

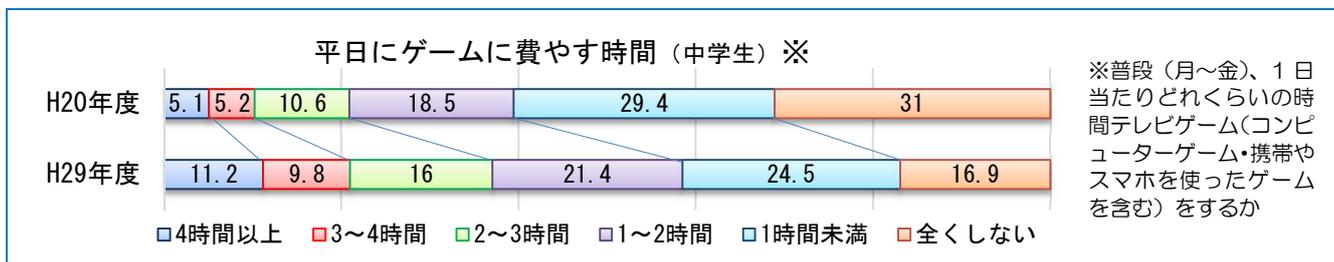
ヘルテック学年末号

2019年2月発行
熊本工業高等学校
生徒保健委員会
作村（建築2）
亀井（繊維2）
高松（イン1）

熊工生は大丈夫？ スマホ・ゲーム使用時間を考えよう

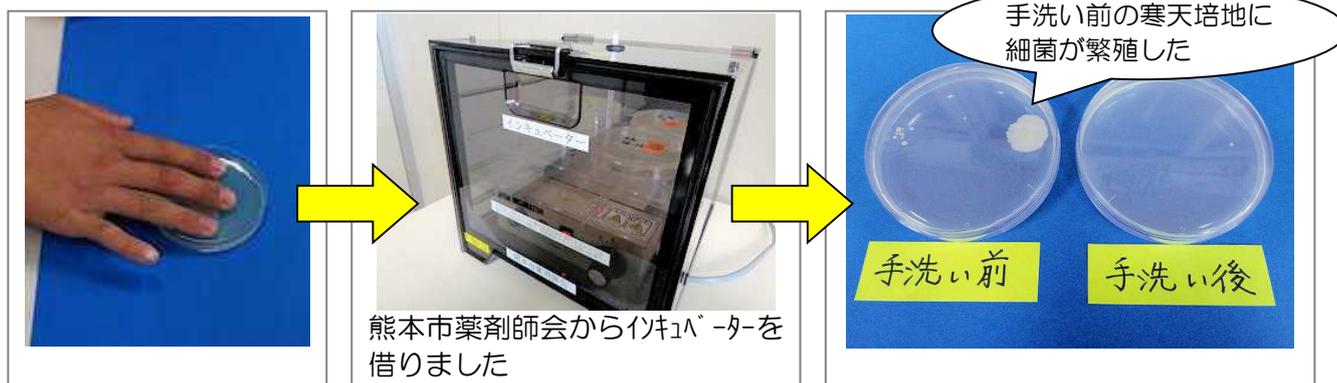
文科省が行う小・中学生対象の調査によると、この約10年間で1日に4時間以上テレビを見ている人は減少しているものの、1日に4時間以上ゲームをしている人は増加していることがわかりました。

特にオンラインゲームは、やめたくてもやめられない依存状態になっている人もいますので、ゲームをする場合は時間を決めて利用することが大切です。【全国学力・学習状況調査（小・中学生対象）結果より】



保健委員が手洗いの実験をしました！

実験方法 1年生の保健委員が、4時間目の体育の後、手洗いをしていない手指・石けんで手洗した手指をそれぞれ寒天培地につけ、インキュベーター（ふ卵器）で48時間培養しました。



授業の後に、そのままお弁当を食べていませんか?! 手にはたくさんの細菌がついています。食事前には必ず手をきれいに洗いましょう!!



保健室前に実験結果を掲示しています!

教室の空気汚染状況検査をしました

測定方法 検知管により教室内空気を90秒採取し、その汚染度を見る。

測定日時 1月30日(水) 5限目授業中

基準値 CO₂濃度：1500ppm以下 気温：冬季10℃以上(18℃~20℃)

測定結果【上段：二酸化炭素濃度、下段：測定時間】		
電子 1年	4000ppm (22℃) 13:43	2000ppm 13:55
	5分間欄間換気	3分間窓全開換気
土木 2年	3500ppm (19℃) 14:05	1000ppm 14:10
		3分間窓全開換気
インテリア 2年	4300ppm (22℃) 14:13	1500ppm 14:20
		3分間窓全開換気

検知管で教室の空気を調べました!!



学校薬剤師からの指導

今回の検査では、5分間欄間換気や3分間窓全開換気を実施しましたが、CO₂基準値以下にならないこともありました。また、臭気も取れなかったため、休み時間には5分間の窓全開換気を勧めます。

食物アレルギーの危険性を知ろう!

玉子や小麦など、特定の食品を食べたときに、目の腫れや皮膚のかゆみなどの症状が生じることを食物アレルギーと言います。食べるのはもちろんのこと、触れただけでも症状が生じる危険性がある疾患で、好き嫌いとは大きく異なります。ひどいときは、さまざまな症状が一度に出て、血圧が下がり、意識を失う重い症状(アナフィラキシーショック)が生じる恐れがあるので、普段から十分に注意をする必要があります。

* 主な症状 *

- 目の腫れや充血
- くしゃみや鼻水
- 口や皮膚のかゆみ
- じんましん
- 頭痛
- 腹痛
- 吐き気
- のどや胸の締め付け
- 呼吸困難



原因の食品が含まれている場合があるため
むやみにおかずの交換をしない