



# 保健室だより

令和6年8月22日  
鳥取東高等学校  
保健室



## ◇◇第1回学校保健委員会を開催しました！◇◇

第1回学校保健委員会を、7月18日(木)午後1時より本校しののめ館で開催し、生徒の健康診断結果や生徒保健委員等の取組について報告し、生徒の生活習慣改善に向けた協議を行いました。(出席者:学校医 橋本先生・田中先生、学校歯科医 大草先生、PTA 健康生活部の保護者、生徒保健委員、本校教職員)



### 【学校医の先生の指導助言】

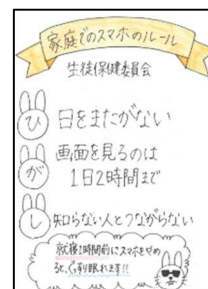
高校生もストレスを感じている。視力が低いと授業効率が下がるので早めに眼科を受診してほしい。生活習慣アンケートに睡眠の質に関する項目を増やしてはどうか。スマートフォンのルール設定も大切だが、新しく入った1年生にも分かりやすく教えてほしい。

### 【学校歯科医の先生の指導助言】

3年生の未処置者の割合が高い。特に女子が高い。3年生になると忙しいのか歯科治療がなかなか進まないが早めの受診が大切。睡眠不足は唾液を減らし、おし歯や歯肉炎の原因菌を増やすので特に上手にブラッシングしてほしい。

### 【学校薬剤師の先生の指導助言】

本年度の水質検査、ダニ検査は特に問題はなかった。新型コロナウイルスの感染者が増えているので、窓やドアを対角線状に10cm程度開けるなど、引き続き換気等に気をつけてほしい。



お願い

夏休み明けも厳しい暑さが予想されます。熱中症予防のためにも、



日頃から生活習慣を整え、水分を多めに持って登校することを心がけましょう。体調が良くない場合は無理せず、早めに病院受診されることをお勧めします。