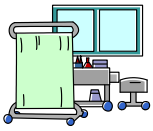
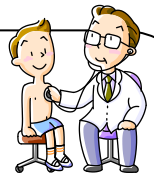
学校保健委員会だより No.3



平成２５年１月２１日　　内原小学校　保健室

１月１７日（木）に，第３回学校保健委員会を開催し，今年度の保健活動と次年度の「学校保健安全年間計画」について協議をしました。また，学校医の舘治彦先生と学校歯科医の高宮哲二先生から講話をいただきました。本会で報告・協議された内容の一部を紹介します。ご家庭でもぜひ振り返りをしていただき，子どもたちの健康の保持増進についてご協力くださいますようお願いいたします。

本会の委員の皆さまにつきましては，お忙しい中ご参加いただきありがとうございました。



学校医　　舘　治彦　先生

今年のインフルエンザ対策

・現在は，インフルエンザ AH3 亜型が流行しています。

◆インフルエンザの予防◆

① 流行前のワクチン接種（発症を抑える効果が一定程度認められている。）

② 咳エチケット（咳・くしゃみの際には，ティッシュなどで口と鼻を押さえ，他の人から顔をそむけ，1.5m 以上離れる。咳をしている人はマスクを着用する。）

③ 外出後の手洗い・消毒を徹底する。

④ 適度な湿度の保持（室内では，加湿器などを使って適切な湿度５０～６０％を保つ。）

⑤ 十分な栄養とバランスのとれた栄養摂取。

⑥ 人ごみや繁華街への外出を控える。

感染予防対策をご家庭でもよろしくお願いします。

学校歯科医　　高宮　哲二　先生

プロバイオティクス（Probiotics）

◆プロバイオティクスとは◆

・定義…腸内細菌叢のバランスを改善し,それによって宿主に有益な効果をもたらす生菌。（ヤクルト等）

・働き…① 腸の粘膜バリアの物理的構造と免疫機能の安定化

② 病原菌に対する免疫応答の強化

（免疫力があがれば,感染症である歯周病の治癒にも関係してくる。）

③ 栄養摂取の強化（より多くの栄養が摂取できるようになり,健康に寄与する。）

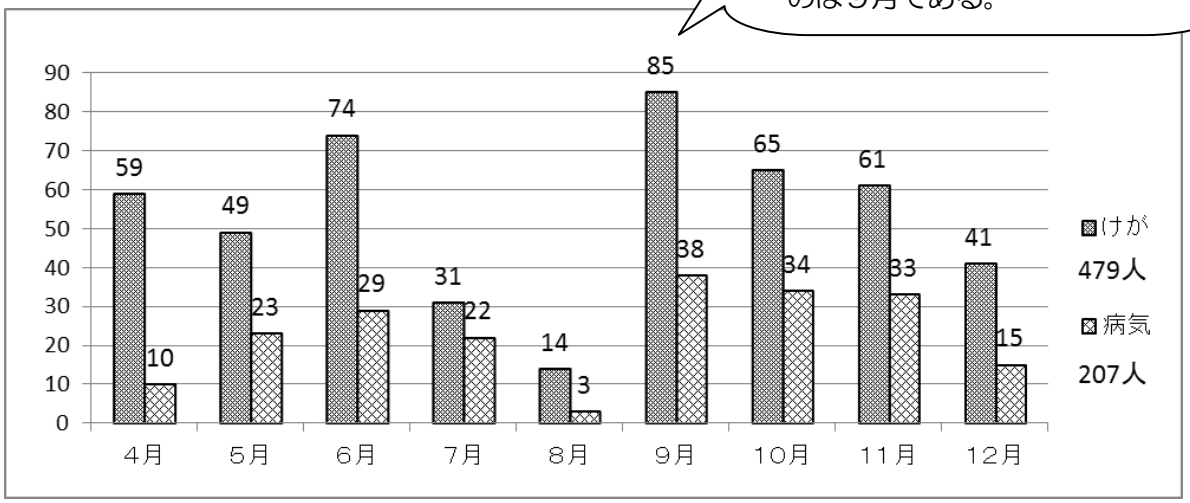
・酵母菌…（味噌・醤油・納豆・甘酒）腸管壁へのコロニー形成能力が高く,免疫力を高める。

・ビフィズス菌…乳酸菌と共に新生児における最初のコロニー形成菌で,他の細菌が正常な菌叢を確立するのを促進する。

１　保健室利用状況（４月～12月）

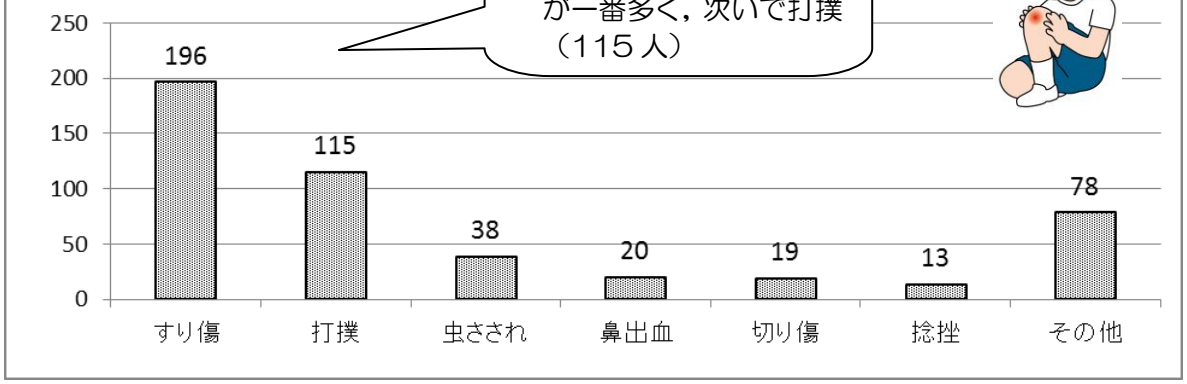
＊けがによる来室が病気の来室より多い。
＊けが・病気とも，来室が一番多いのは９月である。

月別利用状況



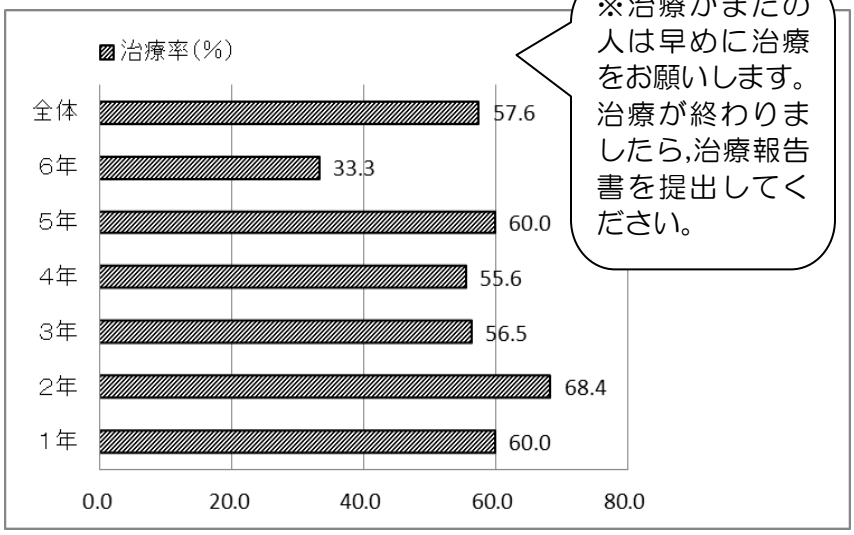
けがの種類

＊けがの種類ではすり傷（196人）が一番多く，次いで打撲（115人）



２　歯科治療状況

※治療がまだの人は早めに治療をお願いします。治療が終わりましたら,治療報告書を提出してください。



	う歯(人)	治療済(人)
1年	20	12
2年	19	13
3年	23	13
4年	18	10
5年	10	6
6年	9	3
全体	99	57

（１月１１日現在）