

令和5年の保健部です。 よろしくお願ひします



◎保健部の先生を健康法とともに紹介します。

松尾彰子先生（部長/総括）



「一日体重の3%の水を飲んでます。3%の量とは体重×0.03で計算できます。水を取り込むことは体にとって良い効果があります。体内の代謝がとてもよくなります。」

吉野憲治先生（防災安全）

「時々、ソフトボールの審判をやっています。1種の公認審判員です。来年のSAGA2024国スポ・全障スポまでは頑張ろうと思っています。」



松本 哲先生（教育相談）

「毎日、ルームランナーでウォーキングを30分やっています。約3キロメートル消費カロリーは140キロカロリーです。」



田代真須美先生（保健衛生/保健室）



「朝6時25分から教育テレビの「みんなの体操」をかれこれ8年続です。寝ている間にかたくなった筋肉がラジオ体操でほぐれます。ラジオ体操は奥が深いと思います。」

皆さんの心身の健康の保持増進のため、年間を通して保健管理、保健教育、組織活動を推進していく仕事をします。「教育相談便り・ほけん便り」を定期的に発行しますので読んでください。

◎学校医の先生を紹介します。

学校医：前田麻木先生（前田病院：腎臓内科）

歯科校医：上田敏雄先生（上田歯科医院）

学校薬剤師：山下順一郎先生（山下薬局）

耳鼻科医：木本信二先生（木本耳鼻咽喉科医院）眼科医：小嶋嘉生先生（小嶋眼科医院）

インフルエンザ発生

佐賀県の状況

2023年第14週（4/3～4/9）の患者報告数は減少し、定点当たりの患者報告数は2.85となりました。職場でのこまめな手洗い、こまめな換気、アルバイトで忙しくても一日3食必ず食べて抵抗力をつける生活をしてください。