

学校保健委員会だより

令和4年7月5日（火）

学校薬剤師の先生をお招きし、令和4年度第1回学校保健委員会が開催されましたので、報告します。

【日時】 令和4年6月28日（火） 13時00分～13時40分

【場所】 図書室

【参加者】 学校薬剤師、校長、保健主事、養護教諭、体育主任、PTA本部役員（2名）、家庭教育委員会（4名）、文化厚生・成人教育委員会（2名）

計13名

《令和4年度 新体力テストの結果 体育主任より》

柔軟性に課題！

- ・体を柔らかくするためにストレッチ
- ・ハツラツだよりの発行



★青小っ子マラソン⇒持久力向上、外遊び⇒体力向上につながっていることから**継続!**

《令和4年度 定期健康診断の結果 養護教諭より》



全体的に校内平均は県平均を下回っていますが、成長曲線を見ていただき、お子様の数値が曲線に沿っていれば問題ありませんので、御安心ください。

生活や運動習慣の変化、姿勢不良により、転びやすい、まっすぐ走れないなど、子供の運動器機能異常のことを「子供口コモ」と言います。姿勢を正しくするだけでなく、規則正しい生活習慣を身に付け、ストレッチもしましょう。



学年が上がるほど、近視とみられる児童生徒の割合が多くなる傾向が示され、症状も重くなるケースも増えると判明しました。学年が上がればメディアの使用時間が長くなり、目の負担も増えることが背景にあるとみているようです。

う歯受診率が、27.7%と低い状況です。児童会憲章では、「むし歯ゼロ」を掲げておりますので、夏休みを利用し、歯科医を受診するよう御協力をお願いいたします。



《令和4年度 生活習慣アンケートの結果 養護教諭より》

朝食欠食8.7%
就寝時刻が遅い
歯みがき習慣
メディア使用時間が長い



- ・1日のエネルギー源となる朝食は、バランスよく食べる
- ・小学生は8～10時間のまとまった睡眠が必要
- ・食べたらみがく習慣
- ・メディア⇒家庭学習・読書

協議「家庭で取り組んでいる歯と口の健康について」

生活習慣アンケートの結果より、歯みがきに課題があったことから、グループで話し合いを行い、各家庭の取組を共有しました。ぜひ、御家庭で御参考ください。

歯周病など、様々な病気につながることを伝えていきます。



ながらみがきのため、お風呂場で集中してできるようにしています。

高学年なので、仕上げみがきはしていないが、マウスウォッシュやフッ素ジェルなどを活用しています。

《学校薬剤師 先生より》

コロナで慌てないために、普段から発熱外来や検査費用などを調べ、シミュレーションしておきましょう。隔離するパターンを決めておくことも大切です。



〇〇〇保護者の方の感想〇〇〇

- ・実際の子供たちの調査結果から、体力面や健康面の注意点や改善方法を知ることができました。帰ってから子供たちと今後の生活について話す機会になりました。初めての参加で緊張していましたが、とても有意義な時間を過ごせました。
- ・今回は、体力テストと定期健康診断の結果報告、さらに生活習慣アンケートの結果報告という内容で大変興味深かったです。自分の子供と他のお子さんの生活習慣が分かり、改善する良いきっかけを頂きました。