

鮫川小学校

学校保健委員会だより

令和6年2月27日（火）

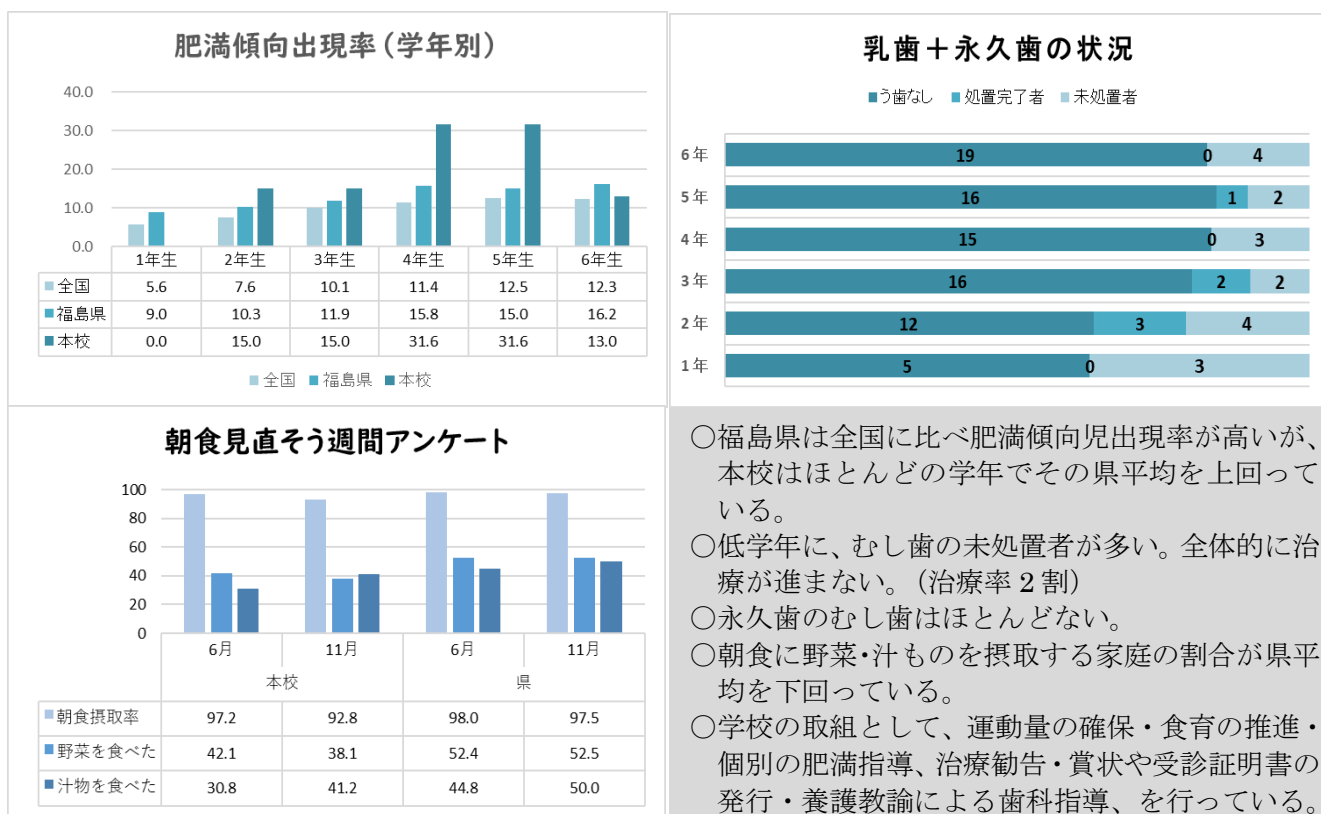
（発行責任者）大塚 欣之

（文責）松川 理咲

去る2月21日（水）、学校歯科医、村役場保健師、村教育委員会、PTA代表、学校関係者の21名が集い、学校保健委員会を開催しました。今までは、教職員のみで行われておりましたが、健康課題の解決には、「医療」「地域」「家庭」「学校」の様々な視点で考えていく必要があると思い、今年度より立ち上げました。今回は「歯の健康」「生活習慣」「体力向上」の班を作り、それぞれの立場から活発に意見交換しました。その主な内容をご報告いたします。それぞれのご家庭で参考にさせていただけたら幸いです。

学校からの報告

令和5年度定期健康診断の結果と朝食見直そう週間運動のアンケート結果



令和5年度体力テストの結果について

<体力テストの結果>

- 20mシャトルランはR4全国平均を上回り、経年変化をみても複数の学年で記録の上昇がみられた。
- 長座体前屈・立ち幅跳びはR4全国平均を下回り、経年変化をみても複数学年で記録の低下がみられた。
- 50m走の記録は上昇・低下ともにみられなかった。

<運動習慣>

- 運動やスポーツが「好き」と感じている男児が100%である。また、体育・保健体育の授業が「楽しい」と感じている児童が多い。
- 地域のスポーツクラブに所属する児童は、1週間の総運動時間が全国・県平均を下回っている。
- 体育の授業で「できる・わかる」を実感してもらうために、ICT活用を進めていきたい。

グループ協議

A 班：歯の健康



- ・ むし歯の未処置者が多いのは、村に歯科医院が少ないのが原因かもしれない。
- ・ 治療をしても、書類を学校に提出していない可能性があるため、引き続き呼びかける必要がある。
- ・ 親の仕上げ磨きは、子どもが自分で歯ブラシのコントロールが出来るようになるために、良いと思う。

B 班：生活習慣



- ・ バス通学や車で送迎が多いこと、東日本大震災、コロナ等の影響で、年々運動量が減ってきている。
- ・ 中学校に進学すると運動量が増え、肥満傾向だった児童も肥満度が減少する場合があるので、運動習慣の形成が重要だと思う。
- ・ 両親が多忙で簡単に食事を済ませるために、幼少期からジャンクフード、カップ麺を食べている家庭もあるので、食事の質を考える必要があると思う。

C 班：体力向上



- ・ スクリーンタイム（画面をみる時間）の多さは、近くに外遊びが出来る友達や公園が無いことが原因だと思う。
- ・ 子ども達の「運動好き」を活かすために運動カードを活用することは、目標を持ったり達成感を実感したりできるので良い取組だと思う。
- ・ 村のトレーニングセンターとの連携による授業を行っていることは専門的な立場から指導を受けられるため、地域の良さだと感じる。

ご指導

<学校歯科医：小松正三 様>

- ・ むし歯になる児童は、昔に比べれば減少していると思います。参加された皆様の意識が高いので、引き続き、むし歯予防に努めていただきたいです。むし歯予防には、ブラッシングが大切です。むし歯になってしまったら自然治癒はしないので、受診をして欲しいと思います。

<村役場保健師：蛭田みゆき 様>

- ・ 村検診で大人の肥満も多いようです。子どもの肥満は大人の肥満につながるため、子どもの頃から気をつけていただきたいです。
- ・ 最近、乳幼児検診で野菜嫌いのお子さんが多いようです。京都大学の研究によると感情のコントロールが苦手な幼児は、特定の腸内細菌を多く持つこと、野菜の摂取頻度が低く偏食傾向であることが多いとの発表があったそうです。幼少期の食習慣が脳の発達に影響するそうなので、野菜を食べて欲しいと思います。

<村教育委員会：岡部徳子 様>

- ・ 鮫川村では、さめレンジャーがメディアに対する注意喚起や啓発を行っています。メディアの使用時間を決め、家族で過ごすことや趣味などの時間を増やして欲しいと思います。