



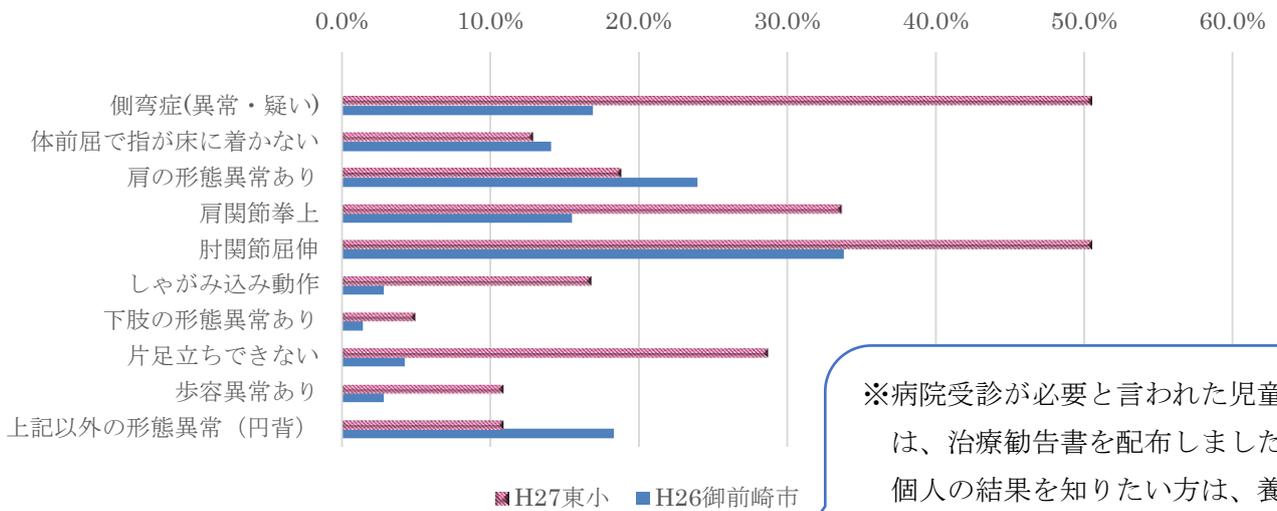
げんきな子 H27. 7月

浜岡東小学校保健室



6月に5・6年生を対象に、「運動器検診」が行われました。これは、最近学校でけがをする子が増えたり、運動器に異常が見られる子が増加していると言われていたりするため、「御前崎市運動器検診事業」として始まったものです。「運動器の異常」というのは、片足でしっかり立つ・手をまっすぐ挙げる・かかとを床につけてしゃがみ込む・体を前に倒して手指が床に着く等の基本動作ができないことを言い、今回はそれらの項目について、埼玉県の北本整形外科院長柴田輝明医師に検診をしていただきました。その検診の結果から、本校の傾向をお知らせします。

H26御前崎市（本校を除く）とH27本校の有所見者率の比較



※病院受診が必要と言われた児童には、治療勧告書を配布しました。個人の結果を知りたい方は、養護教諭（寺田）までお問い合わせください。

浜岡東小の傾向

- 側弯症の疑いの児童が多い
→細かく診ていただき、軽度の子も入っている。今後も内科検診時に側弯症検査を行っていく。
- 肩関節挙上、肘関節屈伸、しゃがみ込み動作、片足立ち等が、できないもしくはスムーズに行えない児童が多い。
→ストレッチやこの動きの練習をすればできるようになる。
- 問診票より、朝食の品数が3品以上の子、就寝時間が午後10時以前の子は、それ以外の子と比べて「所見なし」の子が多かった。

柴田医師からのお話

- 車、ITの時代で、歩くことや外遊びが減っていることが、子どもの運動器機能に影響が出てきたと考えられる。
- 子どもたちの運動器の問題は、「運動のしすぎによるスポーツ障害」と、「肥満等運動不足による運動器異常」の二極化が進んでいる。
- 予防改善のためのストレッチとして良いものは、ラジオ体操をきちんとこなすこと。また、裏面の運動器検診チェック項目（1回の所要時間：約1分～1分30秒）自体もストレッチとなるので、これらを週2～3回実施したい。
- 運動器機能の向上には、「運動」・「勉強」・「食事」・「休息」のバランスを取ることが大切。