

ほけんだより 7月号



令和6年7月12日

佐世保市立鹿町中学校
保健室

～校訓 磨きあえ心 学びあえ知 鍛えあえ体～



連日、長崎県では「熱中症警戒アラート」が発令されており、暑い日が続いています。しかし、暑い日でも校内ではジャージを着ている生徒を見かけます。生徒の皆さんは、環境に応じた適切な服装をして、こまめな水分補給・外での帽子の着用など、引き続き熱中症対策に努めてほしいと思います。また、食事・運動・睡眠・休養をしっかりと、暑さに負けない元気な体を作ってほしいと思います。

第1回 学校保健委員会



7月3日(水)、鹿町中学校会議室にて、第1回学校保健委員会が開催されました。学校医の内田先生、学校歯科医の安部先生をはじめ、地域・保護者などの関係者が集まり、子どもたちの健康について意見を交わしました。学校・地域・家庭それぞれの視点から多数の貴重なご意見をいただき、非常に有意義な時間となりました。ご参加いただいた皆様、誠にありがとうございました。

❖ 生徒の保健、安全、生活面について

(1) 定期健康診断結果

(2) スポーツ振興センター災害報告件数

(3) 保健室利用状況

(4) 感染症対策

(5) 熱中症対策

(6) 生徒のアンケート結果

(7) 体育科・生徒指導から生徒の現状

(1) 定期健康診断結果

<視力>

●眼鏡やコンタクトを使用しているも、度数が合っていない生徒の割合が高い。(特に1・2年生)

<歯科>

○う歯(むし歯)が少ない良い状況である。

●昨年度の歯科受診率は約20.7%となっている。

(4) 感染症対策

○感染症対策は、引き続き行っていく。

○感染症流行時や発生時など、状況に応じた感染症対策を続けていく。(生徒・保護者への注意喚起など)

(7) 体育科・生徒指導からの生徒の現状

●男子生徒の柔軟性が低い。

→運動前後のストレッチや準備運動をしっかりと行い、ケガの防止に努めていく。



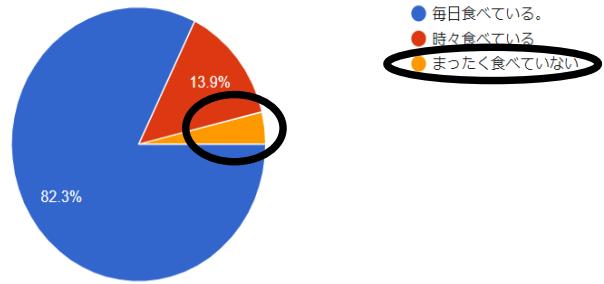
そのほか様々なご意見をいただきました。

(6)生徒のアンケート結果

- 「朝食を毎日食べていますか」という質問に対して、3.8%の生徒が「まったく食べていない」と回答した。
- 30%の生徒が、保護者とメディアに関するルールを定めていない。

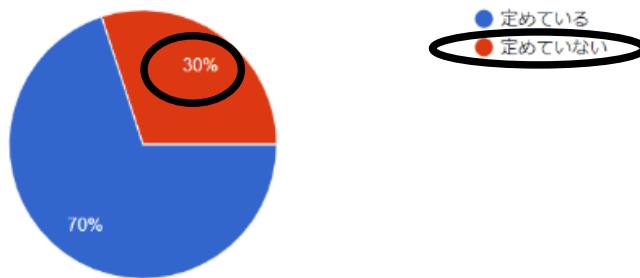
10. 朝食は毎日食べていますか。

79 件の回答



あなたは保護者とメディアに関するルールを定めていますか？

60 件の回答



子どもたちの心と体の健康を守るために、家庭でルールを定めましょう！！

❁ 学校医・学校歯科医・学校薬剤師の先生方からの指導助言

学校医
内田 孝俊
先生

- ★生徒のケガが多い現状や朝食の現状から、その原因を追究するなど一歩先の取り組みなどを行うと良い。
- ★今後、生徒会長も参加して意見交換ができるとより良い話し合いになると思う。

- ★鹿町中学校は、う歯(むし歯)が少なく、良い状況である。
- ★歯磨き粉に頼るのではなく、“磨く時間”が大切。歯磨き粉は少しだけつけて長い時間磨くと良い。
- ★う歯(むし歯)にならないためには、「ブラッシング+食生活」が大事。
×だらだら食バ

学校歯科医
安部 重幸
先生

歯は脱臼(スポッと抜ける)しても再植(もう一度つける)できます！！



歯に外傷を受けたときに、歯が抜けて(欠けて)しまうことがあります。実は、適切な処置によって再植することができます。

処置

歯が抜けた・欠けた

急いで歯を探す。

歯根を持たずに、急いで「保存液」か「牛乳」に入れて保存する。

病院を受診する。

ここは絶対に触らない！！



歯を乾燥させたり
水道水で洗わない！！