

Laporan Berita Harian

Cuaca Ekstrem, Kamad Imbau Siswa dan Guru Jaga kesehatan Tubuh

Foto Berita

Penulis: Humas MTsN 1 HST

Satker: MTsN 1 HST

Point:

Tanggal: 21-10-2024

Status: Published

Views: 495

Isi Berita:

Pantai Hambawang (MTsN 1 HST) – Kepala Madrasah Tsanawiyah Negeri (MTsN) 1 Hulu Sungai Tengah (HST) H. Syaiful Rahmani, S.Ag., M.Pd.I, mengimbau kepada semua siswa dan guru agar menjaga kesehatan tubuh. Hal tersebut, dikarenakan kondisi cuaca saat ini sudah mulai memasuki musim penghujan yang dinilai cukup ekstrem. “Karena bertepatan dengan kondisi cuaca yang hujan dan dingin, kami mengimbau agar semua siswa dan guru serta tenaga kependidikan madrasah agar menjaga kondisi kesehatan tubuh mereka,” katanya, Senin (21/10/24) di ruang guru. Kamad menambahkan musim hujan yang sering terjadi sekarang ini dapat membuat kesehatan tubuh semakin menurun sehingga dapat dengan mudah terserang berbagai macam penyakit. “Cuaca yang kadang tidak menentu dapat mengakibatkan penyakit, seperti flu, demam, diare dan demam berdarah,” tambahnya. Lebih lanjut dikatakannya, dalam menjaga kondisi kesehatan, bisa dilakukan dengan membiasakan diri menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) yaitu dengan rajin berolahraga, makan makanan sehat dan bergizi serta istirahat (tidur) secukupnya. “Kita lakukan olahraga secara rutin seperti senam pagi, memakan makanan yang bergizi dan istirahat yang cukup serta mengurangi kegiatan di luar rumah yang tidak perlu,” terangnya. Kamad mengingatkan, agar setiap siswa menyiapkan jas hujan atau payung di tasnya. Hal tersebut guna mengantisipasi kehujanan saat berada di jalan atau di luar lingkungan madrasah. “Saya juga berharap, para siswa tidak bermain hujan. Termasuk, meminta pada orang tua untuk sebisa mungkin menyiapkan bekal makanan, sehingga anak-anak tidak jajan sembarangan,” harapnya. (Rep/Ft. : Fauzi/Ahmad)