

保健だより

令和7年11月号
鳥取緑風高等学校保健室

「子どもの医療費助成」（小児特別医療費助成制度）は
18歳以下の医療費が**無料**！（18歳に達する3月31日まで）

～むし歯の治療がまだの人は
早めに受診しましょう～



😊 「いい歯の日プロジェクト」発表 *11月8日は「いい歯の日」* 😊

- ・緑風祭で、保健委員会の活動「いい歯の日プロジェクト」を発表しました。
- 「歯と口の健康」について誰でも楽しく学べるお話で、構成・スライドはライフスキルメンバーが考えて作成し、発表は演劇部とコラボしました。
- ・現在、むし歯の治療率は12%です。この機会に、早めに受診しましょう。



😊 第2回ライフスタイル調査の結果 😊

自分自身の生活習慣を振り返ってもらうため、第2回ライフスタイル調査を11月に行いました。

結果（概要）

- ・休日は、生活リズムが乱れ「遅寝遅起き」になっている。その原因として最も多い理由はスマートフォンである。
- ・スマートフォンの使用時間が長い生徒が多く、中には**12時間以上**の人もある！
- ・3割の生徒は、運動不足である（運動習慣がない）。
- ・6割以上の生徒は、生活習慣や健康を意識している👍

詳しい結果は掲示板に掲示しています →

