

スマイルアップだより (学校保健委員会)



令和元年6月28日

大寄小学校 学校保健委員会

6月20日(金)、本年度第1回大寄スマイルアップ(学校保健委員会)が開催されました。丸山学校歯科医様、学校運営協議会委員の皆様、PTA会長様、PTA役員の皆様と多くの方々の参加をいただきました。ありがとうございました。

会議では、新体力テストの結果や健康診断結果・環境衛生検査の報告がありました。また、学校歯科医の丸山先生より「歯のかみ合わせの重要性」について講話をいただきました。



*** 学校長より ***

★朝食はほぼ全員食べてきている。一歩進み、バランスのとれた朝食を心がけてほしい。

例：1汁3菜

★「こ食」(今の子ども達の食の傾向)への問題提起
「孤食」・「個食」・「固食」・「小食」・「粉食」



*** 新体力テストの結果について～新井体育主任より ***

★標準値を上回った項目は96項目中63項目あった。
本校児童は、握力・俊敏性が高い。課題は50m走・持久力・投力である。また、女子の体力に課題がある。授業・業間運動・休み時間等を活用し、体力向上に取り組む予定。

*** 定期健康診断・環境衛生検査の結果～仙波養護教諭より ***

- ★乳歯う歯(むし歯)(14.8%→20.1%)とCo(初期むし歯)保有者は(7.7%→8.1%)昨年より増加してしまった。永久歯う歯はなかった。カリエスフリー(う歯ゼロ・治療歯ゼロ・Coゼロ)の割合は昨年とほぼ同じであった。
- ★昨年と比較し、歯垢のついてる、そして、軽い歯肉炎を起こしていた児童の割合も増えてしまった。
- ★視力A(1.0以上)の児童の割合は、昨年より増え、全国平均より少し良い結果だった。2年、4年に視力の低い児童が多い。
- ★肥満傾向児の割合(9.3%)は深谷班平均(8.8%)よりわずが多いが、高度肥満の児童はいなかった。



★環境衛生検査 6/13(木)実施 晴れ

- ①給食室の環境衛生検査 → 問題なし
- ②図書室広場のダニの検査 → 基準値内
- ③教室の照度 2-1・5-1 → 基準値内だが、望ましいとされる500ルクスに満たない場所もあった。

健康診断結果は、全般的に良く、特に歯科については、日頃の各家庭の健康への意識の高さを感じる。カリエスフリー(う歯0)の児童を増やしていくことを目標に進めているが、足踏み状態である。また、乳歯のむし歯保有状況を見ると今後も難しさを感じる。そこで、乳歯から永久歯への生え替わりの多い3・4年生については、特に丁寧な仕上げみがきをお願いしたい。また、歯科保健も含め、健康の基本となる規則正しい生活をするという点についても目を向けてくださるようお願いしたい。



★ 講話

*** 「体全体に及ぼす歯並び・かみ合わせについて」

大寄小学校歯科医 丸山 吉弘先生 ***

① 歯並び 0・1・2の3段階で分類

- 0→問題なし
- 1→少し問題あり、経過観察
- 2→問題あり、要治療

*子どもの場合は、歯並び1の時に受診し、矯正していくと容易に改善することが多い。



② 歯列不正は、どのような影響があるか？

- ・外観・発音・姿勢・むし歯、歯周病・嚙下・口呼吸等・・・むし歯・歯周病
- ・免疫力低下～ 病気へ

③ 歯列不正はどのようにしてなるのか？

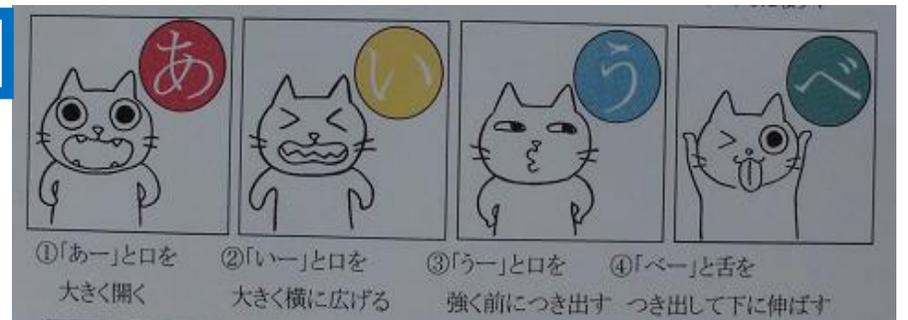
- ・先天的 ～ 遺伝
- ・後天的 ～ 生活習慣によるもの(姿勢や習癖から)
- ・乳幼児からの授乳の仕方・だっこの仕方からも影響あり
- ・姿勢(ほお杖等)
- ・口呼吸(ぼかん口) ← 「あいうべ体操」が有効(むし歯予防・風邪予防等にも効果あり)

④ 歯列不正にならないためには？上手に改善していくためには？

- ・遺伝的な要素もあるが、原因があり歯列不正になるので、たくさんの情報と知識を増やし、対応していくことが大切。(かかりつけ歯科医への定期健診も)

あいうべ体操

やってみよう！
1日10回を朝・昼・夜
3セットが目安です。



今井一彰医師(みらいクリニック医院長)考案