

おかげさまで、今年も、スクールIE本社・社長から表彰されました！！

今年も残り10日余りとなりました。時折寒波が訪れ冷え込む日もありますが、皆さんは今年の年末をどのように過ごされているでしょうか？受験生の皆さんにとっては、いよいよ勝負の冬休みになります。泣いても笑っても、あと1ヶ月で入試が始まります。中学受験の皆さんは、年明けすぐですね。これまでがんばってきた自分を信じて、最後に調整を行なう冬休みにしてください。また、インフルエンザに備え、手洗い・うがいをしっかり行ない、体調管理には十分気をつけてください。受験生でない人たちは、年が明ければ、新しい学年になりますね。お正月には、ぜひ、一年の目標を、お父さん・お母さんに聞いてもらい、実現できるよう、新年ががんばっていきましょう。



タップについてきてくれ、ほとんどの生徒さんが成績を上げてくれ、WinBeを含め、170名の方に通っていただける塾になりました。その結果、先日、スクールIE本社・社長より、優秀教室賞を頂戴いたしました。優秀教室賞は今年で3年連続の受賞です。ひとえに、皆さんのおかげだと感謝しております。しかし、その反面、多くの生徒様に通っていただいているがゆえに、お一人おひとりに目が行き届いているか不安な毎日でもあります。なるべく多くの生徒様・保護者様のご要望を毎月でもお聞きしようと試みておりますが、時間的に厳しいのが現実です。我々のモットーは、「できることはなんでもやっています！」です。少し、無茶だと思われる、何とかしてみせます。何か、ご要望・ご満足いただけていない点などございましたら、ご遠慮なくご連絡ください。来年も皆さんに「通って良かった」と思っていたいただける塾になるよう、先生たちと頑張ります。

ERIRINのヘルスクエア講座 第9回

インフルエンザ予防法

今年もインフルエンザの時期がやってきました。IEの教室でも、インフルエンザにかかったり、学級閉鎖のためお休みになる生徒さんが増えました。そこで、今日は、ワクチン接種以外の日常生活でできる予防法を考えていきたいと思えます。

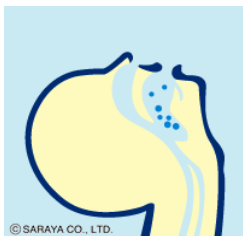
長崎大学の松本名誉教授によると、インフルエンザの予防法としては、以下の5つがあげられるそうです。

1. 栄養と休養を十分取る
2. 人ごみを避ける
3. 適切な温度、湿度を保つ
4. 外出後の手洗いとうがいの励行
5. マスクを着用する

今回は、効果的ながいと手洗いの方法をご紹介します。

うがいの方法

①うがい液を口に含み、唇を閉じてほっぺたの筋肉を動かす、「クチュクチュ」と口の中を洗います。



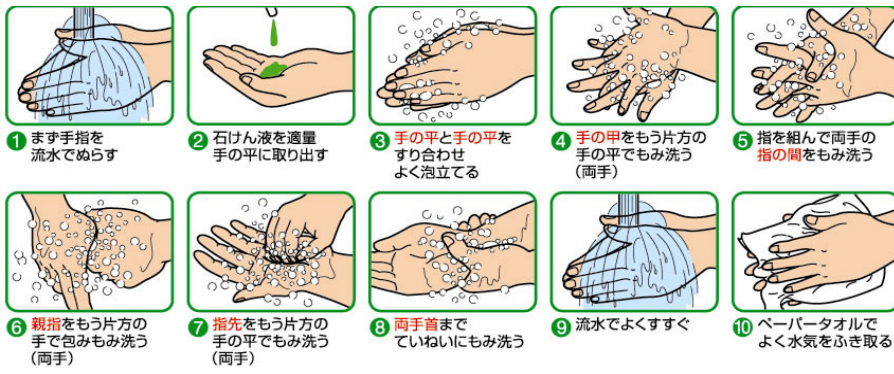
- ②次に上を向いて、「オオオ…」と声を出してのどを洗います。声かふるえはじめると、それはうがい液が口蓋垂の奥へ届いている証拠です（初めてのときはちょっとビックリします）。
- ③冷たいうがい液が、口の中で温かく感じられてきたら吐き出します。
- ④この①～③の行為を数回繰り返します
水だけのうがいでもかぜの予防効果があることが実証されましたが、適切なうがい薬を使用すれば、その効果がより高くなるのが期待できます。健康管理のための日常的ながいには、安全性が高く、作用の穏やかなうがい薬（コロロやコロロSP）が有用と思われ、殺菌力はヨウ素系うがい薬と比較すると弱いものの、洗浄力があるため、殺菌とともに洗い流す効果が期待できます。



手洗いの方法

石けん液を泡立てながら、もみ洗いをしましょう。手についたウイルスを洗い流します。洗ったあとに手をしっかり乾かすことも大切です。石けん液と流水による手洗いに加えて、手指の消毒を行いましょう。手洗い後に行うとより効果的です。手指消毒用アルコールは、しっかりすり込みましょう。

手洗い手順 (石けん液) © SARAYA CO., LTD.



SARAYA
http://www.tearai.jp/

今年の漢字「絆」

2011年の世相を表す「今年の漢字」に「絆」が選ばれ、清水寺（京都市東山区）で12日、森清範（せいはん）貫主が特大の和紙に揮毫（きごう）しました。

今年は過去最多だった昨年より21万票以上多い49万6997票が集まり、「絆」が6万1453票を得ました。



理由は挙げた人が多かったようです。2位以下も「災」「震」「波」など災害の影響を反映した字が多かったようです。昨年までの「今年の漢字」を見比べてみましょう。「今年の漢字」をみると、その年に何があったかを思い出すきっかけになりますよね。



95年は、阪神・淡路大震災とオウム真理教事件がありました。96年は、0-157食中毒と狂牛病が発生し、汚職事件も多発しました。97年は山一証券の倒産とサッカーW杯初出場の年でした。98年は、和歌山カレー事件。99年は東海村臨界事故。2000年は、シドニー五輪で金メダルラッシュと新500円硬貨・二千円札が発行されました。01年は、米国同時多発テロ。02年は北朝鮮から拉致された5人が帰国しました。



03年は、阪神が18年ぶりにリーグ優勝。05年は愛・地球博。06年は、新王「悠仁さま」ご生誕。08年は、リーマンショック。来年はどんな一年になり、来年の漢字は何になるのでしょうか？来年は、05年、06年、09年のような、ポジティブなイメージの一年であってほしいと願って止みません。

1月の予定表

12月23日(金・祝)～01月09日(月・祝)
冬期講習会
01月01日(日) 元旦特訓(受験生のみ)
01月02日(月)・03日(火) 休校日
01月09日(月・祝)
コンピュータテスト(ぜんけん模試) 中1・2:午前、中3:小学生:午後(予定)
01月11日(水)～17日(火)
市内中学校で後期期末テスト(中3のみ)
01月21日(土) 津田学園・特待生選抜
01月22日(日) 津田学園・自己選択選抜
01月27日(金) 海星・メリノール入試日
01月28日(土) 中1・中2集団授業スタート
01月30日(月) 暁高校(三年制)入試日
02月04日(土) 第5回ぜんけん模試(中3のみ)

冬休み(冬期講習)期間中の授業日時について

12/23～1/9は、通常授業分も含め、いつもの曜日・時間に關係なく、お一人づつ専用の時間割「冬期講習日程表」を送付しておりますので、冬期講習日程表を見て来塾下さい。また、振替のご依頼は前開室日の15時までにお願いしております。冬休み中は、13時～18時台の授業時刻を変更させていただきます。ご来塾の際に、授業時刻を今一度ご確認ください。



桑名中央校

〒511-0058 桑名市千代田町38 岡村ビル2F

TEL 0594-27-4050 FAX 0594-27-4051 info@dct-ie-mie.jp