

ほけんだより



南が丘小学校
保健
室

H28.11.30

早々にインフルエンザに感染してしまった人もいましたが、大流行には至らず、今は落ち着いている状態です。

しかし、感染性胃腸炎（胃腸かぜ）の症状での欠席は、毎日数名います。しっかりと手洗い、うがいをして予防しましょう。



～おうちの方へ おねがい～

・朝、おうちで吐き気がないか、下痢はしていないかなど、お子さんの様子を見てあげてください。もし、体調が優れないときは、くれぐれも無理をせず、元氣になってから登校するようお願いします。

・給食当番のマスクを忘れてくる人がいます。使い捨てのマスクを数枚、いつもランドセルに入れておいて、咳が出るなど必要なときにも使えるようにしてください。



学校保健委員会報告

11月2日に第1回の学校保健委員会が開催されました。話し合われた内容の一部を紹介したいと思います。

1. インフルエンザ、食中毒予防について<学校医、薬剤師・保健師さんより>

・マスクは、咳エチケットのためには大切ですが、かぜ予防の効果はあまりありません。マスクをつけるときは、顔のサイズにあったものを選びましょう。

・冬に流行する感染性胃腸炎にご注意ください。とくにノロウイルスは、人から人へ二次感染をします。こまめに手洗い（指の間や手首まで）を心がけ、日々の食生活に気をつけたり、体力をつけることが大切です。

※集団食中毒が出たときに、きちんと3食摂っていた人の方が、症状が軽かったというデータも



あります。

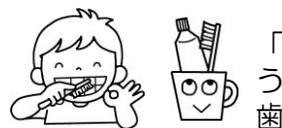
2. 4月歯科検診の結果より

(%)

	学年	人数	う歯なし		処置完了		未処置歯あり	
			本校	津市	本校	津市	本校	津市
男	1	61	67.2	52.7	13.1	17.4	19.7	29.9
	2	66	53.0	46.6	22.7	22.9	24.2	30.6
	3	69	52.2	40.0	13.0	29.8	34.8	30.2
	4	82	46.3	40.1	31.7	29.1	22.0	30.8
	5	58	58.6	41.3	22.4	30.6	19.0	28.1
	6	70	64.3	50.6	27.1	25.1	8.6	24.4
女	1	56	66.1	57.4	8.9	17.7	25.0	24.9
	2	63	66.7	49.6	9.5	21.8	23.8	28.7
	3	66	63.6	44.2	18.2	26.9	18.2	28.9
	4	66	53.0	44.4	22.7	26.7	24.2	28.9
	5	49	71.4	49.8	14.3	22.9	14.3	27.4
	6	86	74.4	57.2	17.4	20.2	8.1	22.6
全体		792	61.2	47.9	18.9	24.2	19.9	27.9

※津市全体は、平成27年度の値です

・本校は、津市全体(昨年)に比べて、「う歯なし」の割合が高いです。
とくに高学年の女子は、約7割が



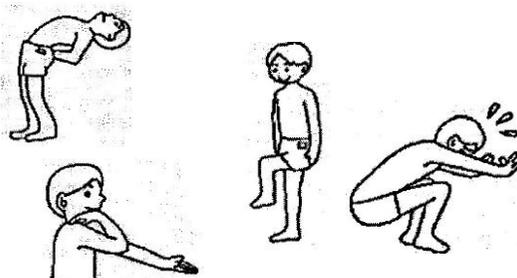
「う歯なし」でした。

<学校歯科医より>

・近年は、女子の方が男子より歯の状態がよい傾向にあります。手入れの仕方にも差があると思われます。三重県全体では、全国に比べて、まだまだ「う歯なし」の率が低いです。

3. 運動器検診について

今年度より始まった健康診断の一つで、これまでの①背骨の状態に加えて、4つの項目について、チェックをしました。



- ②腰を曲げたり、反らしたりすると痛みがある
- ④腕が伸びない、曲がらない

スポーツ障害の有無をチェック

- ③5秒以上の片脚立ちができない
- ⑤しゃがみこみができない

股関節のチェック

③、⑤については、ストレッチをして改善できれば問題はありますが、改善できない場合は、病気がないかを疑います。

学校の体育の授業でも、柔軟(ストレッチ)をしたり、体力作りのトレーニングを意識して取り入れたいと考えています。おうちでも、どんどん外遊びをして体を動かすようにしていただきたいと思います。

※その他、避難訓練や防災について学校や保護者ができること、
また、食育や子どもたちの体力などについて話し合いました。
参加いただいたPTA本部役員の方々、ありがとうございました。

