

# ヘルテック3号

熊本工業高等学校  
生徒保健委員会  
イン2、情報2  
建築1、イン1

中間考査が終わりました。教室の換気・手洗いの徹底をお願いします。

## 教室の照度検査・黒板 色彩検査を行いました!!

中間考査の午後、学校薬剤師の渡部先生と、熊大の大学生と一緒に検査にまわりました。ご協力いただいた教室や先生方、大変お世話になりました。

照度・まぶしさの検査結果をお知らせします。



### 【機械科1年 教室】

教室照度 最大：最小=4.2：1

黒板照度 最大：最小=3.6：1

◎薬剤師コメント…窓側が特にまぶしいので、カーテンを使用してください。

### 【土木科3年 教室】

教室照度 最大：最小=測定不能

黒板照度 最大：最小=2.4：1

◎薬剤師コメント…時間帯で変わるかもしれませんが、今回は測定不能くらいまぶしかったです。必ずカーテンを使用して下さい。

### 【美術室】

教室照度 最大：最小=11：1

黒板照度 最大：最小=1.5：1

◎薬剤師コメント…

後ろの席がまぶしいのでカーテンの使用が必要です。まぶしさで後ろからテレビが見えないので、見えやすい場所に移動するなど工夫をお願いします。

### ★照度検査基準値

黒板：300lx [ルクス] 以上

黒板・教室：500lx以上が望ましい

授業中は、黒板を見たり、机の上の教科書やノートを見たりするため、

**教室・黒板の明暗の差が大きいと、目の疲労の原因になります!**

教室及び黒板の**最大照度**と**最小照度**の比が「**10：1**を超えないことが望ましい」とされています。

## 生徒保健委員連絡協議会

### 研修2 感想

- 「同性愛、異性愛に相違はない」という言葉にとても共感しました。
- 法により、同性愛者の方の結婚は難しく、OKがなかなか出ない理由について疑問を持ちました。G7がG6と言われるほど日本は遅れているのだと思いました。
- 今までLGBTQについて学んでこなかった人、出会って来なかった人々が、差別的な発言をしてしまうことを知りました。

- 「子どもが熱を出したので、有給を取らせてください」という言葉を文字で見た時、男性女性どちらの声で頭に流れるか?と問われ、私の中では女性の声で流れました。今の世の中では男女関係なく育児休暇を取れるようになっていきますし、育児は女性がするものでもありません。自分の「普通」の根拠が、何によってできているのか、「普通」とは何か、よく考えて過ごしていきたいです。

# 生徒保健委員連絡協議会へ 行ってきました！

11/7（火）に保健委員の意識を高めるための研修へ参加してきました。研修内容を報告します。

## 研修 1（研究発表）

### 【発表 1 東海大星翔高校】

- 生徒数1275人、保健委員の数72人の大規模校です。保健委員会では細かく係りを分けて活動しているそうです。生徒玄関前に掲示物を貼り、健康情報を発信しているそうで、熊工保健委員も見習いたいと思いました！

### 【発表 2 第一高校】

- 第一高校では、アンケート結果から約8割の生徒が授業中に眠気を感じていることが分かったそうです。そこで、眠気予防には軽い運動が効果的！と、これまであった業間体操\*をアレンジし、文化祭で紹介したそうです。私たちも実際にやってみました。体がほぐれ、スッキリしました！  
\*業間体操・・・2時間目後の休み時間に5分間音楽を流して行う体操。強制ではなく、個人で自由に取り組むそうです。



多くの参加者の前で山本さん（情報2）が発表者へ質問をしてくれました！  
内容がより深まる素晴らしい質問でした。

役員の仕事も  
がんばりました



## 研修 2（講演）

熊本市在住のこうぞうさん・ゆうたさんが、「誰もが希望を持ち生きられる社会になってほしい」という思いを込めてLGBTQに関するお話をしてくださいました。性的指向や性自認・ジェンダー表現のこと、パートナーシップ制度などのお話がありました。

### 「既に共に生きているLGBTQ+」 講師：こうぞう氏・ゆうた氏

★こうぞうさんは、好きな男性へ自分の思いを伝えたことがあるそうです。

↓↓その後、相手の男性からの言葉↓↓

「お前が好きになったやつが、たまたま女性を好きだっただけで、俺は何もしてやれないけど、話ならいつでも聞くぜ」

こうぞうさんは、自分の存在を否定せずに向き合ってくれた彼のこの言葉が嬉しかった、とおっしゃっていました。

←講演を聞いた感想です。