

# 保健だより

No.7

平成 30 年 11 月 1 日 (木)  
コザ高校定時制・保健室

## 記念日で見ると11月

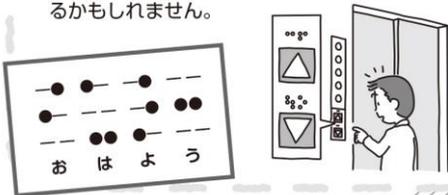
11月には「〇〇の日」という記念日がいっぱい。今月の保健だよりではその中からみなさんの健康に関係するお話、そうでもない(?)雑学やちょっとおもしろい話をピックアップしてご紹介します。

11/3 いいお産の日

11/9 換気の日

11/1 点字の日

日本語用の点字が決められた日。点字は駅の構内、おうち家電や調味料にも。意識してみると意外とたくさん見つかります。逆に、ここに点字がないのは不便だな…と気づいたら、代わりにみなさんが目の見えない人の力になれるかもしれません。



11/19 世界トイレの日

日本では、トイレがあるのは当たり前。でも世界では、約3人に1人がトイレを使えません。おうちにも学校にもトイレがないため、屋外で排せつをしています。排せつ物に混ざった病原菌が蔓延して病気を引き起こし、亡くなる子どもも少なくないのです。このトイレの問題を改善していくために、国連が「世界トイレの日」を定めました。

11/10 トイレの日

11/8 レントゲンの日

ドイツの物理学者レントゲン博士が「エックス線」という不思議な光を発見した日。この光に手をかざすと、なんと骨が透けて見えました。これが医学に応用されて、今のレントゲン写真になったのです。

ちなみに、レントゲン撮影で「息を吸って」というのは肺を膨らませてよく見るため、「息を吐いて」というのは肺をしぼませて他の臓器をよく見るためです。



11/23 勤労感謝の日

11/8 いい歯の日

いい(11)歯(8)のごろ合わせ。いい歯は、毎日の歯みがき(セルフケア)と、歯医者さんでの定期的なケア(プロケア)から。

ちなみに毎月8日は歯ブラシ交換の日。「歯ブラシを買い替えるタイミングがわからない…」「ついつい忘れてしまう…」という人は、この日に新調するのもありですね。

11/26 いい歯の日

11/21 インターネット記念日

### \*\*\* 11月の教育相談・カウンセリングの予定表 \*\*\*

日程や時間の

調整をしますので、興味のある方、相談・面談を希望する方は、担任の先生か西平先生、または保健室まで連絡してくださいね。

伊野波先生は男性、国生先生と佐久川先生は女性です。

月	火	水	木	金
			1	2 佐久川
5	6 伊野波	7	8	9 佐久川
12	13	14 伊野波	15	16 佐久川
19	20 国生	21 伊野波	22	23 勤労感謝の日
26	27	28 伊野波	29	30 佐久川

