

第2回学校保健委員会報告

令和6年12月4日
上野台小学校 学校保健委員会

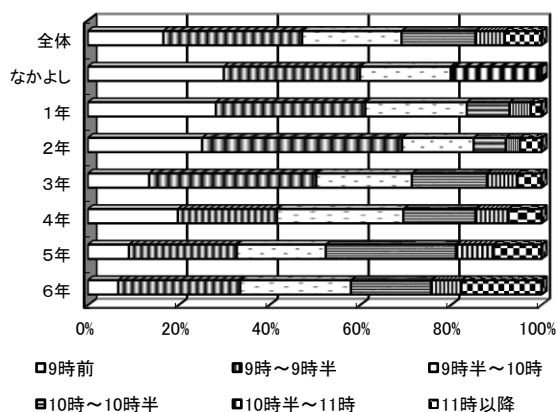
11月25日(月)に第2回学校保健委員会が開催されました。学校保健委員会は、上野台小の子ども達の健やかな成長を願い、学校医・PTA役員・教職員が心身の健康について話し合う会です。



協議 報告① 生活習慣アンケート結果報告 (保健主事)

今年度5月と11月の年2回生活習慣アンケートを実施しました。その結果から児童の実態について報告しました。よい状態を維持しているものは、朝食を毎日食べている。好き嫌いをせず頑張って食べている。外から帰ったらうがい手洗いをするの項目です。ご家庭での指導が反映されていると

夜何時に寝ていますか



思われます。また手洗いなど継続して頑張っているようです。これからの時期感染症の流行も予想されます。一層の指導をお願いします。残念ながら課題となってしまった項目は、起床時間が遅くなった、外遊びを頑張る子の減少、就寝時間が遅くなった、IT機器の使用時間が増えた、の項目です。外遊びの時間がゲームなどの時間に代わり、夜遅く遅くまでIT機器を使い、朝起きられないのではないのでしょうか。子ども達には睡眠、栄養、運動の重要性についてその都度指導しています。ご家庭でも保護者の方からの声掛けを引き続きお願いします。

協議 報告② 歯科受診状況報告 (養護教諭)

今年度、歯科検診の結果、昨年度と比べ、むし歯ありの児童が、増加してしまいました。そのむし歯のほとんどが乳歯のむし歯です。永久歯のむし歯は、年々減少していて今年度も県のコンクールで表彰を受けているところですが、11月までの受診率は、51.9%と昨年度の57.6%より減少しています。またCO(要観察歯)むし歯になりそうな歯の受診率も49.4%と低くなっています。特に高学年ほど受診率が低いので早期の受診をお知らせしていきます。



協議 報告③ 体力テストの結果について (体育主任)

今年度より体力テストデジタル集計アプリ ALPHA SCHOOL を使いタブレットを用いて即時の結果票閲覧ができるようになりました。導入のメリットとして自己評価もすぐにでき、測定方法やコツの動画を待ち時間を利用して視聴するなどができるようになりました。本校が向上しているものは持久力、敏捷性、柔軟性で、課題となるものは跳躍力、投力、筋力です。



今後の体力向上について全校で授業力向上に取り組んでいます。各学年の体育部を中心に授業の流れを統一し児童が見通しをもって授業に取り組めるようにします。さらに「走ろう週間」を設け、休み時間に体力づくりをしています。短縄跳びの技に取り組む「短なわチャレンジ」も実施する予定です。今後も課題解決に向けて取り組んでいきます。

協議 ④ 学年別ディスカッションよりよい生活習慣のため

保護者が学年ごとにグループを作り意見交換を行いました。同じ地域で同じ学年の子どもを育てる保護者として、子どもたちの生活習慣について、歯科のこと、ゲームや動画視聴についてなど情報交換がされました。また歯科校医さんから仕上げ磨きのこと、など聞くことができました。短時間だったため時間が来ても話が終わらないくらい、活発なディスカッションがされました。

本校 学校歯科医の先生より (前田 守隆先生)

保護者の皆さんが行う仕上げ磨きは、ぜひ小学生のうちは継続して行って下さい。高学年のお子さんでも毎日、無理でも週に1度は磨き残しのチェックをしてほしいです。また本校の児童は永久歯のむし歯は、確かに少ないですが、CO（要観察歯）や、歯肉炎の児童は決して少なくはありません。COは、しっかり歯みがきをすることで経過観察すれば改善することもありますので一度受診した方がよい歯です。歯肉炎も歯肉が腫れぼったくなっていますがマッサージにより改善します。また歯垢や、歯石がついてしまっている児童も多くいます。下の前歯の裏は特にたまりやすいので定期的に歯科医に行くこと、そして高学年からのフロスの使用をお勧めします。



本校 学校薬剤師の先生より (正木 清彦 先生)

学校薬剤師は、学校の環境衛生（空気、照度、騒音等）について関わり、検査をしたりしています。最近の検査では、照度、騒音に問題はないのですが、エアコンの使用にあたりCO₂（二酸化炭素）の値が高くなっています。CO₂が高くなると学習効率下がってしまいますまた、感染症対策の面からも換気をまめに行うことが大切だと思います。家庭でも気を付けてください。



また子ども達の免疫力を高めるためには、栄養、睡眠、保湿、保温が大切です。特に冬でも冷たい飲み物を飲む等体を中から冷やすことは免疫力を下げてしまうので気を付けてあげましょう。

～参加して下さった保護者の方々の感想～

生活習慣について学年ごとにディスカッションの時間を作っていただき、食事について困っていたので先生や同じ学年のお子様を持つお母様とお話させていただいて少しスッキリしました。他の学年の方も学年ごとにお悩みや工夫していることなど伺って参考になりました。

薬剤師の先生の免疫についてのお話しも勉強になりました。

学年別ディスカッションでは、皆様の工夫などを伺って大変参考になりました。学年や男女により違いがあり、5,6年生の様子を聞いてよかったです。できたら睡眠時間など先生からもご助言あるとよりよかったです。薬剤師の方の話は、今まで聞いたことがない（CO₂濃度）話で興味深かったです。

保健委員会の子どもの動画とてもよかったです。ぜひ多くの保護者にも見ていただきたいと思いました。

学年別のディスカッションは時間も限られているのでテーマをしばられていると話やすかったです。学校医の先生方の話はとても有意義でした。家庭でも食事などで体を温めることを意識して行きたいです。

自分の家の事はよくわかりますが、他のお家のことを知る機会がないので貴重な機会となりました。共通することは、ゲームやスマホ、動画などの使用状況でした。時代といえ時代だと思いますが、健康を損なわないように使わせたいと思いました。

今年度の学校保健委員会は以上です。お忙しい中ご参加ありがとうございました。（以上報告いたします）