



《新型コロナウイルス感染症について》
国内での感染は止まっていません。
感染力の強いケースも散見され、完全に
安心できない状況です。ワクチン接種後
の感染も続いています。引き続き、感染
対策の徹底をお願いします。

鳥取県 HP より

😊 感染症対策の6つのポイント 😊

①マスク着用・手洗い・寒くても換気の徹底 	②屋外でも、人と人との距離を十分にとる 	③体調が悪ければ無理な登校・出勤はやめましょう
④会食時は大皿・箸の共用は避け、会話時はマスク 	⑤マスクをしていても大声を出して騒がない 	⑥帰省時など県外との往来の際は特に注意

鳥取県 HP より

😊 みんなで挑戦！ 緑チャレ12 😊

緑風高校では、「緑チャレ12」を実施しています。「緑チャレ12」とは、「緑風生が無限の可能性に自分なりのチャレンジをする12ヶ月間」のことで、毎月2つの目標に全校で取り組んでいます。

11月は 日々の授業に全集中 & シンデレラ（早寝）月間

11月末には中間考査があります。日々の授業に集中して取り組み、計画的に学習をすすめてみましょう。
また、10月に実施したライフスタイル調査では就寝時間が24時以降の人は全校平均で72%でした。寝るのが遅いと、起きる時間も遅くなります。まずは早く寝ることからはじめてみましょう。

11月の月間目標

中間考査に向けて、学校や家庭での学習に集中して取り組もう！

日々の授業に全集中!!!

緑風祭後は中間考査に向け、学習計画を立て総復習しましょう！

11月の月間目標
シンデレラ月間

「日付が変わるまでに寝よう」

授業中に寝てしまう

意欲・集中力の低下

身体と心の不調

夜更かしが身体に
よくない5つの理由

美容・お肌の敵！

生活リズムが乱れる

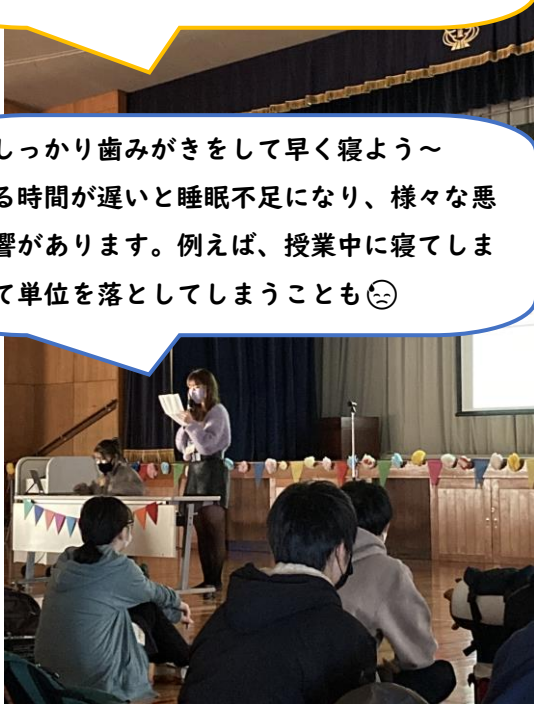
お知らせ 12月の緑チャレは「進路を考える」と「自分の考えを伝える」です！

😊 保健委員が発表しました 😊

保健委員を代表して、昼間部2年生の生徒が「歯と睡眠」について緑風祭で発表してくれました。

～11月8日は「いい歯」の日～
全校の治療率は12%でまだまだ少ないですが、18歳までの人は530円で治療を受けることができます！ 早期発見・早期治療😊

～しっかり歯みがきをして早く寝よう～
寝る時間が遅いと睡眠不足になり、様々な悪影響があります。例えば、授業中に寝てしまって単位を落としてしまうことも😓



むし歯予防の方法



- ・最低、**朝と夜の2回、鏡を見ながら**歯みがきをする
→ 歯みがきをする時間がない場合は
うがい、キシリトール入りガム
 - ・だらだら飲み食いしない《間食している人が多い》
 - ・歯みがきしたあと、寝る前に食べない
- 定期的に歯医者さんに行く《早期発見・早期治療》

改善策



- ・自分で**ルール**を決める
スマホの利用やゲームの時間を1日何時間と決めておくなど、自分の中でルールを決めてみる
- ・できそうなことから始める
まずは週に1度、早く寝る日をつくって**習慣**づける

😊 ストップDV！ ストップデートDV！ 😊

毎年11月12日～25日は、女性に対する暴力をなくす運動の強化週間です。あなたの「安全」「自由」「自信」「成長」は守られていますか？

《暴力のない関係》 《自分を大切に》 《相手も大切に》 この3つを大切にすてきな関係を！

生徒玄関に掲示中



恋愛関係《あなたはどっち派？》
スクランブルエッグ派？ 目玉焼き派？
「理想の関係」と思う方に
シールを貼ってみてください！
《鳥取県福祉相談センターさんより》