



令和5年10月6日(金)
佐世保市立大野中学校
養護教諭 百合永

あさ 朝
ひる 昼
ばん 晩
の

き おん さ
気温差 に ちゅう い
注意!

朝夕は肌寒くなってきました。気温差で体調を崩さないように、ジャージなどの衣服で調整しましょう。

また、現在は大野中での感染症の流行は落ち着いていますが、市内では新型コロナウイルス感染症とインフルエンザが多数確認されていますので油断はできません。本来の感染症の流行シーズンはこれからです。手洗いや換気、咳エチケット等はもちろんですが、睡眠や食事、運動を大切に『免疫力アップ』にも努めましょう。

～ 第1回 学校保健委員会報告 ～

今回の保健便りでは、9月13日(水)の学校保健委員会の様子をお知らせします。学校保健委員会は、みなさんが健康に過ごせるためにどうしたらよいか、保護者の方々と校医さんと話をする会です。一部の内容を紹介するので、ぜひ自分の事として読んでくれると嬉しいです。ご参加いただいた皆様、ありがとうございました。

1 日時 令和5年9月13日(水) 13:40～14:40

2 場所 大野中学校 図書室

3 参加者 学校医 吉居賢介先生、学校歯科医 平野聡先生、学校歯科医 原田洋介先生
PTA会長、PTA役員3名、PTA保体部 2名

校長、副校長、教頭、主幹教諭、生徒指導主事、保健主事、保健担当教諭、養護教諭

4 内容

(1) 校長挨拶

お集まりいただきありがとうございます。学校保健委員会は、法に則って組織されています。それぞれのお立場からのご意見をいただき、子どもたちの健康課題や健康教育について考える時間となればと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

(2) 会則・組織の確認・役員選出

学校保健委員会 委員長 PTA会長 上地 貴典

副委員長 学校歯科医 原田 洋介 先生

書記 PTA保健体育部



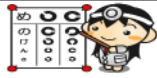
(3) 定期健康診断結果【HP にカラーで掲載】 1. 体位 ～県及び全国平均（令和4年度）との比較～

身長や体重には個人差があることが大前提ですが1年生女子は、身長が県平均より上回っている一方、平均体重は2キロ近く少ない結果でした。生涯の健康維持のためには過度な肥満だけでなく、やせ傾向にも注意が必要です。成長期にバランスよく栄養を摂ることを意識しましょう。

学年		1年	2年	3年
男子身長	大野中	153.3	160.0	165.0
(cm)	全国(抽出)	153.6	160.6	165.7
	県	153.2	160.2	165.3
	県平均との差	+0.1	-0.2	-0.3
男子体重	大野中	45.4	49.9	53.6
(kg)	全国(抽出)	45.2	50.0	54.7
	県	45.0	50.1	54.7
	県平均との差	+0.4	-0.2	-1.1

学年		1年	2年	3年
女子身長	大野中	152.1	154.4	156.5
(cm)	全国(抽出)	152.1	155.0	156.5
	県	151.7	154.6	156.1
	県平均との差	+0.4	-0.2	+0.4
女子体重	大野中	43.0	47.7	50.1
(kg)	全国(抽出)	44.4	47.6	50.0
	県	44.9	48.1	50.5
	県平均との差	-1.9	-0.4	-0.4

3. 視力



学年	A 1.0以上	B 0.7~0.9	C 0.3~0.6	D 0.2以下	矯正視力	裸眼視力のA以外合計
1年生	75	10	28	7	53	98
2年生	87	10	15	11	81	117
3年生	61	21	14	7	63	105
全校	223	41	57	25	197	320
	39.1% (昨年41.5%)	7.2% (昨年6.0%)	10.1% (昨年9.3%)	4.4% (昨年7.3%)	34.6%	56.2%

両目で1.0以上の生徒の割合は年々減少しています。生徒の過半数が、裸眼視力でB(0.9)以下です。

これまでは、メディアを一切使用しない日を作る【ノーメディアデー】を設定する取り組みがよく行われましたが、現実的ではなくなってきています。【メディアコントロール】にシフトチェンジし、メディアと適切に付き合っていくことが求められます。ぜひ、ご家庭でもお話をお願いします。

4. 歯及び口腔 ①「う歯」の様子



学年	検査人数	う歯なし人数	う歯あり人数	治療済人数
1年	158	107	23	28
2年	186	116	35	35
3年	158	84	33	41
合計	502	307	91	104
		61.2%	18.1%	20.7%

(R4 大野中 43.1% うち治療済率25.0%)
(R3 大野中 49.6% うち治療済率22.0%) う歯罹患率 38.8% ↓

③ 学年別 「歯肉」の様子



学年	検査人数	GO 軽度歯肉炎	G 歯肉炎	GO+G	
				人数	割合
1年	158	35	5	40	25.3%
2年	186	54	7	61	32.7% 中学1年時 26.6%
3年	158	54	17	71	44.9% 中学2年時 38.1%
合計	502	143	29	172	34.2%
		28.4% ↓	5.7% ↑		(R4 34.0%) (R3 42.7%)

歯科検診の結果をまとめたものです。大野中の特徴は、歯肉炎の人が多い傾向が続いているところです。

みなさんの口の中の状況をふまえて、11月15日(水)に学校歯科医の原田洋介先生からの歯科保健講話を開催予定です。楽しみにしててくださいね。

【～ まとめ ～】

スマホやゲームに集中し続けると、体の同じ場所に負担がかかったり、口の中が乾燥して虫歯になりやすくなったり、睡眠時間が削られて勉強に集中できなくなったり…と様々な影響に結びついていくことが考えられます。また、健康診断結果や普段の子どもの様子について話をしている中で『スマホやタブレットとの付き合い方に課題があるのは子どもたちばかりではないよね』といったお声も上がりました。

そこで、今年度の学校保健委員会としては、子どもも大人も一緒に、スマホ等との付き合い方と生活習慣に目を向けてみようということになりました。この機会にぜひ、子どもたちと一緒に専門家の先生のお話を聴きにいらしてください。

1. 歯科保健講話 11月15日(水) 14:00~15:00 講師：原田洋介先生(学校歯科医)

2. 生活習慣の重要性について(スマホ等の使用と絡めて)

講師：カラダコンディショニング サンクス代表 杉野伸治 様

12月20日(水) ①生徒向け 10:00~11:10 ②保護者向け 11:20~12:10

いずれも場所は大野中
体育館です。ご来校を
お待ちしております!