

# ほけんだより

大阪府立鳳高等学校保健部 2021.11.9.(火)

## 南館の新しいトイレが完成しました！今日から使ってください。

7月から工事が始まって、音やほこり、遠くのトイレへの移動等、不便だったことと思います。やっと工事が完了しました。今日から、大切に使用してください。

○照明は、センサー式で、出入りに合わせて、自動で点灯・消灯します。

○換気扇は、午前8時から、午後5時まで、自動運転します。

○小便器は自動で流れます。

○個室は全部洋式です。

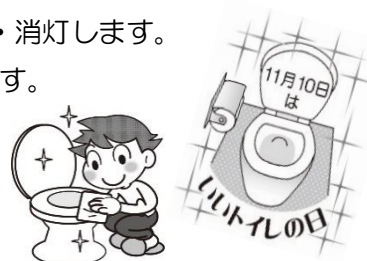
○1階には多目的トイレがあります。

○手洗い水道栓もセンサー式になり、自動で水が出ます。

○トイレに出入りするときは、入り口のマットで、履物の裏を丁寧に拭いてください。

(床に傷がつくと、匂いの素が傷に入り込み、悪臭の原因になるそうです。)

○新しいトイレは乾式トイレで、床に水を撒いての掃除はできません。掃除の仕方は、掃除監督の先生から指導を受けてください。



一人一人が、きれいに使い、

いつまでもきれいで、気持ちよいトイレのために、協力してください。

## 生徒保健委員会で緑化活動をしました。

11月1日、保護者懇談の日に、後期保健委員さんが、坂下技師の指導のもと、校内の花壇やプランターに、パンジーやスノーボールの苗を植えました。坂下技師が丹精を込めて育ててくれた菊の花も、例年通り校内を彩ってくれています。緑や花のある校内は、こころを穏やかにしてくれます。



### セアカゴケグモ、素手でつかまない！さわらない！

校内の側溝などで、セアカゴケグモが見つかっています。素手でつかんだり触ったりしないでください。

セアカゴケグモは、大阪府内をはじめとし、全国各地で発見されています。このクモは毒をもっていますが、比較的小となしき性質です。セアカゴケグモが実際に生息している所は物陰ですが、周囲は日当たりが良く、乾燥しているところを好みます。見つけたら、一般家庭用スプレー式殺虫剤を吹き付けるか踏みつぶしてください。もし、かまれたときは、かまれた箇所を流水やアイスパックなどで冷やし、医療機関を受診しましょう。

# スポーツ選手は歯を大切にしますか？

歯を「グッ」とかみしめると、全身の筋力が瞬間的にアップします。例えば、野球で球を打つとき。私たちは知らず知らずのうちに、より強い力が出せるように歯を食いしばっています。サッカーでシュートをするときも一緒。スポーツをするときには、こうして歯をかみしめることが競技力の向上につながって



いると考えられているのです。

もしもむし歯があったり、かみ合わせがよくないと、しっかり歯を食いしばることができませんね。日本ではオリンピックの候補選手は定期的な歯科検診が義務となっていて、歯のトラブルがないかを確認しているそうです。スポーツを思いっきり楽しむためにも歯の健康を守る大切なのですね。



◆新型コロナウイルス感染症は、現在少し落ち着いているようですが、感染予防対策は、続けてください。寒くなると、換気や手洗いがおろそかになりやすいです。

