

寮生通信 10月



福島県立田村高校 八島台寮

10月は寒暖差で体調を崩しやすくなり、冬にむけて感染症のリスクが高くなる時期です。寮は生活の場なので、学校の教室より感染症には十分に気をつけないとあっという間に広がってしまいます。また、八島台寮は静養室が1室なので、すぐに混みあってしまう心配があります。十分に気を付けながら生活しましょう。

疲れやストレス、睡眠不足、栄養の偏りも体調を崩す要因でもあるので、それらが蓄積しないように、自分なりの解消法を見つけることと、おかしいなと思ったら早めに受診をするなど、自分の体を大切にして過ごしてほしいと思います。

勉強に部活動に、さらに3年生は進路活動も重なって色々大変な時期になっていますが、どれも大切なことなので、地道にコツコツと自分を信じて励んでほしいと思います。

暖房について



エアコン暖房の使用期間は、冬期間の12月～3月です。(※原則)

ただし、それ以外でも気候や気温に応じて柔軟に対応したいと思っています。適切に使ってもらいたいので、皆さんにも節度を持った使用をお願いします。例えば、登校する際、部活へ行く際など消し忘れに注意しましょう。お部屋を暖かくして半そで・短パンで過ごす人もいますが、節電の観点から、しっかり着込んだ上で暖房を使用しましょう。

※12月までの間も、外気温が低く、とても寒い日は使用可となるので、その際は掲示版等でお知らせします。

＜お部屋を効率的に暖かくするコツ＞

★サーキュレーター・扇風機を併用して、暖かい空気を全体に循環させましょう。

みんなで使うトイレに、気を配りましょう！



ほとんどの寮生の皆さんがきちんと使ってくれているため、一部の方が悪目立ちしている状況が続いています。個室トイレを使った後、きちんと汚れていないか確認し、汚れていたらキレイに清掃をする。当たり前のことを当たり前にできるようにしましょう。これから感染症が増える時期になります。排泄物からも感染の恐れがあります。自分だけのことだけではなく、他者にどれだけ迷惑がかかるのか想像して過ごしてください。また、自分が入ろうとしてひどい汚れがあった際は、すぐに教えてください。早めに清掃をします。

生活を見直しましょう！

5月以降、舎監監督者が宿直や日直を担うことによって、先生方が寮に来る頻度が少なくなりました。先生がいなくても、自分たちで気付いて自浄作用(自分たちの力で問題などを解決し、より良くしていこうとすること)で、しっかりとルールや時間を守って生活しましょう！！

① 帰宅時間について

⇒所在確認の観点から、19時を過ぎる場合には必ず寮に電話をして帰宅時間を伝えるようにしましょう。

② 門限について

⇒21:00を必ず守ります。保護者と一緒でも21:00です。21:00の点呼には必ず出ます。(安全確認のため)

③ 電化製品の持ち込みについて

⇒9月に寮のブレーカーが落ちることがありました。業者さんに診てもらった結果、漏電が電化製品の短絡(ショート)が原因とのことでした。各部屋を見ると、電化製品の持ち込みがあったため、改めて確認します。

寮ではスマホやタブレットなどの充電を除き、コンセントが必要な物品は持ち込めません。

※なお、「布団乾燥機」と「靴乾燥機」は寮で購入し、みんなで共用できるようにします。

④ 朝の清掃について

⇒朝の点呼が終わったら全員で清掃を行います。終了後、舎監の先生が巡回し、不足しているところがあれば再度行うように促すようになります。清掃後、朝食になります。しっかり行いましょう。

⑤ 食事の残食量について

⇒残食が多い状況が続いています。朝食の残食多いのが心配です。朝食の大切さに気付き、少しずつ工夫がみられる生徒もいます。高校生であり、かつ運動部であることを理解し、食べること＝体づくりであることをもう一度考えてみましょう。栄養などの知識も深め、自分に必要な食べ物(栄養)を選んで食べる力を身につけましょう。(インスタント食品やジュース類は楽しみの一部であって、それを軸としては食生活が成り立ちません。)

11月の予定

3日(月) 文化の日

5日(水)～7日(金)

Jr.インターンシップ

7日(金)・10日(月)・11日(火)・

13日(木) ゴルフ実習

16日(日) ふくしま駅伝

23日(日) 勤労感謝の日

27日(木)～12月2日(火) 期末考査

※寮生会議:未定(分かり次第お知らせします。)

11月ゴミ当番

◎吉田昊

1F 大竹、棚辺

2F 阿部、鈴木湊

3F 吉田昊、芳賀、諸岡

月・木が活動日です。

よろしくお願いします。

