

# Health Information

No.113 '10.4.8

明成高等学校 生徒保健委員会  
校長 加藤 武司  
仙台市青葉区川平2丁目26番1号

新入生の皆さん、ご入学おめでとうございます。また2、3年生の皆さん、進級おめでとうございます。草木が芽吹き、生命あふれる季節、希望とともに、開校131年目の新学期がスタートしました。「心身ともに健康で、バランスのとれた明るい人間に成る」という誇りと希望に満ちた本校の建学精神に1日も早く慣れてください。健康診断が12、13日に実施されます。自分の健康を知るチャンスです。検査、検診を積極的に受けて、健康生活実践のスタートを切りましょう。

## 4月の保健目標

- 自分の健康の状態を知る  
(健康診断を受け悪いところを  
チェックする)

定期健康診断(4/12~4/13)に  
実施されます!

各クラスで健康診断実施計画書にて  
項目をチェックし検診を受けましょう。

4/12(水)~4/13(木) 歯科検診(保健室)全生徒  
1校時目~尿検査容器配布(全生徒)

4/13(木) 定期健康診断(体育館)

1校時目~  
身体測定(身長、体重、座高)全生徒  
視力測定(メガネ、コンタクトレンズをつけて測定)全生徒  
血液検査(貧血、コレステロール、白血球検査)全生徒  
内科検診(全生徒)

心臓検診(検診車にて1年全員、健入が2・3年)  
結核検診(検診車にて1年全員、介護福祉2・3年)  
聴力検診(2F デザインルームにて1・3年全員)

5/20(水)眼科検診(午後)(事前アンケート実施)症状確認後受診者決定  
5/25(水)耳鼻科検診(午後、1年全員)

注意事項 ~ プライバシーを大切に ~

- 健康診断実施計画書にて内容を確認する(検診項目・時間)
- 歯科検診前の歯みがきを忘れない(歯ブラシ持参)
- 尿検査は朝の尿を持参し会場で提出(忘れた時はその場で採尿)
- 視力検査は眼鏡・コンタクトレンズを忘れない(持参)
- 結核、心臓検診は上半身の下着、ブラジャーを取ってボタンのないTシャツ着
- 服装は運動着(上下)、ボタンのないTシャツのみ(靴下は履く)
- ※他の人の検査の様子や結果をのぞいたり、しゃべったりしない事!

4月の行事

- 4/5(日)職員会議
- 4/9(金)対面式、新入生オリエンテーション、1年写真撮影
- 4/13(木)定期健康診断、尿検査提出日、歯科検診
- 4/21(水)職員会議

- 4/9(水)入学式準備、世界保健デー
- 4/12(月)始業式、入学式
- 4/19(日)部活動登録
- 4/24(土)学習相談日
- 4/29(木)昭和の日

## 生徒保健委員会役員

委員長 寺倉 あすか(3年)  
副委員長 櫻井 絵里子(3年) 福永 健人(2年)  
引木 礼也(2年)

書記 木根内 めぐみ(3年) 津田 秋穂(2年)

なにをするにも健康であることが大切です。  
少しでも健康生活に役立つよう努力していこうと  
思います。ご協力よろしくお願いします。

保健厚生部の先生紹介

保健主事 小島 淑子(相談室)  
養護教諭 今 せい子(保健室)  
= 千葉 泰子(=)

教育相談室 小島 淑子(相談)  
= 今野 健(=)

= 菅藤 雅子(=)

= 千葉 香奈(養護教諭)

調理科 武山 清子(調理)  
介護福祉科 桑原 晴美(福祉)

情報表現コース 内海 敏江  
デザインアートコース (家庭)

総合コース 高橋 英恵(家庭)

健康スポーツコース 工藤 和也(社会)

保健厚生部の先生方は、  
「からだと心の相談」について  
どんなことにも応じてくれます。  
気軽にどうぞ!

保健室利用状況(件)

平成二十一年度  
保健室利用状況(件)

内科 相田光保先生(相田内科)  
荒巻本沢(279-9170)

耳鼻科 千葉正敏先生(鶴ヶ谷耳鼻科)  
鶴ヶ谷(251-6744)

眼科 佐藤 紀子先生(佐藤眼科)  
荒巻(272-8031)

歯科 半澤和雄先生  
(星陵歯科クリニック)  
支倉町(215-1881)

## 校医の紹介

内科 相田光保先生(相田内科)  
荒巻本沢(279-9170)

耳鼻科 千葉正敏先生(鶴ヶ谷耳鼻科)  
鶴ヶ谷(251-6744)

眼科 佐藤 紀子先生(佐藤眼科)  
荒巻(272-8031)

歯科 半澤和雄先生  
(星陵歯科クリニック)  
支倉町(215-1881)

薬剤師 宮川 季士先生(宮川薬局)  
桜ヶ丘(279-5420)

## 保健室利用のルール

保健室は心や体の健康を  
大切にし、一緒に悩みを  
考えてくれるところです。

① 保健室利用の時は「保健  
室利用許可証」が必要です。  
職員室の担任、または科・  
コースの先生から持参したカード  
をいただき持参してください。

② 化粧、ピアスは禁止です  
入室マナーを守りましょう。  
どんな事でも相談ください。

学校保健委員会より

去る3月11日(木)明成高等学校、学校保健委員会が本校会議室で開催されました。学校医、PTA副会長、学校長、教頭をはじめ、各部長、体育主任、保健主事、保健厚生部の諸先生方36名が参加されました。今回は本校薬剤師、宮川季士先生より「薬物乱用防止の指導について」のご講話がありました。その中で自分には関係ないと思っている生徒が多いのではないかと、また薬物乱用の危険性をしっかり知ることが大切であり、誘われても「ダメ、ゼッタイ」と断る勇気をもつこと。違法ドラッグとは何か、また急激に脳を委縮させ幻覚、幻視、幻聴による異常行動をおこす麻薬の恐ろしさなどについて、PC機器を通して訴えられました。ぜひ生徒保健委員会でも取り上げて皆さんと考えてみたいと思います。さらに健康診断の結果について報告されましたが、治療報告をうけて治療した人の治療率は24.0%で30%には及びませんでした。病気を指摘された人の視力低下や歯周病の治療を野放しにしている人について、校医の先生より自分の病気にしっかり自覚し健康な体の保持につとめてほしい。また高校生の頃より、生活習慣病の予防が大切であると話されました。最後にPTA副会長の若生様より講話の中で、「このように保健に関するデータをしっかりとめられ、学校保健についていろいろ学ぶことができ、ありがとうございました。」と結ばれました。

学校保健委員会より

去る3月11日(木)明成高等学校、学校保健委員会が本校会議室で開催されました。学校医、PTA副会長、学校長、教頭をはじめ、各部長、体育主任、保健主事、保健厚生部の諸先生方36名が参加されました。今回は本校薬剤師、宮川季士先生より「薬物乱用防止の指導について」のご講話がありました。その中で自分には関係ないと思っている生徒が多いのではないかと、また薬物乱用の危険性をしっかり知ることが大切であり、誘われても「ダメ、ゼッタイ」と断る勇気をもつこと。違法ドラッグとは何か、また急激に脳を委縮させ幻覚、幻視、幻聴による異常行動をおこす麻薬の恐ろしさなどについて、PC機器を通して訴えられました。ぜひ生徒保健委員会でも取り上げて皆さんと考えてみたいと思います。さらに健康診断の結果について報告されましたが、治療報告をうけて治療した人の治療率は24.0%で30%には及びませんでした。病気を指摘された人の視力低下や歯周病の治療を野放しにしている人について、校医の先生より自分の病気にしっかり自覚し健康な体の保持につとめてほしい。また高校生の頃より、生活習慣病の予防が大切であると話されました。最後にPTA副会長の若生様より講話の中で、「このように保健に関するデータをしっかりとめられ、学校保健についていろいろ学ぶことができ、ありがとうございました。」と結ばれました。

学校保健委員会より

去る3月11日(木)明成高等学校、学校保健委員会が本校会議室で開催されました。学校医、PTA副会長、学校長、教頭をはじめ、各部長、体育主任、保健主事、保健厚生部の諸先生方36名が参加されました。今回は本校薬剤師、宮川季士先生より「薬物乱用防止の指導について」のご講話がありました。その中で自分には関係ないと思っている生徒が多いのではないかと、また薬物乱用の危険性をしっかり知ることが大切であり、誘われても「ダメ、ゼッタイ」と断る勇気をもつこと。違法ドラッグとは何か、また急激に脳を委縮させ幻覚、幻視、幻聴による異常行動をおこす麻薬の恐ろしさなどについて、PC機器を通して訴えられました。ぜひ生徒保健委員会でも取り上げて皆さんと考えてみたいと思います。さらに健康診断の結果について報告されましたが、治療報告をうけて治療した人の治療率は24.0%で30%には及びませんでした。病気を指摘された人の視力低下や歯周病の治療を野放しにしている人について、校医の先生より自分の病気にしっかり自覚し健康な体の保持につとめてほしい。また高校生の頃より、生活習慣病の予防が大切であると話されました。最後にPTA副会長の若生様より講話の中で、「このように保健に関するデータをしっかりとめられ、学校保健についていろいろ学ぶことができ、ありがとうございました。」と結ばれました。

学校保健委員会より

去る3月11日(木)明成高等学校、学校保健委員会が本校会議室で開催されました。学校医、PTA副会長、学校長、教頭をはじめ、各部長、体育主任、保健主事、保健厚生部の諸先生方36名が参加されました。今回は本校薬剤師、宮川季士先生より「薬物乱用防止の指導について」のご講話がありました。その中で自分には関係ないと思っている生徒が多いのではないかと、また薬物乱用の危険性をしっかり知ることが大切であり、誘われても「ダメ、ゼッタイ」と断る勇気をもつこと。違法ドラッグとは何か、また急激に脳を委縮させ幻覚、幻視、幻聴による異常行動をおこす麻薬の恐ろしさなどについて、PC機器を通して訴えられました。ぜひ生徒保健委員会でも取り上げて皆さんと考えてみたいと思います。さらに健康診断の結果について報告されましたが、治療報告をうけて治療した人の治療率は24.0%で30%には及びませんでした。病気を指摘された人の視力低下や歯周病の治療を野放しにしている人について、校医の先生より自分の病気にしっかり自覚し健康な体の保持につとめてほしい。また高校生の頃より、生活習慣病の予防が大切であると話されました。最後にPTA副会長の若生様より講話の中で、「このように保健に関するデータをしっかりとめられ、学校保健についていろいろ学ぶことができ、ありがとうございました。」と結ばれました。

学校保健委員会より

去る3月11日(木)明成高等学校、学校保健委員会が本校会議室で開催されました。学校医、PTA副会長、学校長、教頭をはじめ、各部長、体育主任、保健主事、保健厚生部の諸先生方36名が参加されました。今回は本校薬剤師、宮川季士先生より「薬物乱用防止の指導について」のご講話がありました。その中で自分には関係ないと思っている生徒が多いのではないかと、また薬物乱用の危険性をしっかり知ることが大切であり、誘われても「ダメ、ゼッタイ」と断る勇気をもつこと。違法ドラッグとは何か、また急激に脳を委縮させ幻覚、幻視、幻聴による異常行動をおこす麻薬の恐ろしさなどについて、PC機器を通して訴えられました。ぜひ生徒保健委員会でも取り上げて皆さんと考えてみたいと思います。さらに健康診断の結果について報告されましたが、治療報告をうけて治療した人の治療率は24.0%で30%には及びませんでした。病気を指摘された人の視力低下や歯周病の治療を野放しにしている人について、校医の先生より自分の病気にしっかり自覚し健康な体の保持につとめてほしい。また高校生の頃より、生活習慣病の予防が大切であると話されました。最後にPTA副会長の若生様より講話の中で、「このように保健に関するデータをしっかりとめられ、学校保健についていろいろ学ぶことができ、ありがとうございました。」と結ばれました。

学校保健委員会より

去る3月11日(木)明成高等学校、学校保健委員会が本校会議室で開催されました。学校医、PTA副会長、学校長、教頭をはじめ、各部長、体育主任、保健主事、保健厚生部の諸先生方36名が参加されました。今回は本校薬剤師、宮川季士先生より「薬物乱用防止の指導について」のご講話がありました。その中で自分には関係ないと思っている生徒が多いのではないかと、また薬物乱用の危険性をしっかり知ることが大切であり、誘われても「ダメ、ゼッタイ」と断る勇気をもつこと。違法ドラッグとは何か、また急激に脳を委縮させ幻覚、幻視、幻聴による異常行動をおこす麻薬の恐ろしさなどについて、PC機器を通して訴えられました。ぜひ生徒保健委員会でも取り上げて皆さんと考えてみたいと思います。さらに健康診断の結果について報告されましたが、治療報告をうけて治療した人の治療率は24.0%で30%には及びませんでした。病気を指摘された人の視力低下や歯周病の治療を野放しにしている人について、校医の先生より自分の病気にしっかり自覚し健康な体の保持につとめてほしい。また高校生の頃より、生活習慣病の予防が大切であると話されました。最後にPTA副会長の若生様より講話の中で、「このように保健に関するデータをしっかりとめられ、学校保健についていろいろ学ぶことができ、ありがとうございました。」と結ばれました。

4月号は、生徒会の専門部として活動している、生徒保健委員会を見守ってくれている、生徒会会長の坂下丈二さんを訪問することになりました。

Q1 坂下さんの健康法は何ですか。  
A たくさん睡眠をとることです。できるだけ頭が冴えるように心がけようとして最近ではしています。

Q2 坂下さんの得意な科目や趣味は何ですか。  
A 得意な科目はこれといってありません。人より要領が悪いので、人の何倍も勉強を積まないといけません。趣味は釣りです。休日に友達と行ったりしています。

Q3 坂下さんの宝物は何ですか。  
A 飼猫です。飼ってから今年で2年になります。

Q4 坂下さんの悩みなど、ストレス解消法は何ですか。  
A 悩みは1つ1つ考え込むとキリが無いほどに湧いてくるので、酷い時は思考を止めて流れに身をまかせるようにしています。「解消」とは少し違う気もしますが。

Q5 坂下さんは必この中学校を卒業ですか。中学時代はどのようにすごされたか。また将来の夢などを、お話し下さい。  
A 住吉中学校の生徒でした。中学生の頃のことはあまり思い出したくないのですが、急いで勉強もあまりせず、向上心のない性格でした。その為に来る中学生で体験しておくべき難事か今まとめて私の身に押し寄せています。将来は、その様な苦勞を糧にして、人間らしい精神の成長を遂げたいと思っています。しかし今は「そのためにこんな職業に就きたい!!」というような明確なビジョンがまだ定まっていないため、口で何を話しても中身がスカスカなのが現状です。頑張ります。

Q6 昨年度後半から生徒会長として生徒会の運営をすべてまかされて、スタートしました。本校生徒会のあり方について改善すべきところはありますか。又、どのようにしようとお考えですか。これからの方針などもお聞かせ下さい。  
A 現在、一般の生徒の声が生徒会側に入りにくくなっています。生徒が意見を出しやすい環境づくり、生徒が一丸となって明成高校の方針を決めていこう、というのが私の目標です。もはやゴツゴツやっている時間もないので、これだけは早くに進めていこうと考えています。

Q7 明成生への皆さんにメッセージをお願いします  
A 高校生にしかできないこと、今しかやれないこと、やるべきことは、山ほどありますがそれをすべてこなすには、あまりに時間が限られています。よく耳にするフレーズに「短い高校生活だった」とかありますが、その短く感じた高校生活の時間の中に無駄に過ごしてしまった時間はなかったでしょうか。感銘を研ぎすまし全身で学び、ひとつの悔いも残らない高校生活を送ってください。それをサポートするために生徒会はあります。次世代を担う若者として、全力を尽くしましょう。ご協力ありがとうございました。



SAORI.K

編 集 後 記

編 集 後 記

編 集 後 記

編 集 後 記

編 集 後 記

編 集 後 記

編 集 後 記

編 集 後 記

編 集 後 記

編 集 後 記

編 集 後 記

編 集 後 記

編 集 後 記

編 集 後 記

編 集 後 記

編 集 後 記

編 集 後 記