

# ヘルテック 1月号

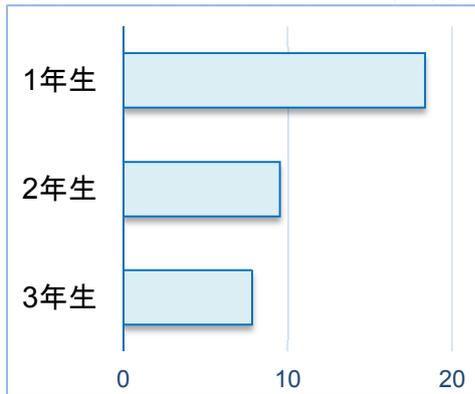
2020年1月発行  
熊本工業高等学校  
生徒保健委員会  
作村（建築3）  
吉川（建築2）

2020年スタートし、寒さも厳しくなってきました。風邪やインフルエンザなどの蔓延を防ぐために、一人一人が予防を意識した行動をしましょう。

## むし歯の治療をしていますか？

特に3年生は  
卒業前に  
治療しよう！

【熊工生の歯科受診状況（%）】



定期健康診断後「歯科検診結果のお知らせ」を受け取ったまま、後回しにしている人はいませんか？左のグラフは、「お知らせ」をもらった人のうち、歯科受診報告書を提出した人の割合です。

「部活や用事があって忙しくて行けない！」と思うかもしれませんが、時間は自分で作り出すもの。計画的に生活することを意識してみましょう。

また、歯科受診後の報告書が未提出の人は、早めに保健室に提出してくださいね。

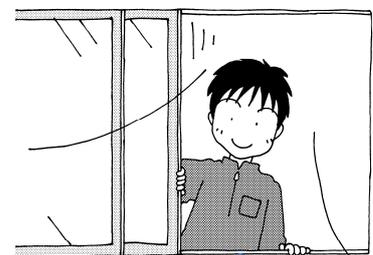
2学期末に「歯科検診結果のお知らせ」の**再発行分**をもらった人は、今学期中に歯科受診して、報告しましょう！！

## 教室の換気（校内放送実施中）

保健委員会では、みなさんの換気への関心を高めるため、昼休みに校内放送をしています。みんなで声掛けをして、教室の空気の入れ換えをしましょう！！

**換気をしないと・・・CO<sub>2</sub>濃度が高くなる！！**

- 二酸化炭素が増えると、頭痛などを引き起こす
- インフルエンザなどのウイルスに感染しやすくなる
- イヤなおいがこもる
- チリやほこりがたまり、アレルギーの原因になることもある



休み時間の換気に協力しよう！

【お知らせ】教室の空気汚染状況検査を実施します

期日：令和2年1月23日（木）5時間目 実施者：学校薬剤師 渡部佳子先生  
方法：検知管（CO<sub>2</sub>）で教室の空気を1分30秒間採取し、その汚染濃度を見る。  
場所：電気1年、繊維工業1年、建築3年

※検査結果は、後日お知らせします！！

## \*\*\*\*\* 素敵な熊工生にインタビューしました！\*\*\*\*\*

自主的にトイレの掃除をしていた運動部マネージャーのSさん(建築科1年)に話を聞いてみました。

### Q1 トイレ掃除を始めたきっかけは？

A. 初めは友だちに誘われて。トイレをきれいにすることによってスッキリして気持ち良くなったから、今では少し汚れていても気になるので掃除をしています！

### Q2 どの時間に掃除をしている？

A. 部員が朝練をしている時間にしています。選手が部活動中、手が空いて暇なときはいつでもしています。

### Q3 どんな気持ちで掃除している？掃除した後はどんなふうに使ってほしい？

A. 掃除をした次の日に、あまり汚れていなかったら嬉しいです！みんながスッキリとした気持ちでトイレを使ってくれたら嬉しいなと思いながら掃除をしています。

### Q4 トイレ掃除をしていて気付いたことは？

A. 朝トイレ掃除をするので、スッキリとした気持ちで授業を受けられるようになりました。掃除中に会った人から「ありがとう」と言われて嬉しかったです。

### ～熊工生に向けてのメッセージ～

トイレをきれいに使ってくださってありがとうございます！

# 飲酒のフライングは反則です！

～18歳成人でも、飲酒は20歳から～

## もうすぐ卒業する3年生のみなさん

もしかすると進学先や職場の歓迎会等で、お酒を勧められるかもしれません。しかし、卒業したといっても、飲酒は20歳からです。

10代は、心と体の基本を形作る重要な時期です。また、発育途中の飲酒は、心身の発達に悪影響を及ぼします。

## お酒を飲んではいけない5つの理由

- ① 脳の機能を低下させおそれがあります
- ② 肝臓をはじめとする臓器に障害を起こしやすくなります
- ③ 性ホルモンに異常が起きる恐れがあります
- ④ アルコール依存症になりやすくなります
- ⑤ 20歳未満の飲酒を禁じる法律があります