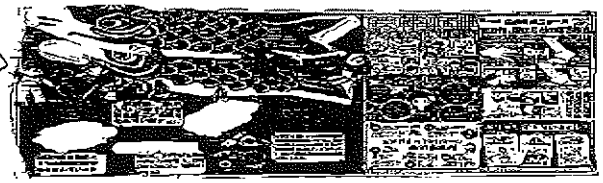
Health Information

No.229　2021.5
仙台大学附属明成高等学校
生徒保健委員会
仙台市青葉区川平2 丁目2 6 番1 号

令和３年度がスタートしました。今年度のヘルスインフォメーションは年４回の発行を予定しています。内容は「健康診断のお知らせやその結果」「伝染病」「保健室の状況に関すること」やその他恒例のインタビューも予定しています。また昨年度からは「保健だより」も発行していますので，生徒の皆さんはぜひ読んで活用してください。

保健室では世界禁煙デーにちなんでたばこに関する掲示をしています。



1　保健室からのおしらせ

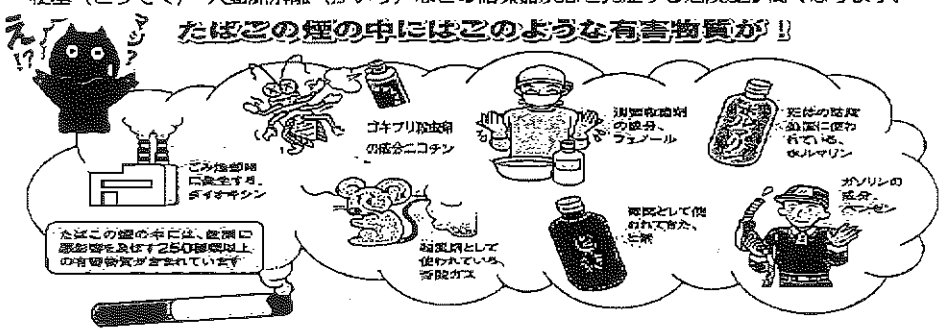
今年度は例年通りに健康診断を実施しています。健診結果は成績郵送と一緒の配布を予定しています。５月は未受診者の健康診断，色覚検査(希望者)，心臓精密検査を予定しています。未受診者の健康診断は表の通りです。治療勧告書を配布された方は早めに専門医を受診してください。

月　日	内　容	場　所
５月上旬～	心臓精密検査	健診センター
５月中旬～	色　覚　検　査	本校保健室
５月 27 日(木)	未受診者健康診断	本校保健室他
６月 16(火) 日～18 日(木)	未受診者健康診断	健診センター

2　世界禁煙デー（World No Tobacco Day）

たばこのない社会を実現するために世界保健機関（WHO）により毎年５月 31 日に定められました。たばこの煙には，２５０種類以上の有害物質が含まれており，依存性の強いニコチンやタール，一酸化炭素がよく知られています。 他にも，50 種類以上の発がん性物質が含まれており，肺がんなどのがんを引き起こす原因とされています。たばこの煙には，喫煙者が直接吸い込む「主流煙」と点火部から立ち上る「副流煙」があります。有害成分は低温の不完全燃焼時により多く発生するため，副流煙は主流煙よりも多量の有害物質を含むことが知られています。（吸っている煙よりたばこから出る煙の方が有害）

たばこを吸うと一酸化炭素も体内に取り込まれます。一酸化炭素は酸素に比べ 240 倍も赤血球にあるヘモグロビンと結合しやすく，体内組織の酸素欠乏により動脈硬化が進み，脳卒中・急性心筋梗塞（こうそく）・大動脈解離（かいり）などの循環器疾患を発症する危険度が高くなります。



インタビュー

今年度は,新しく赴任された先生方を紹介します。今月号は１年２組担任の桂嶋 裕貴先生にインタビューしました。

なお、今年度から似顔絵を担当してくれるのは３年デザイン科の岸 里美（りみ）さんです。１年間よろしくお願いします。

Q1： 趣味は何ですか

A，趣味は読書です。好きなジャンルはミステリーです。なかなか時間が取れませんが，隙間時間を使って読んでいます。

Q2：得意科目は何ですか

A，得意というほどの科目はありませんが，学生時代は美術が好きでした。

Q3：休日はどのように過ごしていますか

A，休日は，家族との時間を大切にしています。
上の息子２人と公園に行って追いかけっこをしたり，自転車に乗る練習をしています。最近では長男にねだられ，ポケモンカードゲームを始めました。

Q４：ストレス解消法を教えてください

A，昨年生まれた娘（８か月）が癒しです。

Q５：高校時代はどのように過ごしましたか

A，高校時代は，部活一色の学校生活でした。高校からボート競技を始めました（中学までは剣道）。仮入部の際，上級性から「ボート部に入れば，全国に旅行にいける」と言われ，真に受けて入部しました（笑）。辛かったこともありますが，目標に向かって仲間と過ごした日々が良き思い出です。

Q６：お奨めの本がありますか

A,伊坂幸太郎（東北大学卒業）の小説が特に好きです。仙台を舞台にした作品が多く，町の情景をイメージしながら読むと面白いです。中でもお奨め作品は，「オーデュポンの祈り」です。話ができる案山子が出てきたりと，へんてこな設定の話ですがお勧めします。

Q７：仙台大学出身と聞きましたが学生時代はどのように過ごしていましたか？

A,仙台大学でもボート部（漕艇部）に入り，４年間一所懸命に過ごしてきました。大学の寮に入り，集団生活を送っていく中で，競技力だけでなく人間力を磨くことをモットーに過ごしてきました。

Q８：明成生へメッセージをお願いします

A，学校は，学ぶ場です。恐れず失敗を沢山経験してください。つまり,多くチャレンジをしなければ失敗はありませんので,何事にも挑戦してください。失敗したら,また挑戦すればよいだけです。これから宜しくお願いします。

ご協力ありがとうございました。

新型コロナ感染症の予防を継続してください。日頃からマスクの着用・手洗い・消毒などに気をつけ，各自体調管理を継続してください。

編集後記

この時期は新学期ということもあり,環境が変わり体調を崩しやすいです。各自体調管理をし,楽しい学校生活を送れるようにしましょう。また,新型コロナも流行していますので手洗いをしっかりしましょう。

令和３年度　保健委員長　３年　金盛