

学校保健委員会だより

今年度の学校保健目標「学校生活を気持ちよく過ごせるように、健やかな体と心を育む」

☆学校保健委員会とは…

学校・家庭・地域において健康教育活動や健康課題について協議し、児童の健康増進や健康生活の向上をはかる

8月27日(木)に「学校保健委員会」を開催しました。例年、学校医の先生に講話をしていただく研修形式で実施しています。今年度は学校歯科医の先生に講話をしていただきましたので内容をご紹介します。

写真
【会の様子】

出席者 53名

（学校医／学校歯科医・補助医／学校薬剤師／教職員47名）

テーマ 「 歯と口が教えてくれる子どもの育ち ～健やかな発達と見逃さないSOS～」

講 師 学校歯科医 川越 元久

川越先生が過去に VTR 出演されたテレビ番組の視聴や、これまでのご経験についてのお話を通して、学校の定期健康診断や日頃の学校生活の関わりの中で子どもたちの健やかな成長を多角的に見守る大切な視点を教えていただきました。

写真
【講師 川越先生】

○歯科医が診ているのは「生活の背景」

歯科医として、単におし歯の有無や歯肉の状態を確認するだけではなく、お口の中全体の様子を通してご家庭での過ごし方や生活環境を推察しています。歯や口に表れる小さな変化に目を向けることで、歯みがきや食事の習慣、受診状況など日常生活のサインを汲み取ることができます。

○見逃してはいけない「小さな SOS」

例えば、前歯が欠けたまま何年も放置されていたり、一生使う大切な「6 歳臼歯」が深刻なおし歯で溶けてしまっていたりする場合、それは家庭でのケアが難しい状況にあるなど、子どもからの SOS かもしれません。講話資料で示された「氷山の図」のように、歯や口に現れる症状（氷山の突き出た部分）は、全体のごく一部に過ぎません。その水面下には、生活習慣の乱れや養育環境の困りごとなど、目に見えにくい背景が大きく広がっています。

イラスト
【氷山の一角】

○「連携」し、「継続」して見守る

学校、家庭、地域の医療機関が連携し、チームで子どもの健やかな成長を見守る姿勢が欠かせません。

本校の川越先生は、春の定期健康診断だけでなく、経過観察が必要な児童を対象に「臨時歯科健診」の機会を設け、丁寧なアプローチを行ってくださっています。また、健康診断を一回限りで終わらせるのではなく、年度を超えて子どもの経過を観察していくことが大切です。

〈末長小児の歯科保健の実態～定期健康診断の結果より～〉

- ・受検者の約3割が受診勧告対象である。
- ・特に歯垢や歯列の課題は全学年を通して約2割の児童に見られる。
- ・永久歯のむし歯数は少ないが、約17%の児童に要観察歯(CO)が認められる。
- ・特に4・6年生において、高学年特有の課題(磨き残しや歯肉の腫れ)が顕著に出ている。

Q & A

歯や口に関する質問をしたところ、このような回答をいただきました！

Q 仕上げ磨きはいつごろまでしてあげるのが良いですか？

A 永久歯が生えそろそろ頃まで続けていただくのが理想的です。高濃度フッ素(1450ppm)配合の歯みがき粉などを上手に活用すると、むし歯予防に効果があります。

Q お口ぼかんの児童が多いように感じます。姿勢や食べ方の様子も気になります・・・

A 口腔機能発達不全症の可能性があります。学校では給食を食べる様子などを観察すると良いと思います。歯科医院では保険適応で検査やトレーニングが受けられますので、気になる場合は受診をおすすめします。硬いものや繊維質なもの(タコやイカ、菜っ葉など)をしっかり噛んで食べることも口腔機能の発達にとっても効果的です。(学校歯科補助医 村上香織先生)

学校保健委員会に出席していただいた、学校医・学校薬剤師の先生方にも
小学生の健康課題について指導助言をいただきました

学校眼科医 小熊建一郎先生(おぐま小田切眼科)

小学生は身体とともに眼も大きくなっていくことで近視になることもあります。また、近視の児童が多いのは近方作業(近くを長時間見続けること)が増えているからだと考えられます。近視の予防のため、タブレットなどを使用した作業を30分継続した後は5分程度遠くを見るなど、眼を休ませることを習慣づけると良いでしょう。

イラスト
【タブレットを
使用する子ども】

学校薬剤師 野中雅人先生(田辺薬局)

薬の服用量は体重(14歳・40kgが一つの目安)が重要となるため、薬局へ行く際は、お子さんの「現在の正確な体重」を確認しておきましょう。スマホ依存は将来のギャンブル依存等へつながる懸念があり、オーバードーズは専門的なケアが必要な精神疾患として正しく理解する必要があります。お子さんの様子をよく観察し、わずかな違和感に気づけるようにしましょう。