



## 保護者の方へ

# 学校保健委員会を行いました

11月13日(木)に、学校保健委員会を行いました。今年度の定期健康診断の結果や、学校給食などについて、話し合いを持ちました。学校医の先生方やPTA役員の方々からご意見ご感想をいただきました。ここで一部をご紹介します。

## 父母教師会代表の方々から

- 食事についてはしっかり食べて登校させるようにしている。寝坊して時間がないときでも子どもの後ろを追いかけて、何か口に入れてから登校させるようにしている。
- 先日テレビで、むし歯治療の前に、患者さんと話し合い、歯みがきがきちんとできてから治療を開始する歯医者さんの番組を観てなるほどと思った。
- 朝は「お腹すいた～」といって起きてくるので朝食をとらないで登校することはない。
- デンタルフロスを使うのがむし歯予防によいと聞いて、我が家ではフロスを使うようにしている。

## 眼科校医 山口慶子先生（東北文化学園大学教授、県立こども病院眼科）

- 夜盲の患者さんの多くは網膜変性症で（昔のような栄養不足による夜盲は現在ないそうです）、発症年齢が低いと失明率が高いことが分かっている。生徒の中で、暗くなると見えにくい等の症状がある生徒は、一度受診を進める必要がある。
- コンタクトレンズについては、取り扱い説明を受けない、通院しない方も多く、問題となっている。  
カラーコンタクトレンズは通常のコンタクトレンズと比べて厚みがあり、目に酸素が供給されない。また装着すると、カラーコンタクトの色素が目溶け出すことが分かっているので、使用はお勧めしない。
- 生活習慣チェックについては、食事内容だけでなく、食べているときの様子（一人で食べる孤食状態か、準備はされているのかなど）を聞いてみるのも大事である。年配者のうち、一人で食事をする人は認知症のリスクも高くなることが分かっている。

**夜盲についてとコンタクトレンズの使用について、山口先生がおたよりを作ってくださいました。次号に掲載するので楽しみに！**



## 耳鼻科校医 角 安雄先生（大和耳鼻咽喉科医院）

○検診で見つかる疾患の90%はアレルギー性鼻炎だが、特に鼻閉(鼻づまりのこと)がひどい生徒のみを要受診としている。鼻閉があると、口呼吸になる・集中できない等の悪影響が出るので、受診は必要である。毎年同じ結果だから受診しなくていいのではなく、鼻閉がひどい時期だけ症状を抑え、悪影響が出ないようにすることが必要。

## 歯科校医 鈴木 有一先生（大岸歯科クリニック）



○仙台市内では、若林区と宮城野区が口腔状態の悪さで危機的な状況（逆によいのは青葉区と泉区）。生活習慣のよい子は成績も口腔内の状態もよく、むし歯も少ない傾向がある。

○歯肉炎は治療できるが、歯周病はもう元には戻らない状態である。歯周病になってできるのは、それ以上進行しないようにすることだけ。そのため、日常の歯みがきをしっかり行い、歯周ポケットに歯垢が残らないようにすることが大切。口呼吸をしていると歯肉炎になるので、耳鼻科で指摘された場合は受診をするようにしたほうがよい。

○歯周病により歯が無くなった方は、認知症が進んだり低栄養になって全身状態が悪くなったりすることが知られている。歯科は他と違って修理・修繕的な要素が高く、生活のクオリティを上げることが目的となるので、日頃の生活習慣を見直して、学校全体の歯科への意識を高めることが課題。

給食後の歯みがきを行っています。学校に、歯ブラシを持たせてください。

## 管理校医 大泉 哲之助先生（大泉医院）

○昔は家族みんなで食事をするのが当たり前だった。今のように買ってきて食べるのではなく、自宅で作ったものしか食べられなかった。今はいろんな食べ物がすぐに手に入る時代だが、大事なものは内容だけでなく、誰とどのように食べるのかということなのだと感じた。

### お知らせ

#### 1 医療券について

夏休み明けにお渡しした医療券の期限は11月30日です。

要保護・準要保護のご家庭のお子さんで、12月以降も継続して治療が必要な方は、学校までご連絡をお願いいたします。医療券発行の手続きを行います。

受診ができなかったというご家庭は、未使用の医療券を学校までご提出ください。

#### 2 受診報告書の提出について

定期健康診断で疾病や異常が見つかった方で、まだ受診報告書が提出されていないご家庭に、再度治療のお勧めを発行しました。受診が終わったご家庭は、担任までご提出くださるようお願いいたします。

