

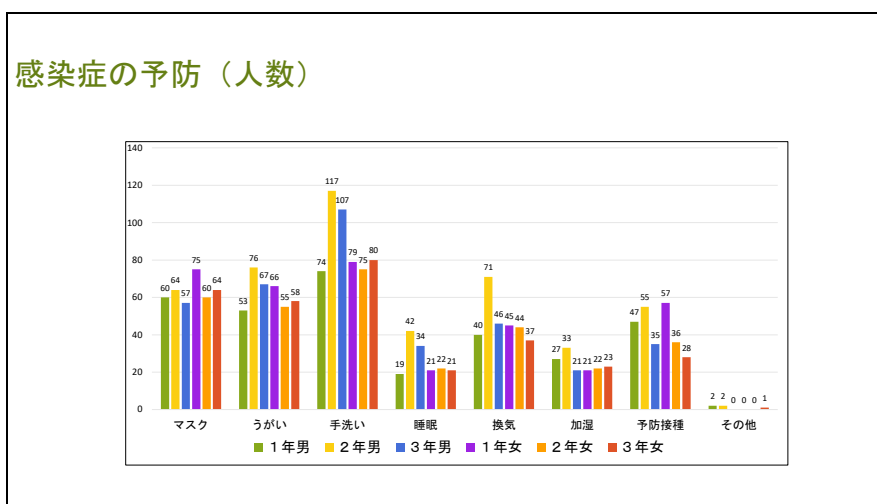


学校保健委員会特集

1月22日（水）に、令和元年度の学校保健委員会が開かれました。今年度は、校医の赤堀先生、PTA会長さん、地元の自治会の会長さんをお迎えし、皆さんの健康について、考えることができました。

生徒保健委員会では、7月に行ったアンケート結果をまとめ、次の発表を行いました。

1. インフルエンザなどの感染症の予防について



「マスクの使用」・「うがい」・「手洗い」・「予防接種」を皆さんが意識していることがわかります。けれども、いつ手洗いをするのかをさらに調べてみると、「食事の前」が、思ったより少ないことがわかりました。食事の前の手洗いは必ず行うようにしてください。

また、教室近くの手洗い場に、アルコール消毒液を置いておきますので、使ってください。

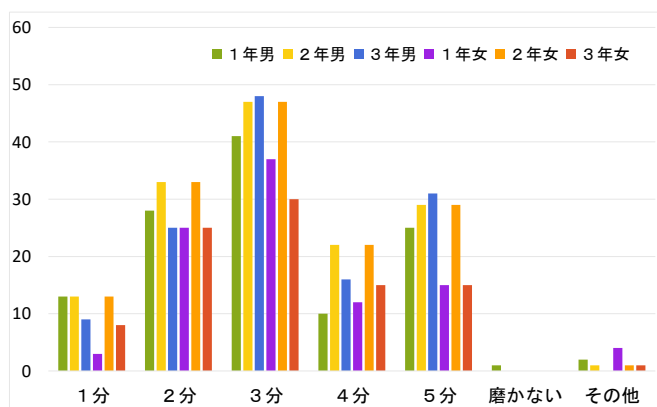
「睡眠」は免疫力を高めることができ、感染症予防に効果があると教えていただいたので、睡眠時間をなるべくたくさん取るようにしていきましょう。

2. 歯磨きにおける1回あたりの時間

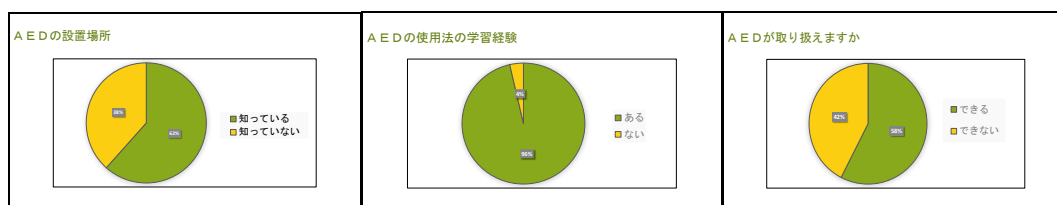
3分が最も多く続いて2分、5分と3年続けてほぼ同じような結果になりました。その他では5分以上の人たちで、10人いました。朝の歯磨きで時間をかけることは難しいかもしれませんが、夜寝る前の歯磨きは特に丁寧に磨くことが大切です。効果的な歯磨きの仕方も伝えていきたいです。

また、昼食後の歯磨きも呼びかけていきたいと思います。

歯磨きにかかる1回あたりの時間



3. AEDと救命法について



「AED の設置場所を知っているか」・「AED の学習経験」・「AED が取り扱えるか」を調べた調査結果です。設置場所は4月に新入生には必ず伝えたいと思います。

ほとんどの生徒はAEDの学習経験があります。

半数以上の生徒はAEDを取り扱えると答えました。AEDの使用によって救われる命がある事を考えると、「まず持ってきてスイッチを入れる」ということを伝えたいと思います。大府市では、公共施設や医療機関に加えて、コンビニにも設置されているそうです。大切な命を守るためにも使えるようになりたいと思います。

4. 学校保健委員会に参加して



(1年生保健委員 中山)

初めての参加で不安も多くありましたが、とてもいい経験になりました。教えていただいたことを参考に自分自身の健康にも、もっと気をつけようと思いました。

(1年生保健委員 田中)

初の学校保健委員会は、とても緊張しましたが、終えてみると達成感があり、参加して良かったと思うことができました。これからは、より自分や家族の健康に気をつけていきたいです。