

保健便り

第2回学校保健委員会特集号

発行：県立八頭高等学校保健室

令和3年12月16日（木）開催

<出席者21名>

学校医、学校歯科医、学校薬剤師、PTA役員、学校関係者、生徒保健委員

<内容>

生徒保健委員会活動状況について

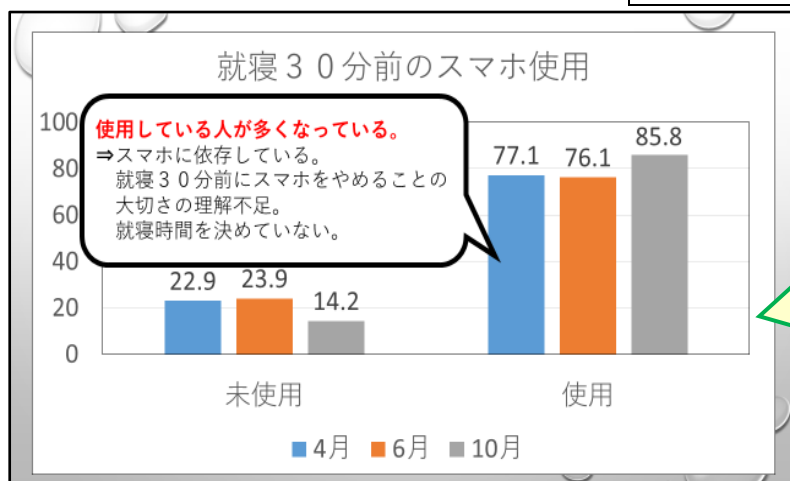
新型コロナウイルス感染症に関する学校の状況について

令和3年度新体力テストの結果について 教育相談状況について

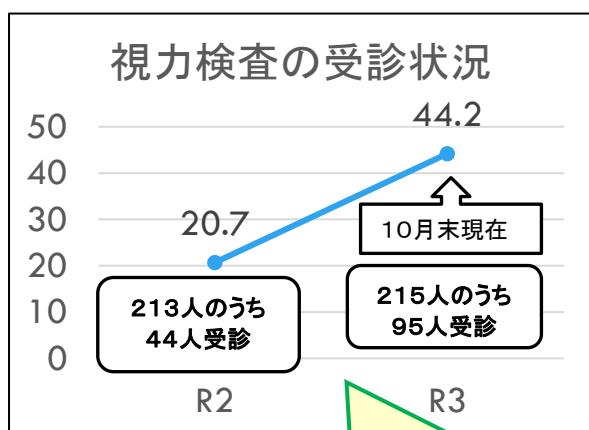
環境衛生検査結果について 定期健康診断後の受診状況について

保健室来室生徒の様子について

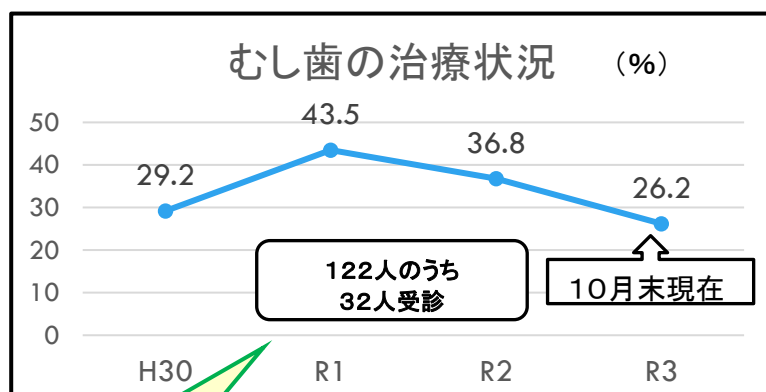
<保健委員の発表から・・・> *スライド資料一部紹介



就寝30分前にスマホを利用している人が多くなっています。スマホをやめるための工夫を参考に、普段からのスマホの使用方法を見直し、改善していきましょう。



昨年の3月末までの受診率は20.7%でした。今年は、昨年を大きく上回る結果です。



むし歯の治療が必要な人がまだ多くいます。できるだけ早く受診しましょう。

むし歯がなくても歯医者に行きましょう！

毎年実施している歯科検診は、高校卒業後、節目の健康診断(40歳以降の節目年齢に実施する歯科検診)までありません。だからこそ、定期的に歯科検診を受けることが大切です。

学校歯科医 小濱先生より

〈意見・指導助言〉

- むし歯自体は歯科医院で治療しなければ治すことができませんが、むし歯の原因は自分自身で改善することができます。
- 照度検査については、ホワイトボードに光が反射して、まぶしさが少しある教室もありました。空気検査については、新型コロナウイルス感染症予防対策として換気が十分にできている場所がほとんどでした。継続して、教室等の換気をしてください。
- 今回の健康診断結果を受けて、受診することは重要です。通知をもらって受診がまだの人は受診をしてください。

本校が今後取り組むべき健康課題や解決方法については、新型コロナウイルス感染症防止の観点からグループワークは実施せず、ペーパーによる意見をいただき、集計を行いました。

本校の健康課題は？

保健委員の発表から

スマホの利用状況について利用状況について
⇒長時間利用、内容

- ・保健委員による呼びかけ、啓発は効果大。
- ・就寝30分前にスマホをやめるための工夫を、どの程度実践できたか調査を広げてみてはどうか。

報告内容から

定期健康診断後の受診率

- ・定期的に受診ができるまで、保護者通知を出す。
- ・歯医者に行く習慣を身につける。
- ・保護者への直接的なアプローチ、部顧問と連携をする。

改善策

日頃から感じていること

- ・スマホの使い方
- ・直接のコミュニケーションの機会が減少する SNS の問題
⇒誤解やトラブルの元となっている、他者の感情を適切に読み取る能力が育ちにくい
- ・スマホの使用時間が長くなり、学習時間が少なくなっている
- ・朝の挨拶(元気のなさがみられる時がある)
- ・食生活の充実が必要(たんぱく質、カルシウム不足のため)

改善策

- ・正しい使用方法を知る
- ・誰とでも話せる、話を聞く機会を学校生活の場で増やす
- ・食育、食事チェックを行う

たくさんの指導助言ありがとうございました。保健委員会で話し合い、
今後に生かしていきたいと思います。

