

ほけんだより

～学校保健委員会報告特別号～

平成31年 2月 18日(月)

港区立高松中学校 保健室

養護教諭 鴨川奈央子

2月14日(木)、本校会議室にて、学校保健委員会が開催されました。学校医の先生方とPTA 役員の方々、教員の代表者が集まり、平成30年度の高松中学校の生徒の健康と安全について話し合うことができました。委員会終了後、PTAの役員の方々から「もっと多くの人に聞いてもらいたい内容だった」という感想をいただくことができ、これまで準備してきた成果が発揮できたかな?とと思っている鴨川です。来年度も開催しますので、もしご興味を持たれた方がいらっしゃいましたら、ぜひ養護教諭: 鴨川までご連絡くださいませ。



このほけんだよりでは、当日、学校医の先生方からいただいたコメントを載せますので、これからの生活に活かしてもらえたらいいな、と思います。

内科:○○○○先生

内科の健康診断では皮膚の状態も見ていますが、以前よりもアレルギーによる皮膚炎は減ってきています。これは小学校でも同じ傾向が見られます。

2学期のケガの様子を見ると骨折が多いのですが、それには食生活の変化も関係している可能性があります。現代の子どもたちは、ファストフードを食べることが多いことが気になっています。

また、今季のインフルエンザですが、発熱がなくても陽性反応が出る場合がありますので、体調の変化には注意してください。



眼科:○○○○先生

眼科の感染症で気を付けてほしいのは、11～12月頃に流行るアデノウイルスによる咽頭結膜熱です。最初は風邪のような症状(発熱、のどの痛みなど)が出るのですが、2日後くらいに目にも結膜炎の症状が出ます。感染力が強いので、家族間でうつることがよくあります。

色覚検査については、過去に実施をしていない期間がありましたが、3年前より小学校4年生と中学校1年生の希望者に対して実施されるようになりました。小中学生のうちに1度は受けてほしい検査です。

また、近年、幼児の近視が増えているといわれています。これも生活の変化によるものでしょう。パソコンやスマートフォンを長時間使用することで、ホルモンの分泌に異常が出るようになってきます。寝る前2時間はパソコンやスマートフォンを使用しないことで、睡眠に入りやすくなります。ご家庭でも注意してください。

裏面もお読みください!

耳鼻咽喉科：〇〇〇〇先生

学校医会鹿児島大会にて、次のような発表がありましたので紹介します。

学校内でアレルギー症状が出た児童・生徒を対象にした調査を実施しました。回答者からアレルギー症状で困っていることの本質は、「くしゃみ」「鼻水」「鼻づまり」でした。とくに回答者の半数が「鼻水」で困っているとのことでした。それは、授業に集中できない、授業中に鼻をかめない、という理由が多くありました。授業中に鼻をかめないというのは、恥ずかしいか

ら、周りの目が気になるから、周りに迷惑をかけるから、と回答したそうです。そして、その時はどのように対処したのかという質問には、約70%の児童・生徒が「我慢している」と答えたとのことでした。中学生はとくに周りの目を気にしやすい年ごろです。そのために我慢をしてしまうのでしょうか。



歯科：〇〇〇〇先生

現在では、子どものむし歯は、一人あたり、1本以下になりつつあります。高松中学校の生徒を見ても少なく感じます。けれど、一部の生徒には多くのむし歯があり、しかもその治療を放置している人も見られます。

歯列・咬合でも気になることが多くなりました。学校歯科では、不正咬合は異常ありと判断します。これは食事が軟食化し、現代の人間は噛むことが少なくなっているからとも言われています。よく噛んで食べることで、筋肉がついてきます。

また、現代人は口呼吸をしている人が多く見られます。口呼吸はアレルギー症状ともつながりがあります。鼻がつまることで口呼吸になるのです。口呼吸では、口がずっと開いているので口蓋が狭くなり、また口が渇く原因となります。これは歯肉炎にもつながると言われています。

婦人科アドバイザー：〇〇〇〇先生

近年、風疹ワクチンの話題が大きく取り上げられています。去年は風疹罹患者が急増し、また先天性風疹症候群の子どもが生まれるということもありました。それらにより、ワクチン接種を奨励する動きが見られています。とくに男性では、2回目の接種をしていない年代の人がいます。風疹のワクチンは、妊婦だけが受けるのではなく、家族全員が接種する必要があります。来年度から、公費負担で受けられる場合もできるようになります。風疹抗体がない、2回接種したかどうかわからない、などの心配がある方は、保健所に問い合わせしてみてください。

また、子宮がんの原因であるヒトパピローマウイルスは、ワクチンを接種することで対応できるものです。先進国の中で、日本はその対応がとくに遅れているのが現状です。ワクチンは筋肉注射のため、接種後に気分が悪くなったり痛みが出たりすることがあります。しかし、ワクチンは予防の一つとして接種することが世界的にも有効だと考えられています。

