

# 保健だより

## 2月特別号

令和3年度  
練馬区立田柄第二小学校  
校長 岩井 一雄  
主任養護教諭 井上 希



2月に学校医の先生方に来校いただき、田二小の学校保健に関する情報交換を行う学校保健委員会が、新型コロナウイルスの感染防止対策に従事して中止となりました。しかし、保護者のみなさまから質問を募集した内容につきましては、学校医の先生方にご回答をいただきましたので、紹介させていただきます。また、田二小の健康診断結果をまとめましたので、ぜひ参考にご覧ください。

### 田二小の学校医の先生方に聞きました！

- |       |              |         |
|-------|--------------|---------|
| ○耳鼻科○ | クリニカ氷川台耳鼻咽喉科 | 山岸 茂夫先生 |
| ○歯科○  | 小杉歯科医院       | 小杉 京子先生 |
| ○眼科○  | 春日町眼科        | 中野 栄子先生 |
| ○内科○  | 上原医院         | 上原 毅 先生 |



質問	回答
<b>【耳鼻科】</b> 耳かきは、どのくらいの頻度で行えばいいですか。	あくまで目安ですが、1～2週間に1回程度、綿棒中心でよいと思います。 
<b>【歯科】</b> 歯みがきの仕上げみがきは、いつごろまでやるべきでしょうか。 	仕上げみがきは、お子さんが自分でみがいた後、みがき残しは無いかのチェックとスキンシップを兼ねてのコミュニケーションの一つとして考えたらよいと思います。なかなか高学年になると難しくなるとは思いますが、お子さんが歯をみがいている所に一緒にいて、意見交換や促してあげるのもよいのではないのでしょうか。
<b>【歯科】</b> 歯医者に行くと矯正を勧められます。早い時期に始めた方がいいのでしょうか	歯科医の先生の考えも色々あり、早い時期にとか、永久歯が生えそろうてからとか、考え方は千差万別だと思います。質問をして、疑問点を解決して、進めていくのがよいと思います。

質問	回答
<p>【眼科】 目が疲れたときの体操やストレッチはどのようなものがあるのでしょうか</p>	<p>近くを見ると疲れやすいので、遠方を見てください。眼球を圧迫しないように、目の周りの骨のあたりをマッサージするとよいと思います。また、温かい蒸しタオルを眼の上に当てるのも効果的です。</p> 
<p>【眼科】 タブレット学習が視力に影響しないか心配です。1日何時間や何分程度など、どのくらいの時間制限をするのがよいのでしょうか。</p>	<p>資料を用意しましたので、参考にご覧ください。 【日本眼科医会 協力：文部科学省】 デジタル画面を使用するときの注意事項など、子供達が理解しやすいよう、漫画形式で教えてくれます。 タブレットなどデジタル機器を使用する時は、30分に1回、20秒以上遠くを見て、目を休ませましょう。</p> 

※質問の内容によっては、質問者に直接回答をお返しいたしました。

## 田二小 1年間の健康診断まとめ

### 1. 身体計測平均値（田二小 4月・9月・1月 計測平均結果）

4月計測		1年	2年	3年	4年	5年	6年
男子	身長(cm)	117.2	122.6	128.2	133.8	139.2	145.4
	体重(kg)	21.5	24.0	26.9	30.9	34.7	37.9
女子	身長(cm)	115.6	123.3	127.2	133.2	142.3	147.3
	体重(kg)	20.4	24.0	25.7	30.0	36.2	37.9

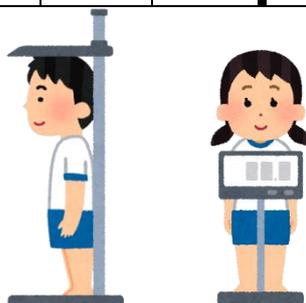
9月計測		1年	2年	3年	4年	5年	6年
男子	身長(cm)	120.0	126.1	131.0	136.6	141.8	149.0
	体重(kg)	22.7	25.6	28.7	32.9	36.2	40.3
女子	身長(cm)	118.1	125.9	130.4	136.9	145.2	149.8
	体重(kg)	21.4	25.3	27.4	32.3	38.2	39.6

1月計測		1年	2年	3年	4年	5年	6年
男子	身長(cm)	121.8	127.9	133.0	138.4	144.0	152.1
	体重(kg)	23.4	26.3	29.9	34.6	37.8	43.2
女子	身長(cm)	120.3	128.2	132.7	139.3	147.8	152.2
	体重(kg)	22.3	26.4	28.7	34.1	40.4	41.9



## 2. 肥満傾向、痩身傾向児童人数 ( 4月・9月・1月 計測結果より )

	男子						女子					
	肥満傾向 (人)			痩身傾向 (人)			肥満傾向 (人)			痩身傾向 (人)		
	4月	9月	1月									
1年	1	1	2	0	1	0	0	1	1	0	1	1
2年	1	2	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0
3年	3	4	6	0	0	0	0	1	0	0	0	0
4年	4	6	5	0	0	0	2	4	5	0	1	1
5年	3	3	3	1	3	3	6	6	6	1	1	1
6年	4	4	6	3	6	5	1	2	2	4	3	2
合計	16	20	23	4	10	8	10	15	15	5	6	5



肥満・痩身の人数は、  
性別・年齢別・身長別標準体重から  
+20%以上の者を肥満傾向児、  
-20%以下の者を痩身傾向児としています。

## 3. 眼科健診結果 (健診時に診断された人数)

	男子	女子		男子	女子
アレルギー性結膜炎	23人	10人	麦粒腫	0人	1人
眼位異常	10人	7人	その他	4人	1人
結膜炎	1人	0人			

## 4. 内科健診結果 (健診時に診断された人数)

## 5. 耳鼻科健診 (健診時に診断された人数)

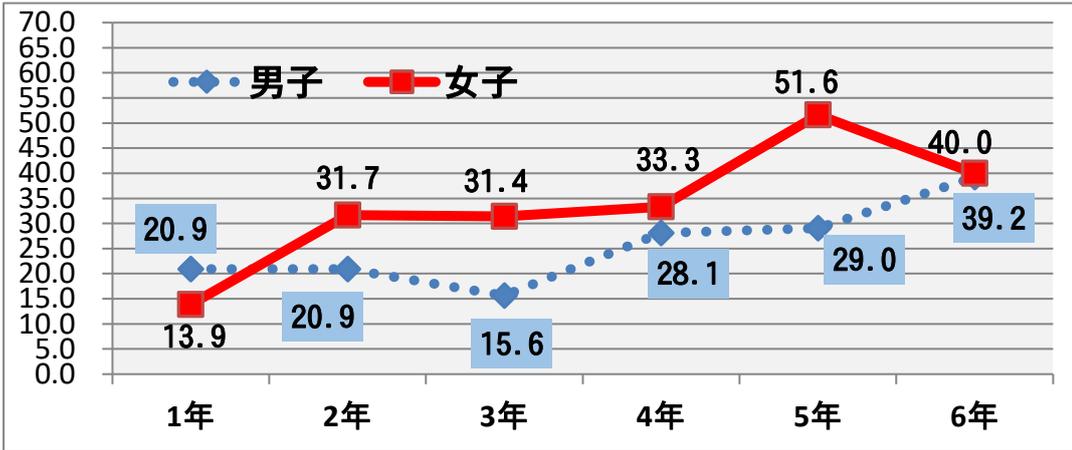
	アトピー性皮膚炎(人)	
	男子	女子
1年	0	0
2年	0	0
3年	2	0
4年	1	0
5年	2	1
6年	1	1

	(人)	耳垢	アレルギー性 鼻炎		その他の鼻・ 副鼻腔疾患
			男子	女子	
1年	男子	6	7	0	
	女子	4	1	1	
2年	男子	4	5	1	
	女子	5	2	2	
3年	男子	0	4	0	
	女子	4	2	0	
4年	男子	1	3	0	
	女子	2	3	0	
5年	男子	0	10	0	
	女子	0	2	0	
6年	男子	1	7	0	
	女子	3	5	0	



## 6. 視力検査結果

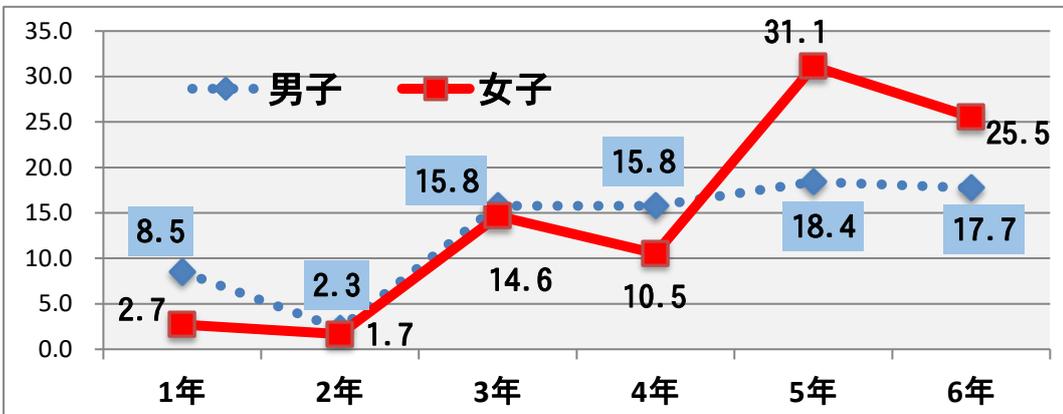
●検査時にメガネをしていない児童の裸眼視力 1.0 未満の割合（両目が A・A 以外）



女子の方が視力が悪い傾向にあります。



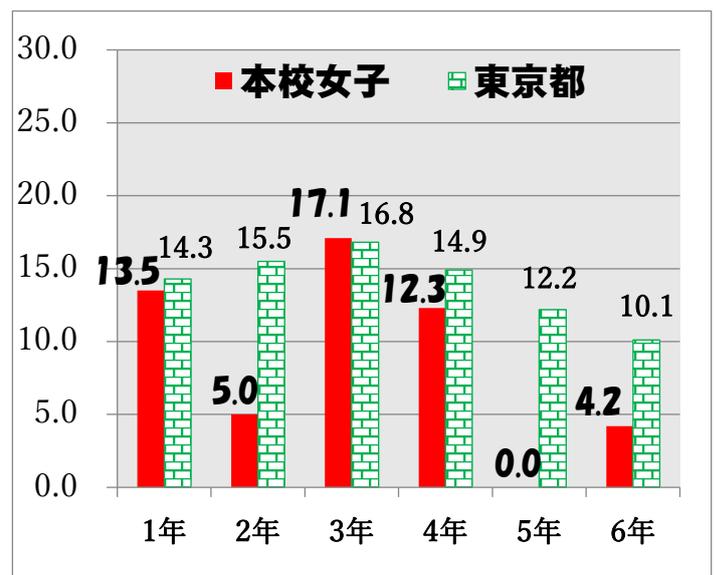
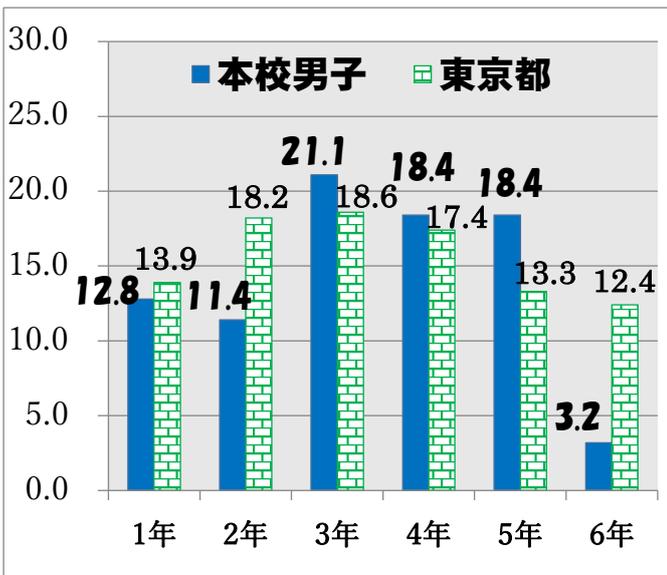
【視力検査時の矯正視力者】 (%) (検査時にメガネをしていた割合)



高学年女子の方が、メガネをかける児童が多いです。



## 7. 歯科健診結果 (人) (健診時に虫歯があった人の割合)



※比較は令和2年度の東京都平均です。

全体的に男子より女子の方が虫歯が少ない傾向があります。乳歯と永久歯が混在する3・4年生に虫歯が多い傾向にあるので、歯のでこぼこに合わせて、丁寧に歯みがきしてください。

