

学校保健委員会だより

令和3年12月3日
飯豊中学校

1月26日(金)に、学校歯科医の中村政孝先生、町健康福祉課の伊藤明美保健師さん、町教育委員会の後藤美和子教育総務課長、父母と教師の会の役員や母親委員の方々にご出席いただき、学校保健委員会を開催しました。学校から健康診断の結果と飯豊中の感染症予防の取組について報告し、その後、伊藤保健師さんの講話を聞きました。講話を聞いた後は、情報交換をし、最後に学校歯科医の中村先生、伊藤保健師さんからご指導をいただきました。



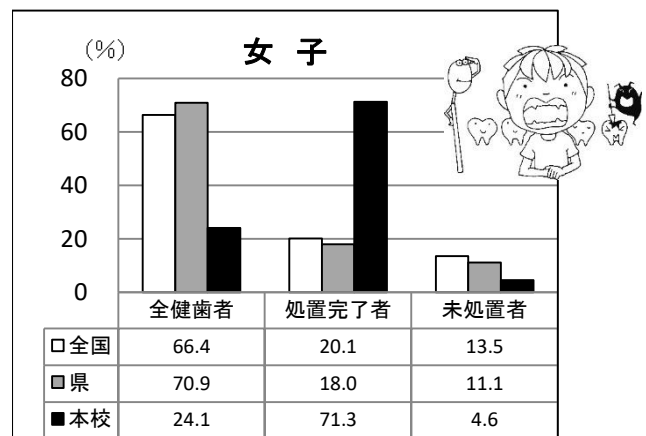
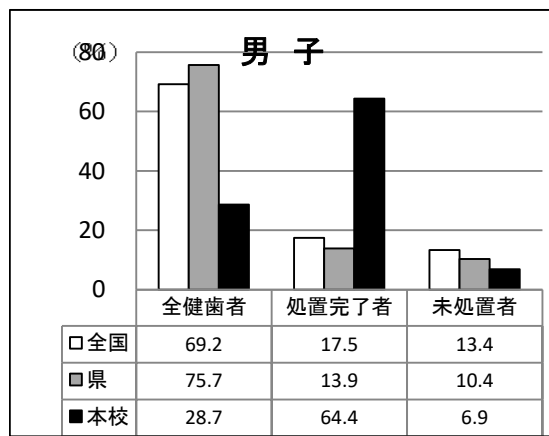
定期健康診断の結果

		身長(cm)					体重(kg)		
		本校	県	全国			本校	県	全国
男	1年生	153.2	154.8	154.3	男	1年生	45.5	47.3	45.8
	2年生	160.8	162.4	161.4		2年生	50.8	53.0	50.9
	3年生	165.8	166.8	166.1		3年生	58.1	57.1	55.2
女	1年生	152.8	153.2	152.6	女	1年生	46.0	45.5	44.5
	2年生	154.9	155.5	155.2		2年生	48.4	49.3	47.9
	3年生	155.5	157.1	156.7		3年生	53.8	51.2	50.2

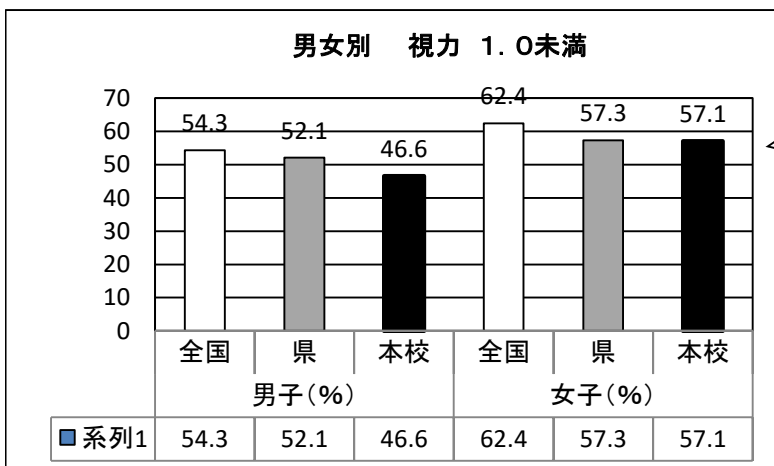
■は全国平均を上回っている数値

体位は、1年生女子が身長・体重ともに全国平均を上回っています。

3年男子、2・3年生女子は、体重が全国平均を上回っています。



- むし歯のある人(未処置歯)の割合は、男女とも、全国・山形県に比べ、多くなっています。
- 飯豊中学校のむし歯のある人の割合は、年々減少しており、今年度一番低くなりました。



○視力1.0未満の人の割合は、男女ともに、全国・山形県平均より低くなっています。



- ・ 置賜では現在、プール熱（アデノウイルスによって起こる感染症）が流行している。季節によって流行する感染症であったが、最近はその定説が覆されている。
- ・ 山形県の新型コロナウイルス感染症の第5波では228名の感染者がおり、若年者が多かった。県内では5つのクラスターが発生した。11月13日には、1年3ヶ月ぶりの入院患者ゼロとなった。
- ・ 世界では最近また流行しているが、日本ほどのワクチン摂取率ではない。
- ・ 感染成立の3要素は「感染経路」「病原体ウイルス」「人間の免疫」だが、「感染経路」の遮断が感染拡大防止に有効。感染経路の遮断は、何より換気が大事。新型コロナウイルスの感染は「飛沫感染」「エアロゾル感染」なので、この対策を徹底的にやる必要がある。「接触感染」は最近削除された。換気を含む密対策が大事で、常時換気をし、対角線の窓を開けておくことが有効。
- ・ 新型コロナウイルス感染症の感染可能期間は「発症2日前から発症後7～10日」なので、常にマスク着用と手洗いをすることが必要。以前の14日間という説はなしになった。
- ・ 手洗いについては、気が緩んできたのではないかと。この冬を元気にのりこえるため、洗わないことが気持ち悪くなるくらい習慣化すること。
- ・ 予防接種を適切な時期に受ける。防げる病気はワクチンで防ぐ。重症化を防ぐことができる。10月になったらインフルエンザ予防接種という意識を。
- ・ 免疫をおとさない。食事・運動・睡眠の基本的な生活習慣を大切にすること。色々な食品を食べ、運動不足にならないようにする。運動不足は抵抗力が下がる。睡眠のリズムが崩れると自律神経が乱れる。睡眠のリズムを整えるには早起きをすること。ポイントは土日も同じ時間に起きること、寝る前にスマホをいじらないこと。子どもは密接するので感染しやすい。
- ・ 36.5℃以上の体温を保つこと。35.9℃以下は免疫が下がっている可能性有り。1℃下がると免疫が3割下がる。

保護者の方より

- ・ 家族みんなで予防を心がけること、よく食べて、体を動かし、よく眠ることが大事だと思った。
- ・ 子どもたちが食べていなかった発酵食品を食べるようにしたい。3年生は部活動が終わり運動していないので、以前よりも量を食べられなくなったのではないかと。
- ・ アップデートされた情報を家族で確認したい。
- ・ エビデンスが重要だと思った。だだやっていたらいいというところがある。予防の効果があるのか理解して予防対策をしていきたい。最近の情報を確認しておくことが大事だと思った。気が緩んでいたが、今まで通り予防対策をしていきたい。
- ・ 換気は大切だと思った。家では換気をしていなかった。家庭でも手洗いと消毒のほかに、換気も取り入れていきたい。
- ・ コロナ禍でゲームの時間が増えた。外で遊べなかった分、ゲームで友達とつながっていた。

学校歯科医 中村先生より

- ・ 歯科検診はスクリーニング。あやしいものは全てお知らせしている。あえて多めに受診のお勧めをだしている。歯科に通院して精密検査をしてほしい。
- ・ 歯科検診では、全体的によい状況だった。数名むし歯のひどい人がいた。
- ・ むし歯と歯肉炎は菌が違う。むし歯がなければOKではない。定期的に検診を受けて口腔ケアをする事が大切。口の状態が全身へ影響することもある。口の中の状態が悪いため、手術が延期される場合もある。
- ・ コロナウイルスに絶対感染しないということはありません。予防の基本は、換気、石けんでの手洗い、マスク着用。やることをやっても感染する場合もある。感染した場合、誹謗中傷などがないようにしていくことが必要。

