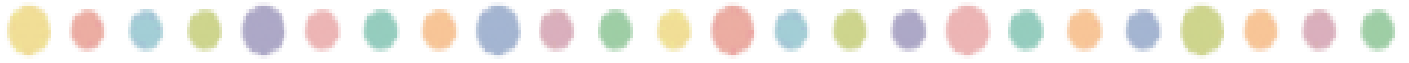


ほけんだより



特別号

令和6年 2月29日(木) 由利本荘市立鳥海小学校 保健室



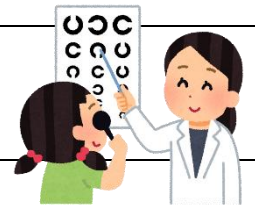
❀学校保健委員会を行いました❀

2/27(火)に学校保健委員会を鳥海小中合同で行いました。中学校学校医の鈴木**先生(本荘第一病院)、小中学校歯科医の石田**先生(いしだ歯科診療所)、小中学校薬剤師の大野**先生にお越しいただき、学校保健に関して様々なご指導・ご助言をいただきました。

鳥海小中からは「定期健康診断の結果および保健活動状況」、「新体力テストの結果を受けて」、「鳥海すこやかアンケートの結果」、「インフルエンザ・新型コロナウイルスの感染状況」について報告をさせていただきました。

【健康診断の結果から】

体格 肥満の状況	・肥満傾向の児童の割合が高い。(男子12.5%、女子25.0%である。) →女子は軽度肥満(20~29%)が多い傾向にある。
眼科	【視力検査】 ・B以下の児童に受診を勧めている。 ・10月の視力検査の受診率は41.7%である。
歯科	・おし歯を1人で複数もっている児童が多い。
治療状況	・ 歯科41%【32名中13名受診済み】 ・耳鼻科100%【6名中6名受診済み】 ・眼科(視力)60%【5名中3名受診済み】



冬休み前に受診の勧め(ピンクの用紙)を配布しております。まだ受診されていない方は、お早めに受診して下さるようお願いいたします。

【鳥海すこやかアンケートの結果から】

歯みがき	・低学年の児童が、1日の歯みがき回数が少ない傾向にある。 →1日1回のみと答えた5人中4人が1年生である。 →寝る前に歯みがきをしないと答えた14人中12人が低学年である。
メディア	・長時間のメディア使用は学年による差はあまりなく、低学年から長時間のメディア使用が習慣化してしまう恐れがある。
睡眠	・スクールバスの関係もあり、ほとんどの児童が6:30前に起床している。 ・ねる時間が遅い、決まっていない児童は固定化されている。
食事	・ほとんどの児童が毎日朝食を食べている。 ・朝食を食べてこなかった児童は5時台に起床しているが、「時間がなかったと答えている。



【学校医、学校歯科医、学校薬剤師より】

<p>学校医 (鈴木先生)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・家庭環境や個々の体力の問題などもあるので難しい現状もあるが、できることはなんでも協力する。
<p>学校歯科医 (石田先生)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・運動能力と噛み合わせの関係性や、口腔内の衛生と感染症の関係性などが明らかになってきている。 ・噛み合わせを作るのは乳幼児期である。 ・オリンピックの選手で、メディカルチェックとして歯科が義務づけられている競技もある。
<p>学校薬剤師 (大野先生)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・小中共に換気についてよく気を配っている。 ・換気・手洗い・うがいの徹底と、風邪症状のある子どものマスク着用の呼びかけを継続してほしい。

❖ 今後、ご家庭と一緒にがんばりたいこと ❖



歯みがき

- ・朝食後、給食後、寝る前の3回歯みがきをする。
- 特に寝る前の歯みがきはむし歯を作らないためにとっても大切！

メディア

- ・メディアよりも、優先すべきこと（食事・勉強・入浴）を先に済ませる。
- ・家庭でのメディア使用に関するルールを継続する。

睡眠

- ・低学年は21：00まで、中学年は21：30まで、高学年は22：00までに寝る。
- 20時以降はメディアを使用しない。

食事

- ・朝起きてからスクールバス乗車までの時間の使い方を見直す。
- 朝食を食べる優先順位を上げる。



今後も、お子様が安全に楽しく学校生活を送ることができるよう支援していきます！

お知らせ

❖令和4・5年度、本荘第一病院の保田**先生に学校医を務めていただきましたが、令和6年度から、加賀医院の眞坂**先生に務めていただくことになりました。どうぞよろしくお願いいたします。

❖各ご家庭での健康観察のため、「健康観察カード」を配布しておりましたが、3月をもって配布を終了します。引き続き、各ご家庭で朝の健康観察をし、登校するようにお願いします。