

学校保健委員会の報告

6月26日（金）5限目の第1回学校保健委員会に出席しました。
学校保健委員会では、学校医の先生方、PTAの保健部の方々、
先生方も出席され、学校における保健問題を研究協議し、
健康づくりを推進します！

川辺高校生徒保健委員会
3-1 中釜（委員長）
2-1 杉山（副委員長）

学校医の先生方の助言

規則正しい生活を！！

高校生に「規則正しい生活」と言っても難しいですが、外で遊び、太陽の光を浴びて骨を丈夫にすることが、免疫力向上やアレルギー症状の緩和に繋がります！

学校医 鯨坂先生より

自分の意思で健康に

アレルギーは、遺伝的なものもありますが、生活習慣で予防できるものもあります！規則正しい生活や外遊びを増やすことで、より健康に過ごせます。そうすることでアレルギーも出にくくなります！自分の意思で出来ることに取り組み、心身ともに健康に過ごしてほしいです。

学校医 菊野先生より

歯の治療を！！

今回の健康診断では、初期の虫歯の人が多かったです。まだ、小さな虫歯ですが、検診から治療までに時間がかかると、その分虫歯も進行してしまいます。虫歯が小さいうちに治療することをお勧めします！！

学校歯科医 山本先生より

学習環境の見直し！！

学習の時の部屋の明るさと姿勢に気をつけることが大切です。暗い環境に加えて姿勢が悪い状態で勉強すると前屈みになり、余計に暗くなってしまいます。自宅や特定の学習スペースでの環境を見直すことが大切です！！

学校薬剤師 坂元先生より

学校保健委員会に出席した感想

私たちは、たくさんの先生方や学校医の先生方、保護者の方々のサポートのおかげで安心安全な学校生活を送れているのだと改めて気づくことができました。自身の健康とも向き合い、保健委員として生徒のみんなにも健康づくりを呼びかけていきたいです！

