

保健便り2月号



佐世保市立日野中学校
R6.2.19 発行担当者:増元

2月も中旬を迎え、徐々に寒さも和らいできました。

佐世保市内では、1月下旬からインフルエンザ感染者数が増加傾向にあり、校内でも注意が必要です。日野中学校生徒全員が元気に3月を迎えられるように、換気・手洗いを徹底してほしいと思います。ハンカチ・水筒を忘れず持参してくださいね。

……佐世保市子ども期歯科保健研修会……

2月10日(土)、体育文化館コミュニティセンターで令和5年度佐世保市子ども期歯科保健研修会が開催されました。

研修会の中では、福岡歯科大学 小児歯科専門 岡 暁子先生より「子どもまんなか社会における定期歯科健診の役割」についてのご講演もありました。

歯列・咬合(歯並び・噛み合わせ)に関する内容を中心に、子どもにとってよりよい治療とは何か、歯科医院・大学病院はどのような観点から口の中の状態を分析しているのかを丁寧にお話してくださいました。

わずかですが、内容を一部紹介させていただきます。

8020達成者を調査してわかったこと…歯列不正・不正咬合の割合が少ない

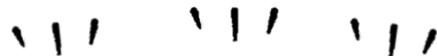
80歳で自分の歯を20本保つ

治療が必要な歯並び・噛み合わせ

=歯列不正・不正咬合は歯の喪失リスクが高い



8020を達成して、生涯自分の歯で食事をするには…



むし歯のない口腔内

健康な歯肉



正常な歯並び・噛み合わせ

歯並び・噛み合わせは形態的(見た目)問題だけでなく、機能的問題にも影響を及ぼす。

そのため、生涯自分の歯を守りぬくためには、むし歯と歯肉炎の予防・治療だけではなく、歯並び・噛み合わせを、可能な限り早期に整えることが非常に重要。

機能的問題とは？ ←

話す **噛む** **飲み込む** **呼吸** など、日常生活で支障をきたす歯並び・噛み合わせのこと。
(発音しにくい音がある、前歯で噛み切れない、食べ物をこぼしやすい、口がぽかんと開きやすく口呼吸をする など)

★子どもの普段の様子(話し方、食べ方など)をよく観察すること、本人が何らかの「困り感」を感じていないか確認することで、医療の介入が必要な課題が見えてくる。

歯列矯正は保険が適用されないため、高額な費用がかかるイメージが強いと思いますが、重度の場合は保険が適用されるケースもあります。

もし、歯並びや噛み合わせに困り感を感じている場合は、矯正をする・しないに関わらず、一度歯科医院で相談されてみてはいかがでしょうか。



—…—…—…学校保健委員会を開催しました…—…—…—

2月13日（火）14:30～15:00、第3回学校保健委員会を開催しました。

（この日は、1・2年生の授業参観と懇談会も開催されていたため、時間を短縮して開催しました。）

保護者・学校それぞれの視点から、保健・体力面に関する気付きや反省点について意見が出ましたので、ここでご紹介させていただきます。



保健面

- ・齲歯罹患率（むし歯がある生徒の割合）は、8.5%と非常に少ない（R5 佐世保市平均は26.9%）が、むし歯がある生徒とむし歯がない生徒の二極化が激しく、むし歯がある生徒の治療がなかなか進んでいない。
- ・顎関節、歯列・咬合不正者率（歯並びや噛み合わせに不正がある生徒の割合）は、佐世保市平均4.3%に対し7.5%と、やや多い。



体力面

- ・新体力テストについて、2、3年生は全体的に結果が向上している。
1年生は市平均を下回る項目も多いが、今後、体の成長と共に体力もついてくるものと予想している。
- ・昼休みの過ごし方を見ていると、男子はグラウンドに出て体を動かす生徒も多いが、女子の大半は教室内で過ごしている。女子は、学年が上がると共に体力が落ちる傾向にあり、意識的に体を動かす機会を設けていく必要がある。
- ・徒歩通学を呼びかけているが、全体的な定着には至っていない。
1日の運動量を増やすためにも、家庭で徒歩通学をすすめてもらいたい。



その他

- ・家庭で使用しない学習道具は学校に置いて帰ってよいことになっているが、通学用のリュックの重さが5kgを超えている生徒も多い。テスト前だけでなく、日頃から計画的に家庭学習を進める習慣づけが必要。
- ・メディア講習会は保護者の参加者が少ないが、保護者も知っておくべき内容がたくさんある。講師と保護者が意見のやりとりをしながら学びを深められる座談会形式にして開催するなどの工夫も必要。



いただいた意見を、次年度の学校保健活動に活かしていきたいと思っております。
ありがとうございました。