

# 学校保健委員会だより

2024年 7月  
山梨大学教育学部附属中学校  
学校保健委員会事務局

## 学校保健委員会が開催されました



7月10日(水)に学校保健委員会が行われました。

定期健康診断の結果、欠席状況、保健室来室状況などから附属中生の健康課題の提案、生徒会活動の報告、学校医・学校歯科医・学校薬剤師の先生方からの指導助言、質疑応答などがありました。内容を抜粋してお知らせいたします。



### 学校保健委員会とは？

学校における健康の問題を学校、保護者、関係機関等が研究協議し、健康づくりを推進する組織のことです。

### 【出席者】計31名

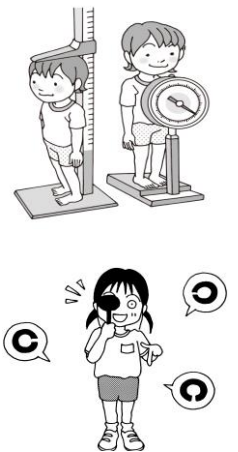
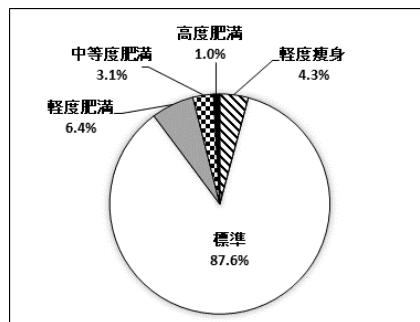
- \*学校医：小鹿先生(内科)・笠井先生(歯科)・植松先生(薬剤師)
- \*PTA代表：会長・副会長・保健委員
- \*学校職員代表
- \*生徒代表：生徒会会長・副会長・保健安全委員長・整備委員長

## <定期健康診断の結果>

### ○身長・体重(附属中・平均値)

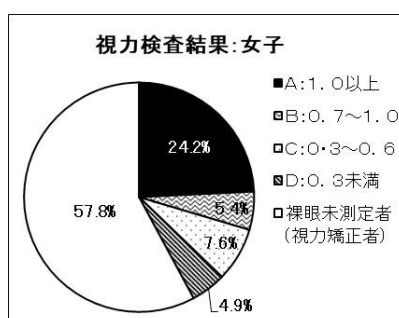
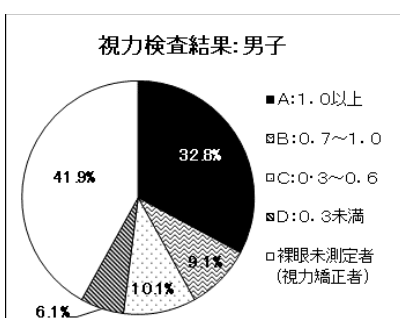
		身長(cm)	体重(Kg)
男子	1年	153.5	44.7
	2年	161.9	50.8
	3年	166.7	56.4
女子	1年	153.6	43.6
	2年	156.2	47.4
	3年	155.9	49.8

### ○肥満度



・全国平均を上回っているのは2・3年の男子であり、1年生の男子と3年生の女子は身長・体重共に全国平均を下回っていた。肥満度の分類においてほとんどの生徒が標準であった。

## ○視力検査 (コンタクトレンズや常時眼鏡をかけている生徒は矯正視力のみを測定している)



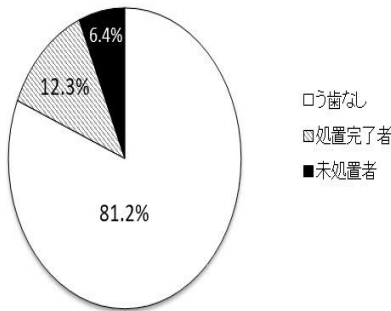
・裸眼視力1.0未満の者の割合は、全校で71.7%(302人)であり、全国(61.2%)よりも高い。

・男女を比べると裸眼視力1.0未満の割合が高いのは女子である。全国も同様の結果であった。

## ○歯科検診



歯科検診結果（全校）



	1年	2年	3年	合計	%	
むし歯のない者	100	115	114	329	81.2%	
むし歯	処置完了者	30	13	7	50	12.3%
	未処置	4	10	12	26	6.4%
歯列不正(軽度)	11	20	29	60	14.8%	
歯列不正	0	3	12	15	3.7%	
歯垢(若干付着)	9	0	1	10	2.5%	
歯垢	1	1	3	5	1.2%	
GO(軽度の歯肉炎症)	2	0	4	6	1.5%	
歯肉炎	0	0	2	2	0.5%	

- ・本校のむし歯のない者の割合は81.2%であり、全国平均71.8%を上回っている。
- ・歯垢や歯肉炎で受診が必要な割合も少なく、本校では歯と口の健康が保たれている生徒が多い。
- ・12歳の永久歯の1人当たりのむし歯の本数は0.51本であり、全国平均0.56本と比較すると少ない。

## <学校医の先生方より>

### 内科校医：小鹿先生

#### ●低身長の原因と対策について（低身長＝年齢の平均-2.0SD以下）

多くは遺伝や体質によるものであり、治療できるものとそうでないものがある。成長ホルモンは睡眠時に分泌されるため、しっかり眠ることは身長の伸びにもつながる。寝溜めは×

#### ●自律神経の乱れる原因と対策について

起立性調節障害(OD)・ストレスやトラウマなど心因性のものが関わっていることもある。対処法としてはリラクゼーション(腹式呼吸法・漸進的筋弛緩法(YouTube 国立精神神経センター)など



Breath Ball



プラスボールは、このQRコードをスキャンしてダウンロードしてください。



小鹿先生資料より

### 歯科校医：笠井先生

●本校の12歳の永久歯1人当たり平均むし歯数0.51本であり、口腔環境は比較的良好である。

●コロナ禍による口腔衛生の影響について、現時点では悪化していないという結果が出ている。口腔内が乾燥していると雑菌が繁殖しやすくなるため、歯磨きができない環境にある場合はうがいだけでも効果がある。

### 学校薬剤師：植松先生

●薬のアレルギーについて、発疹が出現するなどさまざまな症状が出る。時間が経ってから出現する場合もあるため薬を服用後、様子を見ることが大切である。また、お薬手帳を1冊もつこと、アレルギーがある場合には記入しておくことが大切。

●子宮頸がんワクチンについて(資料提供)  
キャッチアップ接種など

### 耳鼻科校医：橋田先生 <資料提供>

#### ●ヘッドホン難聴(イヤホン難聴)について

ノイズキャンセリング機能のついたイヤホン・ヘッドホンを選ぶ。大きすぎる音量で聴かない。耳を休める。

#### ●花粉症について

予防法としては花粉に接しないことが重要。付着しないような工夫(マスク・メガネ・洗顔・うがいなど)をすること。

### <生徒・保護者からの感想>

- ・校医の先生方に直接質問できる機会があるのはとてもありがたかった。
- ・学校での検診の結果など知ることができて良かった。
- ・今日の学びを家族や友達、全校生徒に共有して、より健康な生活、元気な附属中を創っていけるようにしたい。