



# 保健室だより

令和5年11月1日  
鳥取東高等学校  
保健室



既に新聞報道にもありましたが、インフルエンザ注意報が県内全域に発令されており、今後の流行が懸念されているところです。

特に3年生は、これから受験等の大切な時期を迎えます。自分だけでなく、周囲の人の健康も守るため、十分な睡眠やバランスの良い食事、手洗いなど感染症対策の徹底を引き続きお願いします。



## 性に関する指導LHRを実施しました

東部少年サポートセンターの方を講師にお招きし、講演会を開催しました。本校は、卒業後県外で一人暮らしを想定している生徒も多いため、自分の身の安全を守る具体的な方法や相談窓口等を紹介していただき大変参考となった生徒が多かったです。



日時：令和5年10月11日（水） 8限

対象：3年生

## 病気に関する教育LHRを実施しました

鳥取市立病院 懸樋医師を講師にお招きし、講演会を開催しました。「バランスの良い食習慣」「運動習慣」「タバコを吸わない」など、がんにかかりにくくする生活習慣を実践していくことの大切さや早期発見につながる検診の大切さ等についてお話いただきました。



日時：令和5年10月18日（水） 7限

対象：1年生

## 11月8日は「いい歯の日」

自分の歯、大切にしていますか？

4月の健康診断の結果、視力低下やむし歯等で受診が必要な生徒のうち、受診報告書が未提出の生徒へ、再度受診勧告の用紙を順次配布しています。部活や模試等で治療に行く時間の確保が難しいかもしれませんが、むし歯は自然に治癒することは難しく、早めに治療することで、治療時間も費用負担も軽減されます。受診が必要な場合は、早めに受診しましょう。

