

保護者様

北区立王子桜中学校  
校長 富張 雄彦

## 学校保健委員会の報告

2月26日(火)、本校におきまして、本校校医・PTA役員・教職員が参加し、生徒の健康安全に関すること・給食に関すること等について話し合いを行いました。

会議の中で話し合われた内容と学校医からご指導のあった内容について、下記の通りご報告いたします。(両面ともご覧ください。)

記

### 1. 学校長より 校長 富張雄彦

子どもにとって、中学時代が一番成長するときです。心と体の成長のバランスがうまくいかないこともあります。校医の先生方・保護者の皆様からご意見・ご指導をいただきながら成長を見守っていきたいと思います。よろしくお願ひします。

### 2. 学校より

#### (1) 学校保健報告 養護教諭 丸山かよ

- 定期健康診断結果・疾病の受診状況・振興センター対象の傷病発生状況・保健室来室状況・学校伝染病の発生状況について、書類に沿って説明しました。
- 各科の検診結果については、詳しくは校医より説明していただきます。
- 身体計測結果で、身長・体重・座高とも全国平均より大きめでした。
- 疾病の受診状況で、視力検査結果では男子42%・女子45%が受診済みです。  
う歯の治療率は高くありません。う歯を持っている生徒の中で治療に結び付かない生徒がいることが心配です。  
また、歯周疾患で受診を終えた生徒は男子55%、女子28%です。う歯の治療も大切ですが、歯周疾患が口腔内全体の健康を損なう原因になることもあるので、放置せず早急な受診が必要です。
- 『通院が必要なケガ』は、2月中旬現在53件になります。種類では捻挫のけがが多く、曜日では火曜日に一番多く発生していました。
- 保健室来室状況は、男子より女子の来室が多い傾向が見られました。傷病別では打撲・擦り傷・腹痛・頭痛が多くなっています。月別では5月・10月が多く、曜日別では火曜日・木曜日が多くなっていました。また全校生徒が1回以上は保健室を利用したという結果でした。

## **(2) 学校給食報告                      栄養士 橋爪昭子**

- 王子桜中のホームページで毎日の給食の写真を掲載しています。「王子桜中日記」内に載せてあります。どうぞご覧ください。
  - 給食の放射性物質の検査を年三回行いました。北区のホームページで結果を見られます。
  - 練馬大根を給食に活用しました。12月に煮物とおでんに使用しました。
  - 給食室内の環境検査として、随時、大腸菌・サルモネラ菌の検査もしています。
  - 衛生講習会で食中毒予防の話で「つけない・増やさない・やっつける・持ち込まない」がありました。人から人への感染をさせない、ということを行っています。給食の調理従事者の健康管理も確認しながら調理を実施しています。手洗いも細やかに行っています。
  - 食物アレルギーの生徒には、主治医からの管理指導表を提出してもらいそれに従い除去食・代替食を提供しています。来年度も同じように管理指導表で管理をしていきます。
- \*質問<給食の残菜率はどのくらいありますか？環境とのかかわりはどうですか？>
- ・残菜は少なくはないです。学年が上がるにつれて減っていくと思うだろうが、野菜料理の残菜が増える傾向があります。クラスによっても残菜量に違いがあります。給食時間確保の影響もあります。(家でも学校でも)大人が食べることを促すような声をかけていくと食べるようになるかなと感ずることがあります。
  - ・環境面では園芸ボランティア部がコンポストを活用して屋上で野菜を育てています。

## **3. 学校医・学校薬剤師からのお話**

### **(1) 学校内科校医 小泉大樹先生より**

- 身体計測の報告の中で、身長・体重とも全国平均を上回っていることは喜ばしいことです。
- 心身共に急速に発達する時期なので、家での親子のコミュニケーションを大切にしてもらえるようにお願いします。
- 諸外国に比べ日本の学生は就寝時間（眠りにつく時間）が遅いので、できるだけ21時～22時には寝るような生活習慣を定着させてもらえるとよいです。
- 学校給食は、品目を多く残さずに食べることが大切です。何でも好き嫌いなく食べることもアレルギーの防止につながると思います。

## (2) 学校眼科校医 杉田由紀子先生より

- 今年度の眼科検診も6月中旬だったためアレルギー性疾患数はそれほど多い人数ではなかったです。アレルギー疾患数は、4～5月の検診なら数にも変化があります。
- サッカー・野球などをやっている子が河原の土手で練習してきた後に目がかゆがることがあったら、季節性のアレルギーが出ている場合があります。
- 視力測定結果について・近視に関して・・・
  - ・学年が上がるに従って近視の人が増えています。
  - ・受診状況を見ると、数的には受診率が悪いと思います。
  - ・視覚（目）からはいる情報は多いです。視力がよく見えることが大切です。視力はスポーツにも影響します。矯正したらスポーツの技術が向上した例もあります。
  - ・近視の人は薄暗くなったときや天候が悪い日にはかなり見えにくい、ということがあります。見えないということは危険もあります。安全を守るということも考えると、よく見えるということは大切なことです。
- \*質問<保護者の方は視力の問題はないと思っていても実は検査結果では下がっていることがある。いつ頃になったら視力は安定してくるものでしょうか？>
  - ・視力の低下が止まることはないです。高校生ぐらいまでは特に悪くなりやすいです。目の使い方も関係します。(姿勢や照明の関係)
  - ・「メガネの度は1年1年見直すんだ」という気持ちでいてください。
  - ・また、メガネが顔の形にフィットしているかも大切です。子供の時は特にすぐにメガネがゆるんだりぶつけて形が壊れたりしやすいので、家から近い眼鏡屋を選択するなどの工夫も大切です。

## (3) 学校歯科校医 坪井 温先生より

- 早食いの方は食べる量が多くなるが、健康の面から言っても良く噛んで食べることを勧めます。
- むし歯の数は少なくなった。歯周病の人が増えたということではなく、むし歯の減少ほど歯周病の減少はしていない、ということが検診結果や日常の病院診察からもわかります。
- 歯そのものはきれいでも歯石がついている生徒がいます。歯ももう少し丁寧に磨いて、歯石をつけない生活習慣を身につけたら歯周病も減るのではないかと考えます。
- 歯磨きの回数は、虫歯の予防のためには1日3回くらい磨くのが望ましいですが、夜寝る前は特に丁寧にみがきましょう。歯周病の予防のためには普通の力で磨けば磨くほどいいです。ただし、力の入れ方について注意が必要で、歯ぐきがすり減るような磨き方はしないように気を付けましょう。

- 歯間ブラシやフロスを使うとより効果がありますが、歯間ブラシを無理に歯の間に突っ込んでガリガリやる必要はないです。やり過ぎたために歯肉がすり減って歯間ブラシサイズの穴が開くことがあります。
- 中学生は、歯が永久歯に生えそろうばかりだから、この時が一番大切です。いいことを一生懸命にやる、歯を大切にすることが大切です。
- \*質問くかみ合わせが悪くて頭痛が起きることがありますか？>
  - ・歯並びは矯正で治りますが、顎の関係はなかなか治らないことがあります。専門医に診てもらうことが大切です。

#### **(4) 学校薬剤師 昼川美晴先生より**

- 給食室大腸菌検査（絶対に出てはいけないもの）では、全て陰性でした。食器洗浄度検査は、献立によって検査結果にも違いがあります。給食室内でも、食器を洗う順番を工夫したりつけ置き時間を長くしたり、洗浄の温度を調節するなど工夫をしながら作業してくださっています。（栄養士より：本校では汚れの残りやすいものを後で洗うように工夫しています。）
- プールは、快適な状態に保たれていました。
- 教室の照度検査については、規定内なので特に問題ありません。まぶしいときにはカーテンを引くように工夫してください。
- 教室の空気では、空気の汚れが問題になります。二酸化炭素量を増やさないためには、換気スイッチを入れておくことが大切です。少し寒くなるため嫌がって換気を入れないと状態が悪くなるので、注意が必要です。
- その他、・騒音検査・黒板の管理・ダニ検査・プール水質検査・飲料水検査を行いました。良好な状態に保たれていました。

## **4. 協議**

- PTAの方から、「給食の残菜について・視力の管理について・歯のかみ合わせについて」の質問が出されました。それへの学校医の答えはそれぞれの欄に記載しました。

### **\*お知らせとお願い**

今年度の学校保健委員会の会議録を見ていただき、ご意見や学校医へのご質問等がありましたら、丸山養護教諭までお寄せください。

今後とも、本校生徒の心と体の健康の保持増進、また学校給食や安全管理に関しまして、保護者の皆様のご協力をいただきますようお願いいたします。