 不安がある
- イライラする
- 食欲がない
- なかなか眠れない
- 寝ている途中で目が覚める



## SCに気軽に相談してみませんか？

「相談したいな」と思った人は保健室、相談室に来てくださいね。

### Long-COVID



## 相談カアッパ 大作戦!!

### 5月病？ 6月病？



話聞いてみよう

### とにかく「言葉に」

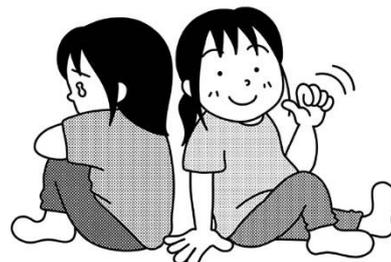
HELP



OUTPUT



### 一緒に考えよ？



ひとりじゃないよ

こまこまらっや