

令和6年度 第1回学校保健委員会だより

令和6年 7月11日
三角小学校学校保健委員会

6月25日(火)本校さんかくルームにて、第1回学校保健委員会が行われました。学校歯科医の筋野先生、学校薬剤師の松尾先生、PTA役員の皆様にご参加いただきました。

学校保健委員会は三角小学校の子供たちの健やかな成長を願い、学校と家庭・地域で心身の健康について協議し、実践に向けて方針を決定する会です。構成は学校医、学校歯科医、学校薬剤師、PTA役員、教養委員、教職員です。次回は来年の1月に大井西中学校、西原小学校と合同で開催します。

I 定期健康診断結果報告

(1) 身体測定

- ・身長、体重の平均値が男女ともに県平均を下回っている学年が多いです。
- ・毎学期に配布する健康手帳の成長曲線や肥満度グラフを活用してみてください。

三角小学校 学年別身長平均(cm)

	1年	2年	3年	4年	5年	6年
男子	116.1	123.8	129.5	134.8	140.0	145.5
女子	115.3	119.7	128.3	132.5	139.8	148.7

学年別体重平均(kg)

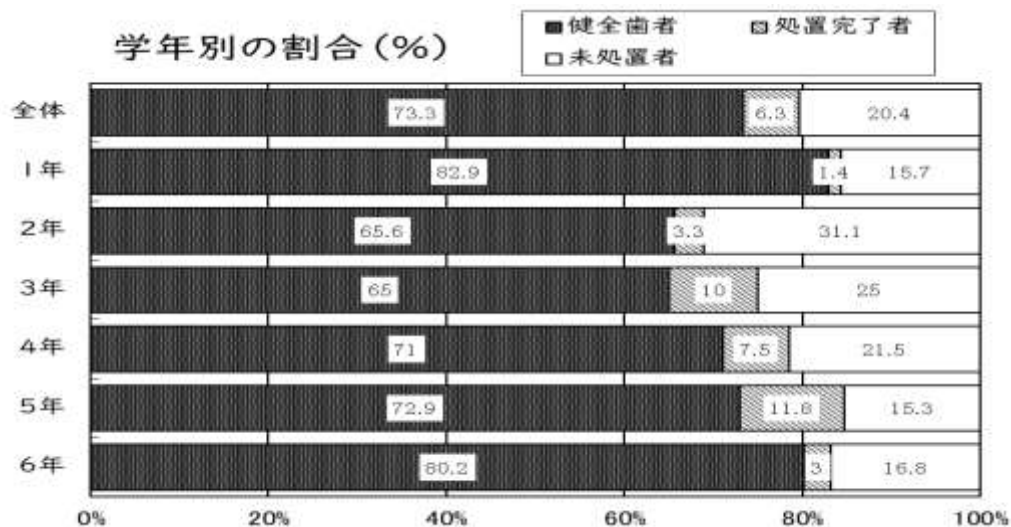
	1年	2年	3年	4年	5年	6年
男子	21.0	24.2	27.4	31.9	33.6	38.2
女子	20.8	22.1	26.5	29.1	34.1	39.6

(2) 肥満傾向とやせ傾向

肥満傾向児童は全体の8.1%、やせ傾向は全体の3.4%です。全国平均と比較すると本校は肥満はやや少なく、やせ傾向は多いです。肥満傾向の約半数が軽度肥満です。成長期のため、体重を大幅に増加させなければ解消していくケースが多いので、特に夏休みは食事や運動など過ごし方にご配慮ください。夏休み前に肥満・やせ傾向児童へ個別のお知らせを配布します。

(3) 歯科健診結果

全体で健全歯者の割合は73.3%、むし歯がありは全校で100名、20.4%です。むし歯、歯垢や歯石の付着、要観察歯ありは昨年より増加しています。夏休みを利用し早期受診をお願いします。三角小学校ではむし歯治療率100%を目指し、継続的なお知らせをさせていただきます。(現在の治療率55%)



(4) 視力検査結果

学年が上がると検査結果がCやDの児童が増加しています。6年生で眼鏡をかけている割合は33%です。また、眼鏡の度数調整が必要と思われる児童が多いです。視力低下の原因として姿勢の悪さやスマホ等の使用も考えられますので、ご家庭でもお子さんと目にやさしい生活についてお話しください。

2 生活習慣アンケート結果報告(令和6年6月実施)

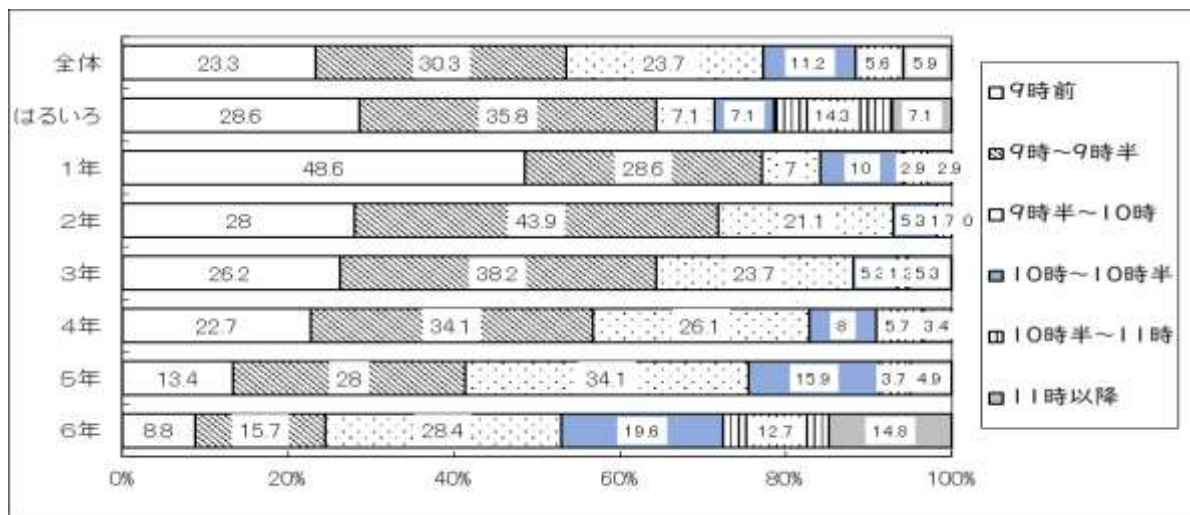
全体的によくできていること

- ・手洗いとうがいの習慣がついています。
- ・食べ物の好き嫌いはあるが、食べるように心がけています。



課題

- ・朝食を食べないことがあるという児童が13.3%います。少数ですが、お菓子類を朝食に食べています。
- ・歯みがきを1日2回という児童が全体で25.4%います。食べたらみがく(1日3回)習慣をつけたいです。
- ・朝の排便習慣がない児童が多いです。登校後の腹痛の原因が排便であることが多いです。朝、起きて、朝食を食べて排便をするという朝のリズムがとても大切です。
- ・小学生の望ましい睡眠時間は9~10時間程度ですが、十分な睡眠時間がとれていない児童が多いです。



- ・ICT機器(ゲーム、パソコン、タブレット、スマホ)で1日2時間以上遊んでいる児童が全体で56.7%でした。夜の使用は寝るのが遅くなることにつながるので、ご家庭でのルールが大切になります。



3 講話「三角小児童の歯・口の健康について」 学校歯科医 筋野 暢允 先生

三角小学校の歯科健診結果として、むし歯ゼロの児童が多く良かったですが、むし歯ゼロとむし歯多数の2極化も見受けられました。むし歯の多い児童が一定数いることが気になりました。小学生は乳歯から永久歯に生え変わる時期ですので、乳歯にむし歯がある場合は治療し、その後の予防を心がけることで、永久歯のむし歯ゼロを目指すこともできます。養育者による仕上げみがきも必須と考えています。

むし歯のほかに歯並びに問題がある「歯列不正」が多く見受けられました。歯並びは噛み合わせに大きく関わっていて、歯みがきのしやすさにも影響します。しっかり噛めない、磨けない部分が多いという問題は長い目でみていくと健康を損なう原因となります。治療は基本的に矯正治療となりますが、保険がきかず、自費診療となります。(一部、保険がきくものもあります)しかし、費用のみで判断せずにしっかりと矯正治療が行える歯科への受診が望ましいです。

4 学年別懇談

歯・口の健康や生活習慣について感じていることや、工夫されていることなどについてグループで意見交換を行いました。歯みがきの仕方、歯列矯正のタイミング、睡眠時間の確保、スマホやゲームの使用時間など様々な内容が話題になっていました。保護者の皆様の声を聞くことができ貴重な時間となりました。



児童保健委員会の代表児童が「歯と口の健康月間」での取組について発表しました。