



# 保健室だより 8月号

令和7(2025)年8月  
上宮学園中学校  
上宮高等学校 保健室

今日から2学期が始まります。生活リズムを学校モードに戻し、残暑を乗り切りましょう！  
8月25日には万博見学があります。大阪関西万博のテーマは「いのち輝く未来社会のデザイン」です。せっかくの機会なので、未来の健康や命について学び、「自分の健康をどう守るか」考えてみましょう♪

**未来の「健康」はもうすぐそこ！**

ヘルスケアパビリオンで体験できます  
※予約が必要なエリアもあります！

## 万博で学ぶ「未来の医療」

**AI 搭載ミラー:**自分の姿を映すだけで、家にいながら健康状態を確認でき、予防医療のアドバイスや診療を受けられる

**アイケアステーション:**目をチェックするだけで、目の病気を早期発見・治療できるだけでなく、視力の改善、目を使ったスポーツトレーニングなども当たり前になる

**ミライ人間洗濯機:**カラダだけでなくココロまで洗い、健康管理もサポートする

**AI 食事アドバイザーロボ:**一人ひとりに合った食事のメニューを提案する

**カラダ拡張スーツ:**ロボットを着用することで、空を自由自在に移動できたり、重いものを軽々と持ち上げたりできるようになる

参考:大阪ヘルスケアパビリオン公式 HP

## 養護教諭のおすすめパビリオン・万博グルメ



TECH WORLD パビリオンは、心拍数測定などの体験をしながら、お勧めの台湾の観光スポットを紹介してくれます！オランダパビリオン(予約必須)のニシンの サンドイッチはぜひとも食べてほしいです…！

オーストラリアパビリオンの展示は視覚も嗅覚も楽しめました♪インドパビリオンの「ビリヤニ」がとってもおいしかったです！暑くても自然と食が進みました！



## リボーンチャレンジで知る新技術！

ヘルスケアパビリオンのリボーンチャレンジエリアでは、展示内容が毎週入れ替わります。  
8/19～8/25の期間は『バイオプラスチックで REBORN』の展示が開催されています。

### ～展示の内容を一部紹介～

- ・針を使わない注射器
- ・人にも環境にも安心安全な医療機器
- ・未来の医療を支える「容器」
- ・「捨てる」から「育てる」ハブラシハ
- ・微生物によって分解される環境に優しいカトラリー
- ・「バイオプラスチック」製パイプオルガン



万博以降の環境問題にも関係する内容です！リボーンチャレンジエリアは事前予約不要なので、ぜひ訪れてみてください♪

## 8月24日は歯ブラシの日！～歯(8)ブ(2)ラシ(4)～

皆さんは歯ブラシを選ぶときに何にこだわっていますか？「年齢」や「歯の状態」「磨き方や使い心地の良さ」などに注目して、自分に合うものを探しましょう！

### ▶歯ブラシ選びの基本

- ① 使う人の口のサイズや状態に合わせる
- ② 毛の硬さは…毛先を使う磨き方→「やわらかめ」～「ふつう」表示のもの  
毛の脇腹を使う磨き方→「ふつう」～「かため」表示のもの



### ▶歯ブラシ豆知識クイズ

全国で一番の歯ブラシの生産地がどこか知っていますか？正解は…大阪府八尾市です！近鉄八尾駅前には歯ブラシのモニュメントが建っています♪梅田にある「歯神社」では毎年6月4日に歯神社例祭(通称:歯ブラシ感謝祭)が行われます。

「身体の健康は歯の健康から」といっても過言ではありません。**80歳**になっても**20本以上**は自分の歯を保つために、今から正しい歯磨きをしましょう！