

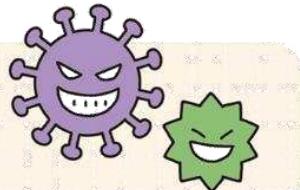


令和6年12月20日 阿村小学校保健室 No.11

感染症に かからない！うつさない!!

寒くなってきて空気が乾いてくると、ウイルスが活発になり、感染症が広がりやすくなります。阿村小学校でも感染者が少しずつ出てきました。特に活発になるのは、次のようなウイルスです。みなさん、知っていますか？

- インフルエンザウイルス
- RSウイルス
- コロナウイルス
- ノロウイルス



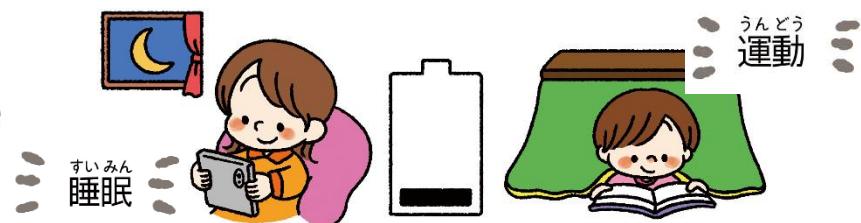
こうしたウイルスが体の中に入ってきて病気になると、せきや鼻水が出たり、急に高い熱が出たり、頭やお腹が痛くなったりします。

ウイルスは人から人へとうつるので、自分や周りの人がかからないように次のこと気につけましょう。

- 人が大勢いる場所ではマスクをする
- せきエチケットに注意する
(せきやくしゃみが出そうになったら、ティッシュ・ハンカチ、上着の袖などを使って、口や鼻をおさえる)
- 石けんでていねいに手を洗う
- しっかり栄養をとる
- ぐっすり眠る
- 規則正しい生活をする



○○が不足して
いませんか…?



保護者の方へ

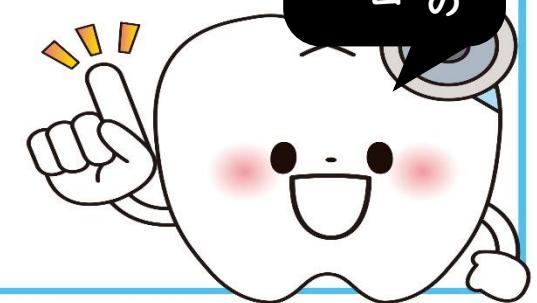
現在のむし歯治療率

58%
(12月19日現在)

治療が必要な人

あと13人

阿村小学校の一一番の健康課題は、むし歯です！



～インフルエンザ、新型コロナウイルス感染症の出席停止期間について～

今週に入ってから阿村小学校にも感染症の児童が発生し、発熱での欠席も増えました。そこで、代表的な2つの感染症について出席停止の期間をお知らせします。

インフルエンザの場合 (例: 3日に解熱した場合、4日に解熱した場合)

	発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
3日に解熱した場合		発熱		解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	登校OK	
4日に解熱した場合		発熱		解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	登校OK	

新型コロナの場合 (例: 4日に症状が軽快した場合、5日に症状が軽快した場合)

	発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
4日に症状が軽快した場合					有症状	症状軽快	登校OK	
5日に症状が軽快した場合					有症状	症状軽快	症状軽快後1日目	登校OK

インフルエンザにかかった場合は、「発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日を経過するまで」です。

新型コロナウイルス感染症にかかった場合は、「発症した後5日を経過し、かつ、症状が軽快した後1日を経過するまで」出席停止になります。

松島町の学校保健委員会を開催しました!!

去る10月、今年度初めて松島町地域合同での学校保健委員会が松島中学校で開催されました。そのときのまとめを裏面に掲載しました。ぜひ、ご一読ください!!

松島中学校区



地域学校保健委員会だより

令和6年12月20日
文責:阿村小(森嶋)

10月7日(月)に令和6年度松島中学校区地域学校保健委員会を開催しました。学校保健委員会とは、学校における健康課題を協議し、健康づくりを推進するための組織です。校区の子ども達の健康問題の解決や健康づくりの推進のため、今年度より校区で実施しています。

松島中学校学校医の春田先生、学校歯科医の松原先生、学校薬剤師の松本先生、上天草市役所保健師桑畠様、松島中学校PTA会長山下様、各保育園・小・中学校代表職員の計17名が参加しました。各保育園・小・中学校の健康実態と取組を報告し、校区の子ども達の健康課題について協議を行いました。その内容の一部を紹介します。

小・中学校の健康実態（令和4年度熊本県学校保健統計調査結果との比較）

<u>むし歯保有率</u>	:▲各学校県平均よりも高い傾向にある。
<u>むし歯治療率</u>	:今津小 67.1%、阿村小 38.7%、教良木小 80%、松島中 38.6%
<u>肥満傾向児</u>	:▲各学校県平均よりも高い傾向にある。
<u>裸眼視力1.0未満</u>	:○各小学校は県平均よりも低い傾向にある。 ▲中学校は県平均と同程度である。
<u>朝食摂取率</u>	:○各小学校で90~100%と高い傾向にある。 ▲中学校では約80%と低い傾向にある。

むし歯は自然には治りませんので、早めに受診をお願いします。

小・中学校の取組

今津小

- 学級活動(歯・目)
- 学校歯科医・歯科衛生士によるブラッシング指導
- 朝ごはん集会・6年生家庭科:朝食作り
- パワーアップチャレンジ(体育委員会)
- 毎週水曜日「おうちで読書」の実施など

阿村小

- 第1水曜日「家庭読書の日」実施
- 学校歯科医によるブラッシング指導(4~6年)
- 学級活動(歯1~3年生)
- ヘルシーコントロール教室(夏・冬、生活習慣に関するアンケート)
- 月例体重測定・10月視力検査など

教良木小

- 第1週目すこやか週間実施
- 第1(水)「ノーメディアデー」
- 親子教育教室、親子スマホ教室(土曜授業時)
- 学級活動(歯・目)・月例体重測定
- ランチルーム給食 昼休みの全校遊びなど

松島中

- 第1水曜日「ノーメディアデー&ロングスリープデー」実施
- 学校歯科医によるブラッシング指導(1年生)
- 保健委員会アンケート(睡眠とメディア)
- SC講話など

各保育園の健康実態と取組

今泉保育園

- むし歯保有率が少ない。
- 朝食摂取率100%。
- 歯科検診の結果を家庭に知らせる今年度よりその後の受診結果報告を保護者に依頼。
- 毎月の園・クラス・給食などにて健康面についての情報やお願い等掲載。

など

松島保育園

- 朝食摂取率100%。
- 食後はしっかり噛むこと。
- 食後の歯みがき・うがいの徹底。
- むし歯治療の保護者への声かけ。

など



愛光園

- 朝食摂取率90.4%。
- 毎日の体温チェックや保護者とのやりとり(子どもの健康面について)
- 保護者会での研修(生活習慣や健康面)
- いきいきウィークの実施。
- 健診等実施後の報告。

など

教良木保育園

- 朝食摂取率100%。
- 食材を大きめに切って提供している。
- 年1回の歯科検診、食後の歯みがき、フッ化物洗口を行う。
- 園だより等で情報提供。

など

意見交換・指導助言



《松島中学校 学校医 春田先生より》

- メディアについては、保育園から継続した取組が必要である。
- 肥満は5人に1人ぐらいの割合である。中学校の方が多い傾向にある。内科検診でも中学2・3年生の肥満が多いように感じる。肥満、裸眼視力1.0未満の全国平均との比較は?
→肥満については、小中ともに全国平均を上回っている。視力については、小学校は全国平均を下回っているが、中学校は全国平均と同程度である。
- 部活動の実施状況は?
→松島中の部活動加入率は、近隣の中学校と比べて低い傾向にある。

《松島中学校 学校歯科医 松原先生より》

- むし歯は減少傾向にある。噛む力がとても重要である。保育園でのよく噛んで食べるための取組はとても良い。よく噛んで食べると、肥満防止、体力向上など全身の健康につながる。歯科検診で顎が細くなっている生徒を見かける。
- スマートフォンやタブレットを下を向いて集中して見ていると、お口ぽかん(口唇閉鎖不全)となり、むし歯になりやすいなど体へ悪影響を及ぼす。家庭の見守りが重要である。小学校低学年は仕上げ磨きをお願いしたい。

《松島中学校 学校薬剤師 松本先生より》

- 噛む力は重要である。噛む力は、生涯の健康につながる。肥満の改善にもつながる。

《上天草市保健師 桑畠様より》

- 乳幼児健診の際に保護者へメディアについても啓発を行っている。
- むし歯治療率が高い学校ではどのような取組を実施されているのか?
→今津小では、治療勧告の徹底を行っている(歯科治療アンケートなど)。また、委員会活動で児童から児童へむし歯治療の呼び掛けを行っている。教良木小では、児童一人ひとりにむし歯がどこにあるのかを記入したシートを渡し、個別指導を実施した。

《松島中学校 PTA会長 山下様より》

- 体力の低下が懸念される。学校として、体力面の対策はどのようなことを実施しているか?
→松島中では、体力テスト結果の振り返りを行い、各自運動するよう伝えているが、その後生徒がどのくらい運動を行っているのか把握はできていない。体育での補強運動は実施している。

今後も校区で連携・協力を図って、子どもたちの健康問題の解決や健康づくりの推進を行っていきたいと思います。ご家庭においても、メディアを含めた基本的な生活習慣について見守り・声かけをよろしくお願ひいたします。

