



令和2年12月
宇都宮市立上河内中学校

今年も残りわずかです。みなさんにとって令和2年はどんな1年でしたか？ 新型コロナウイルスの影響で、変わってしまったこと、我慢しないといけないこともたくさんあったと思います。みんな、本当によく頑張りました。

明日から冬休みです。1年の疲れが出て体調をくずしてしまわないように、「手洗い」「マスク」「ソーシャルディスタンス」「3密をさける」といった感染症予防対策を徹底した上で運動不足や昼夜逆転の生活にならないよう、十分注意して過ごしてくださいね。



上河内中学校版
新しい生活様式
Ver.2

第5回姿勢の日
12月15日(火)



上河内中学校版「新しい生活様式」の周知をしました。
みなさん、感染予防に努めましょう。 健康委員会



他人事じゃない！

トラブルに注意



令和元年、SNSから犯罪被害にあった18歳未満の子どもは、2,082人*。

被害者数は過去最多で、

特に中学生は847人（前年比+223人）と大幅に増加しました。

会社員の男がSNSで中学3年の女子生徒と通話中、集団レイプしに行くなどと脅迫して裸にさせ、その状況をビデオ通話にして録画した。

会社員の男が女子中学生になりすまし、SNSを通じて知り合った男子中学生に、スマホで撮影した全裸の動画を送信させた。

便利で楽しいはずのSNSが、こんな怖い事件につながってしまうことがあります。SNSで知り合った人が、みんないい人だという保証はありません。



あなたの使い方は、本当に大丈夫？

※警察庁「令和元年における少年非行、児童虐待及び子供の性被害の状況」



レッツ・チャレンジ！
7つのまちがいさがし



↑↑↑ 答えは上河内中の HP「R2 保健だより12月」をご覧ください！



栃 木 県 医療危機警報

期間

令和 2(2020)年 12 月 24 日（木）～令和 3(2021)年 1 月 11 日（月）

年末年始の過ごし方に関するお願い

県民の皆様へ

- 不要不急の外出はできるだけ控えてください。
- 年末年始の帰省については慎重に検討してください。
 - 感染拡大地域への帰省はできるだけ避けてください。
 - 県外からの帰省も含め、年末年始の帰省については、必要性をはじめ、混雑を避けるための時期、帰省先での感染防止対策について、御家族などと相談し、慎重に検討してください。
 - 特に、**普段は一緒に過ごしていない親族・友人間での大人数・長時間の飲食・飲酒は自粛**してください。
- 初詣は混雑する時期を避けてください。
- 成人式は感染防止対策を徹底してください。
 - 体調が悪い人は参加しないでください。
 - 会場やその周辺では密集をしないでください。
 - 式典の前後には、飲食を控えてください。（大人数・長時間の飲食・飲酒は自粛）

まちがいさがし 答え



