



2月14日(火)1・2年生も「学習の診断」です

2月14日(火)に、1・2年生は「学習の診断」、3年生は「総合第2回学習の診断」があります。



各学校の先生が授業で教えたことを基に作る中間や期末テストとは違い、香川県の公立中学校の生徒全員が同じ問題に取り組みます。校内の順番はつきますが、県全体の平均点と比較することによって、みなさん一人一人の「理解できている内容」「理解が不十分な内容」を明らかにするテストです。みなさんは、全力を尽くして取り組んでください。中途半端な気持ちで受けると、自分が学習内容をどれだけ理解できているかが判定できません。ただテストを受けて疲れるだけで、次につながりません。今後の成長に役立てるためには、みなさんの現時点での全力が必要です。また、先生方にとっても、授業指導の工夫・改善に生かす貴重な資料になります。進路を考えるうえでとても重要なテストですので、しっかり準備してください。

<名言 準備する大切さ>

- ◆ 苦しいから逃げるのではない。逃げるから苦しくなるのだ。ウィリアム・ジェームズ（心理学者）
- ◆ 失敗？これはうまくいかないということを確認した成功だよ。トーマス・エジソン（発明家）
- ◆ 平凡なことを毎日平凡な気持ちで実行することが、すなわち非凡なのである。アンドレ・ジッド（作家）
- ◆ 努力する人は希望を語り、怠ける人は不満を語る。井上 靖（作家）
- ◆ 「勝つ意欲」はたいして重要ではない。そんなものは誰もが持ち合わせている。重要なのは、勝つために「準備する意欲」である。ボビー・ナイト（バスケットボールコーチ）
- ◆ 努力して結果が出ると自信になる。努力せず結果が出ると傲（おご）りになる。努力せず結果も出ないと後悔が残る。努力して結果が出ないとしても経験が残る。（発言者不明）

医者のインフルエンザ対策 2

インフルエンザによる出席停止の期間は、法律で、最低「インフルエンザによる症状が出た後五日を経過」し、かつ、「熱が下がった後二日を経過」するまでと決められています。つまり、最低でも五日間は登校することができません。ただし、欠席にはなりませんので安心してください。出席停止期間の数が分かりにくいと思いますので、もしインフルエンザと診断されたら、学校に電話して、いつまで出席停止となるのか必ず確認するようにしてください。

さてコロナが流行する前に、30年近くインフルエンザにかかったことのない内科医に、その秘訣を聞くというテレビ番組を見ました。冬季には毎日50人くらいのインフルエンザ患者の診察をしているのに、なぜインフルエンザにかかったことがないのか、その対策を教えてもらおうという番組でした。

その先生は、診察時にはマスクを着けています。一人診察するごとに手洗いをします。もちろん食事や睡眠には気をつけているそうです。次々と患者さんが入ってくるので、うがいは1日に2、3回しかできないそうです。そこで、その先生が実行しているのは、一人診察するごとに、喉がかわいていてもいなくても、必ず水や薄い緑茶を飲むことだそうです。もちろん、うがいは効果的なのですが、のどの浅い部分しか洗えないことが多く、のどの奥についたウイルスを外に出せないことも多いようです。これに対して、水や緑茶を飲むと、のどの奥のウイルスが洗い流されて胃に入っていきます。胃には強い酸を含む胃液があり、この胃液がインフルエンザウイルスを殺してしまうそうです。冬はあまりのどが渇かないので水筒を持って来ない人が多いようですが、水筒を持ってきて、休み時間ごとに水や薄い緑茶をゆっくりと飲むようにしてみましょう。

