

平成 27 年 4 月 1 日

関係者各位

伊予歯科医師会
会長 稲田雅仁

講演会のご案内

桜花の候、皆様方におかれましては、益々ご活躍のこととお喜び申し上げます。

さて伊予歯科医師会では、毎年学校歯科健診の始まるこの時期に、学校歯科保健に関する講演会を開催しています。今回は、香川県三豊市立辻小学校校長 山下昌茂先生（前仁尾小学校校長）をお招きしてご講演いただきます。前任地の仁尾小学校で食育を中心とした取組みにより、素晴らしい実績（講演要旨を参照）を上げられております。

教育委員会、学校関係者（学校長、教頭、養護教諭、栄養教諭、PTA等）の方々には是非聴講して頂きたく、講演会を下記のように開催致しますので、万障お繰り合わせのうえご参加くださいますようお願い申し上げます。

参加を希望される方は、稲田歯科医院FAX（089）962-1182または伊予支部メールアドレス office@iyodental.jp にて受け付けますので、4月23日（木）までにご連絡下さいますよう、ご案内申し上げます。

記

- 日時 平成 27 年 4 月 25 日（土）15：00～16：30
- 場所 ウェルピア伊予
愛媛県伊予市下三谷 1761-1 TEL：089-983-4500
- 講演
演題：「食育で変わるこどものやる気と元気 ～インフルエンザも激減する～」
講師：香川県三豊市立辻小学校校長 山下 昌茂先生
参加費： 無料

講演会に 参加 します

所 属	ご 芳 名

稲田歯科医院

FAX（089）962-1182

講演要旨

平成 23 年度に仁尾小学校に赴任した山下校長は、赴任 2 年目に、あまりにインフルエンザの罹患率が高い事に驚き(全校生徒 298 名のうち最大 251 名が欠席し、欠席月も 12 月から翌 6 月まで続き、延べ 764 人が欠席した)、この児童たちの免疫力の低さの原因に低体温があるのではと考え、体温測定を実施した。すると 76%が 36.5 度未満の低体温だった。

そこで、運動、睡眠、朝食の改善を 3 本柱にした対策を立て正常体温児童は 24→68%へと改善したが、最も難渋したのが朝食で、61%は改善できなかった。そこから学校給食の改善に取り組み、化学調味料を一切やめて、「あご、いりこ、昆布、しいたけ」の粉末のだしに切り替えることを栄養教諭を通じて給食センターに指示を出し、5 日後からスタートした。そして一口 30 回噛み、「あいうべ」体操、丸ごとの煮干を毎日食べる、旬の野菜を皮ごと(野菜の芯も)食べる、ジュースを控える。発酵食品を毎日食べる、自作弁当づくり、を实践させた。新しいだしによる給食の生徒の評判は上々で、ほぼ完食され、残飯が減った。

その結果、インフルエンザによる欠席者は 23 年度が 251 人だったのに対し、24 年度は 51 人、25 年度は 19 人だけ、正常体温の割合は 83%まで改善した。また、メタボ児童も 0 で、脂質異常児童は 1/4 に減った。歯肉炎も大きく改善している。食の改善に伴って心身にも変化が出た。「以前より授業に集中できるようになった」、「争い事が減った」など改善がみられた。

実績を作った仁尾小学校は、文部科学省から昨秋表彰された。その報告に仁尾町が属する三豊市長を尋ねたところ、市長がどんなことかと学校を視察に訪れ、これは素晴らしいことだから全市の学校に広げると宣言したのだ。