

保健だより

令和3年12月

兵庫県立相生高等学校 保健部



2枚の絵を見くらべて 7つのまちがいをさがそう!!



イラスト：岡林 玲

●マスクの着用は、ウイルスの侵入を防ぐ効果がある。マスクの着用は、ウイルスの侵入を防ぐ効果がある。マスクの着用は、ウイルスの侵入を防ぐ効果がある。

体を温める野菜を利用し。

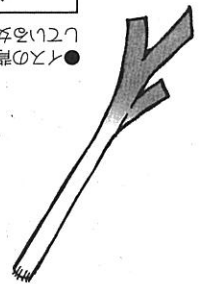
しょうが湯

しょうがをすりおろし、
お湯に混ぜる。
好みではちみつを
かえてできあがり。



ねぎ湯

おじん切りにした
ねぎを、お湯に溶かして
お湯に入れ
て飲む。



～2年2組 保健委員～

<保健室から>

- ・今年の秋は、暑い日が続いたかと思えば急に寒くなったりと過ごしやすい秋の日が少なかったですね。そして先月下旬より急に冷え込みが厳しくなってきました。これからは、暖かい食べ物、服装そして湯船にゆったりと浸かって身体も心も温めましょう。
- ・インフルエンザが流行する時季になりました。まだインフルエンザにかかった生徒は出ていませんが、昨年同様、体調管理に気をつけるとともにマスクの着用、手洗い、手指の消毒、換気等に気をつけて行動しましょう。