



学校保健委員会だより



古河第一中学校
保健室
令和5年3月2日



学校医・学校歯科医さんからの指導・感想



2月16日（木）に学校医の梅田進先生、前澤宏忠先生、学校歯科医の佐藤昌代先生を講師にお迎えし、PTA 代表の方々にご出席いただき「**感染拡大の中での健康の維持・増進**」というテーマのもと、学校保健委員会を開催しました。今回は、その時の様子や、講師の先生方のご指導の内容について、お知らせします。

* 委員会の様子 *



保健委員会を代表して、松本まなみさんが「校内での感染症対策の取組」について発表しました。

【感想】

古河一中の様子を表やグラフで知ることができ、解決策を学ぶことができた。家族やクラスみんなで共有し、健康を保っていききたい。



体育委員会を代表して、小林晃己さんが「体力テストの現状と今年度の取組」について発表しました。

【感想】

学校医の先生がマスクの重要性や口腔内の悪影響などについて分かりやすく説明して下さった。指導して下さったことを意識しながら生活していきたい。



給食委員会を代表して、関 由隆さんが「給食残量調査と食育の取組」について発表しました。

【感想】

各委員会の活動により、私たちの健康は守られているのだと改めて実感した。
マスクが解禁されても、騒ぎ過ぎず、節度をもって行動していきたい。



【学校医 梅田進先生より】

感染症対策をはじめ、体力の向上や学校給食を通しての取組など、学校全体で意欲をもって取り組んでおり、大変素晴らしいです。

【学校医 前澤宏忠先生より】

- 各委員会の取組については、数値化されており、数値を根拠としての具体的な対策がなされています。
- 感染症にかかる要因としては、①感染源（ウイルス）が存在している、感染者がいる、②感染源（感染者）との接触、③感染しやすい体質の3つがある。学校で感染者が急増した場合には、学級閉鎖等を行うことで感染拡大の防止になる。
- コロナが拡大し始めてから多くの人が実践している「三密回避」、「ワクチン接種」、「抵抗力をつける」ということも、感染予防に効果がある。
- マスクを外すことについては様々な要因を考え、決めることが大切である。これから卒業式等を迎えるが、ノーマスクの望ましい環境としては、①換気ができる、②滞在時間の短縮、③会話をしない、④式典での挨拶は最小限にする等があげられる。これらを念頭に置き、決定できるとよいと思う。

【学校歯科医 佐藤昌代先生より】

マスクの悪い点として「マスクと顔の間は蒸れるが、口の中は乾燥しているところ」である。その原因は口を空いている時間が長くなるためである。口腔内の乾燥が続くと、細菌が増え、むし歯や歯肉炎になりやすくなる。特に前歯がむし歯になりやすい。対策としては、①ブラッシングをしっかり行う、②口の中を唾液で潤すことである。口の運動を行ったり、よく噛んだりすることで唾液が出やすくなる。

PTA 会員さんからのご意見・感想

- 学校でしっかり感染対策がなされており、大変ありがたい。ノーマスクの話なども聞けてよかった。
- 日本は自然災害が多い国であるが、防災教育にも熱心に取り組んでいることが分かった。
- 普段は見られない給食の様子などを知ることができた。
- 歯科医の先生の話聞き、受診の必要性を感じた。

