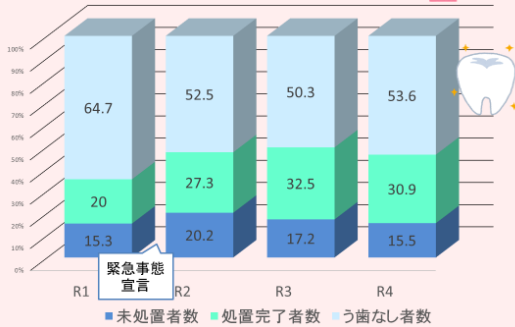




今年度の学校保健委員会は、小学校、中学校合同で開催しました。附属小中学校の健康状態の共通の傾向として、例年県や全国と比べて視力低下者の割合が高いということがあります。また、歯に関しては新型コロナ流行前までは、う歯が少ないという傾向でしたが、コロナ流行以降増加に転じています。そのような実態から、児童生徒の健康診断の結果の推移と「目の健康に関するアンケート結果」から、出席いただいた学校医の先生方からご意見、ご指導をいただきましたので、児童、生徒の皆さん、保護者の皆様にお知らせいたします。

## 定期健康診断結果

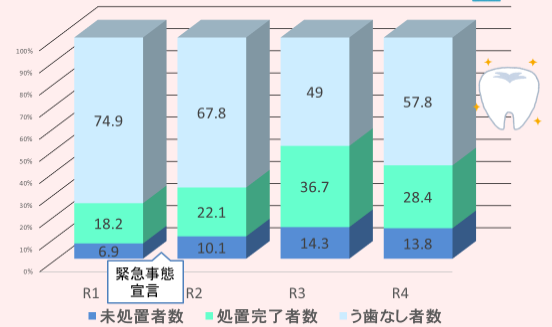
### 歯科検診結果(小学校)



小中ともに、R2以降、う歯(未処置歯と処置完了者数を合わせた数)の割合が増加しています。コロナ流行以降、生活様式の変化や通院控え等、様々な要因が考えられます。

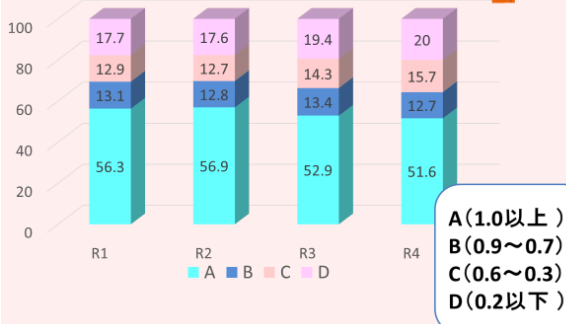
## 定期健康診断結果

### 歯科検診結果(中学校)



## 定期健康診断結果

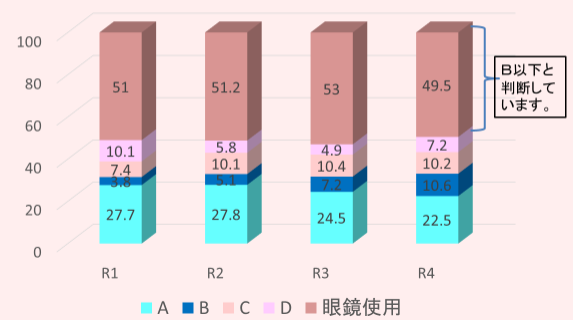
### 視力検査結果(小学校)



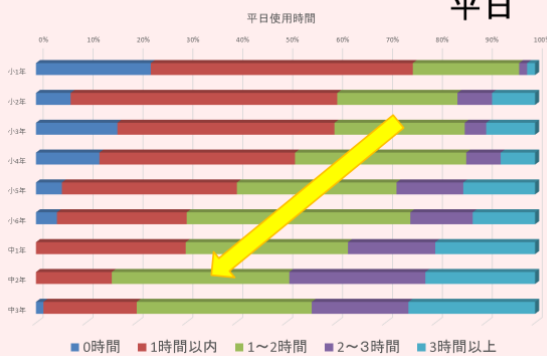
小中ともに、年々視力低下者の割合が増加しています。中学校になると、小学校よりさらに視力低下者の割合が高くなっています。全国的に視力低下者が年々増加していますが、附属小中はさらに高い傾向にあります。

## 定期健康診断結果

### 視力検査結果(中学校)



## パソコン・携帯・タブレット使用時間 平日

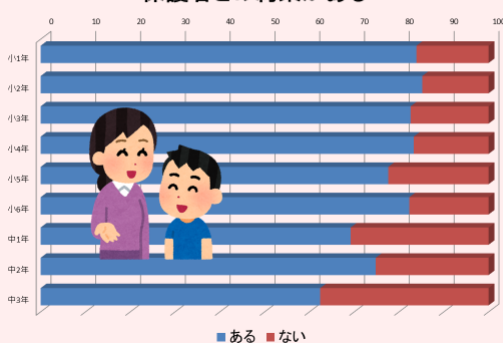


小中ともに、「目の健康に関するアンケート」を実施しました。平日のパソコン・携帯・タブレットの使用時間は学年が進むにつれ、使用時間が増えています。使用目的は、小学校低学年では「学習」が最も多く、小学校高学年、中学生になると「動画」が最も多いという結果でした。

## 使用目的は何か(多い順)

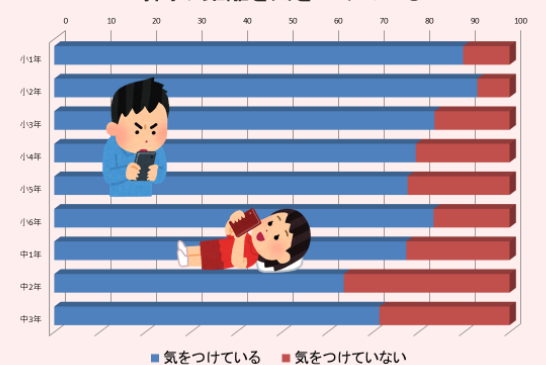
	小1~3	小4~6	中1~3
1位	学習	動画	動画
2位	ゲーム	ゲーム	音楽
3位	動画	学習	調べ物
4位	調べ物	調べ物	SNS
5位	音楽	音楽	ゲーム
6位	SNS	SNS	学習

## 保護者との約束がある



パソコン・携帯・タブレットの使用について、保護者との約束は学年が上がるにつれ、約束していない家庭の割合が増えています。また、時間や距離に気を付けていない割合も学年が上がるにつれ増えています。

## 時間や距離を気をつけている



## 学校医・学校歯科医・学校薬剤師の先生方のお話から

〈金子達先生（金子耳鼻咽喉科）〉

新型コロナはピークを迎えつつある。現在はインフルエンザも増加傾向。インフルエンザの治療薬は処方できるが新型コロナ治療薬は12歳以上に処方している。オミクロン株については、感染者数は多いが後遺症が残る人は少ない。ただし例外もあるので要注意。



〈大和田葉子先生（そらまめキッズクリニック）〉  
体力をつける事、感染症予防の為に、日常生活の中に取り入れられる工夫が必要。

古来から受け継いでいる何の道具もいらない健康法、鼻うがい、日常生活から姿勢をよくする等、体幹、筋肉を鍛えることができる。誰でもができる工夫、継続できることも、健康を維持するために大切。



〈柴野智毅先生（しばファミリークリニック）〉

時代が移り変わり、便利な世の中になっている。体力の低下、視力の低下がみられるが、幼い頃に、保護者の方と共にスマホやタブレットの使用の仕方を学んでいく必要がある。

呼吸器系の疾患では、年々喘息の児童が減ってきているが、アレルギー性の喘息は増加傾向。



〈大久保彰先生（おおくぼ眼科）〉

今の子ども達の生活は、勉強、テレビ、スマホ等近方視の環境ばかりが継続する。目は絶えず緊張状態にあり眼軸が伸びて近視眼はますます進行する。近いところを見る時間が1~2時間継続したら、5~10分は遠くを見る環境にする、例えば外遊び、屋外でのスポーツ、夜空の星を観察するなど、家庭でできる有効な方法である。



〈釜井真司先生（かまい歯科）〉

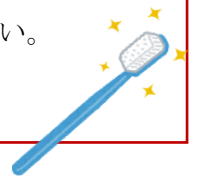
本校はコロナ後一時、むし歯が増加傾向にあったとの事。むし歯は「細菌性の疾患」ブラッシングが重要。口の中の細菌数を減らすことでむし歯や歯周病を防ぐことができる。

コロナ流行期の歯科医としての予防は、マスク、防護眼鏡、フェイスシールドをし、患者さんとの距離等の工夫。



〈青木寛之先生（青木歯科）〉

コロナ当初から、試行錯誤の生活であった。食生活や生活習慣の変化の影響が大きかった。マスク生活が当たり前になったが、歯科的にはマスクした状態生活は口腔環境的に良いとは言えない。しばらくはマスク生活が続くであろう。口腔内を清潔にし、食事を定期的に摂ることも大切。早く元の日常が戻ると良い。



〈小塚雅孔先生（こづかファミリー歯科）〉

むし歯予防と唾液のパワー、唾液には自浄作用や抗菌作用がある。食べ物の流れ、消化だけでなく、感染症予防や免疫力にも影響する。学校給食で出来る工夫として、よく噛むメニューなどを取り入れてみるのも効果大。栄養士と相談しながら、噛むことを意識して生活してみる工夫を。



〈猪瀬昌子先生（ミドリ薬局）〉

コロナ禍では、うがいや手洗いやマスク生活と感染症予防に取り組んできた。

今現在は、医薬品の不足があり、必要な人に必要な医薬品が届かないこともある。

大人も子どもも免疫力を落とさないように感染症をのりこえて欲しい。

