



ほけんだより



夏休みまで、あとわずかですね。新入生の皆さんは、すっかり学校に慣れた様子。先輩たちは、優しいでしょうか？今年の夏休みは、日頃疲れた体を、ゆっくり休める時間が取れますように祈っています。自分なりに楽しく、充実した時間を過ごして下さい！！

今月の保健行事

16日(金)性教育講演会(全生徒対象)①②

今年は、性暴力についてお勉強します。「ゆあさいどくまもと」という性暴力被害者サポートセンターの方が講義に来てくださいます。耳慣れない言葉ですが、きっと役に立つお話ですので、しっかり学んでください。保護者の方も参加できます。是非誘って、一緒に聞きましょう。

保健より

健康診断の結果を個人票に記入して、家庭または本人にお渡しします。治療勧告された事柄については夏休みを利用して(メガネを作ったり、歯の治療をしたり、眼科や耳鼻科には、心配な結果の人もいます。)専門医に見てもらって、新学期には元気に学校生活を始められますよう、治療をよろしくお願いします。

給食委員会より

食堂の壁には、給食ニュースをたくさん貼っています。月代わりで、新しい内容になっていますので、読んで人生の糧にしてください。

環境係より

「熊工エコ宣言」誰もいない時、使わない時は、教室の電気を消しましょう。ゴミは分けて捨てましょうなど、SDGs:エスディーズ(持続可能な努力目標)を。1人1人の努力は小さいけれど、みんなで頑張れば大きな目標達成になります！日頃、使っている場所も綺麗にして、感謝の気持ちで一学期を終わりたいですね。



～教育相談の窓～

今月の来校日は2回です。

1日(木) 17:30～
15日(木) 17:30～



★振り返りシートで、面談の必要と思われる生徒を呼びます。

(8月にはソーシャルスキルトレーニングの講座も開きます。コミュニケーションの苦手な人、就職に向けて訓練しましょう。自由参加です)

~~~~~あなたの悩みを話して~~~~~

熊本こころの電話 096-285-6688(年中無休11:00~18:30)

熊本いのちの電話 096-353-4343(年中無休24時間)



~~~~~何でも聞いてくださいます。携帯に、ぜひ登録しておいて下さい。

～裏面は、「ちょこっと知識の泉」です。見てね～

裏面



ちょこっと知識の泉

～「蚊」～編



この原稿を書いている間に、足にチクチク刺してくるのは「蚊」！？
ついに蚊の季節到来ですか！！

さて蚊に刺されないためにどうしたらいいか、知っていますか？

①蚊が嫌う食べ物：にんにく

※ダニなどにも効果が、あるそうです。

ビタミンC、B1、B6を多く食べておくと蚊が来ないそうです。
(豚肉、うなぎ、すいか、みかん、いちご、青魚など。)

②蚊が好きなもの

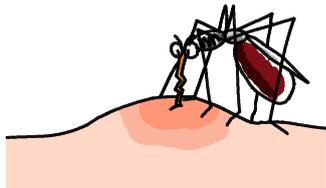
- ・好きな食べ物：チーズ：蚊が寄ってきます。
(足のおいに似ているそうです。蚊はよく足に寄って来ますよね。
★足の裏を除菌シートで拭いておくと、効果抜群です)
- ・好きな飲み物：ビールなどのお酒：蚊が寄ってきます。
- ・好きな空気：CO₂ (二酸化炭素)
(CO₂は、息にたくさん含まれます、人間は、食べすぎると、
たくさんのCO₂を吐くそうです。スポーツをする時も大量の
CO₂を吐くので集まってきます。また、太っている人も多く
呼吸することがあるので、大量のCO₂を吐くらしいです。)
- ・好きな血液型：O型が一番好き♡
AB型、B型、A型の順に低くなります。
- ・足の裏のにおい

Q さてここで、問題！蚊が好きな色は何色でしょうか？

赤？ 青？ 黄色？ 黒？ 白？

⇒正解：黒

(蚊は、緑や黄色など明るい色を嫌うそうです。明るい色を着ましょう。)



見ているだけでかゆくなりそう！

蚊に刺されたところが水ぶくれなどになる人は「蚊アレルギー」かも
しれません。皮膚科を受診しましょう。