

## キーワードで見る健康診断結果！



痛くなる前に治療を！

### むし歯が増えた！？

石神井中のむし歯の割合は、全体で約9%でした。これは、東京都の平均を下回っていますが、昨年度のむし歯の割合（約5.5%）と比較すると増えていることが分かりました。特に、2年生の女子は14.5%と割合がとても高く、注意が必要です。むし歯が増えた原因として、①痛みがないためむし歯の治療をしていない。②コロナ禍でマスクをしていると、息苦しく口で呼吸をしやすくなる。その結果、口呼吸が増え、口の中が乾燥してむし歯になりやすい。の2点が考えられます。歯に関する治療のお知らせが来たら歯の治療を行うことと、マスクをしていても鼻呼吸をこころがけるようにしましょう。

今号では、健康診断結果から見えてくる石神井中の実態をキーワード形式でお伝えします。



### 視力の低下が気になります



先日、ニュースで「裸眼視力1.0未満の中学生は初の6割越えをした」と報道されましたが、石神井中も例外ではありません。石神井中も裸眼視力1.0未満の生徒は全体の約66.2%でした。特に女子は69.3%と7割にせまる勢いです。これは、コロナ禍でタブレットやスマートフォンの使用が増え、近くを見ている時間が長くなっていることが原因と考えられています。タブレット等の画面から30cm以上離れて見たり、30分画面を見たら30秒ほど遠くを見て目を休めることを意識しましょう。

### ★保護者のみなさまへ「定期健康診断の記録」を配布します。

今年度も、無事に定期健康診断が終わりました。ご協力ありがとうございました。「定期健康診断の記録」を、15日（金）に配布いたしました。お子様の身体の状態を、一緒にご確認ください。また、健康診断の結果は、ご家庭で保管してくださいませようお願いします。

また、治療につきまして、すでにたくさんのご家庭から報告書を提出していただいております。ご協力ありがとうございます。

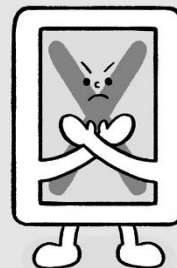
夏休みは、健康診断で見つかった疾病を治療できる良い機会です。2学期を元気に迎えるためにも、まだ治療が済んでいないお子様は、夏休み中に受診されることをお勧めします。

#### 夏休みは治療のチャンス



夏休み。SNSトラブルに巻き込まれないために

まわりの友だちだけでなく、多くの人々とやりとりできるSNS。便利に楽しくコミュニケーションできるツールですが、基本のルールやマナーを知らないと、言葉の行き違いから思わぬトラブルが起こったり、危険なことに巻き込まれたりする恐れがあります。悲しく辛い思いをしないように、次のことを絶対に忘れないでね。



- ①人の悪口を言ったり、批判したりしない
- ②個人情報（住所や名前、年齢、学校名など）を書かない
- ③自分や友だちの写真を勝手にアップロードしない
- ④知らない人と、直接会う約束をしない