

ほっとけんこう情報をしっかりつたえます



令和3年7月13日
学校保健委員会臨時号
上沖小学校保健室

家庭数配付文書

おうちの人とよみましょう

ほっとけんしつ

学校保健委員会とは、児童の健康管理及び健康増進について話し合い、学校の保健課題に関する研究と実践を推進することを目的とした委員会です。今年度は、感染症拡大防止のため、紙面上での実施とします。児童の健康増進及び体力向上のために、ぜひご一読ください。

報告内容

- 【保健】 ・健康診断結果について ・児童保健委員会の活動について
- 【体育】 ・新体力テストの結果について ・運動タイムについて ・体育の授業について
- 【食育】 ・朝食について ・給食委員会の活動について

保健

健康診断結果について

① 発育測定結果

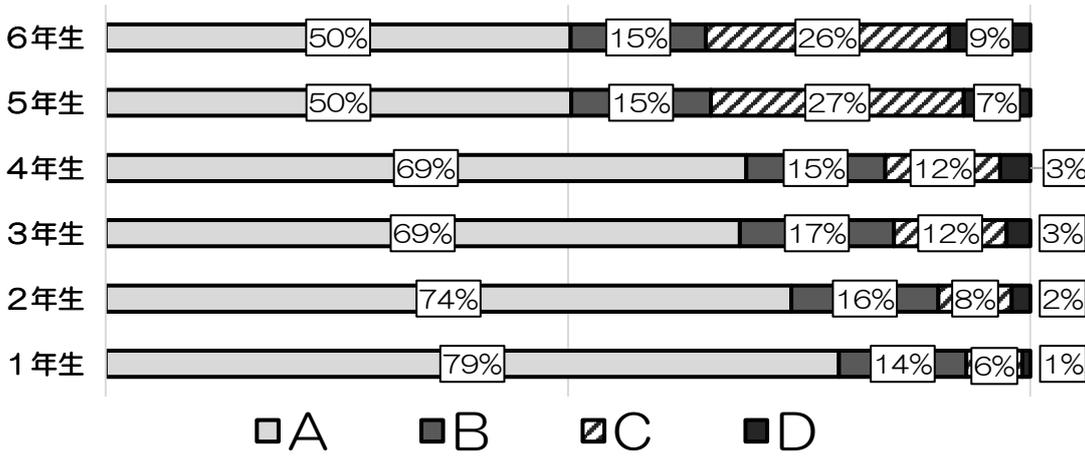
男子			女子	
身長	体重		身長	体重
116.4	21.6	1年生	115.4	21.1
116.9	21.6	県平均	115.6	20.8
-0.5	0.0	差	-0.2	0.3
121.6	24.5	2年生	120.9	24.0
122.6	24.2	県平均	121.4	23.5
-1.0	0.3	差	-0.5	0.5
130.6	29.8	3年生	128.5	27.5
128.4	27.2	県平均	127.3	26.5
2.2	2.6	差	1.2	1.0
133.6	31.0	4年生	133.2	30.6
133.2	30.7	県平均	133.7	30.4
0.4	0.3	差	-0.5	0.2
139.0	35.0	5年生	141.2	35.4
139.5	34.8	県平均	140.7	34.4
-0.5	0.2	差	0.5	1.0
145.2	40.0	6年生	146.1	40.2
144.8	38.2	県平均	146.7	39.0
0.4	1.8	差	-0.6	1.2

※県平均…令和元年学校保健統計調査より

※差…(上沖小学校平均) - (県平均)

- どの学年でも体重は県平均を上回っている。特に昨年度の休校等により運動をする機会が減少してしまったことも理由の一つとして考えられる。
- 成長には個人差があるため、一人一人のペースでバランスよく成長することが大切である。正しい成長には、規則正しい生活習慣【食事・睡眠・運動】を心がけることが欠かせない。

②視力検査結果 (左右いずれか悪い方を数値化)



検査・記録方法

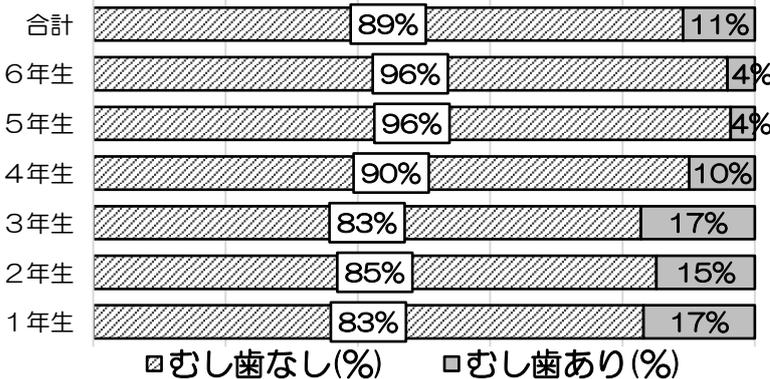
- A・・・1.0以上
- B・・・0.7～0.9
- C・・・0.3～0.6
- D・・・0.2以下



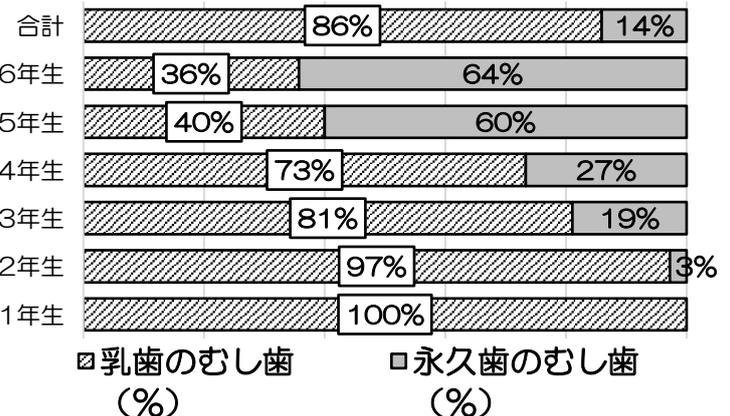
- C以下の判定を受けた児童には検査結果を通知。
- 学年が上がるにつれて視力が低下しており、眼鏡を使用していてもCやDの判定を受けた児童もみられた。
- 前回（令和元年度）と比較し、どの学年においても視力の低下がみられた。
- 児童の実態からゲームや学習時の姿勢、照明などによる目への影響も考えられる。

③歯科健診結果

学年別 むし歯の割合



むし歯 乳歯と永久歯の割合



- 高学年のむし歯において、半数以上が永久歯のむし歯である。
- 前回（令和元年度）と比較し、2年生、3年生でむし歯の割合の増加がみられた。
- 歯垢の付着が全学年で増加傾向にあった。歯垢はむし歯や歯肉炎の原因となるため、正しい歯みがき方法で丁寧にみがくことが重要である。

児童保健委員会の活動について

活動内容

- 水質検査
- 液体石けんの補充
- 保健室整備
- 来室者の記録 等



- 歯と口の衛生月間（6月）での取組
- いい歯ぴかぴかO×クイズの作成
- 校内放送での呼びかけ
- 歯と口の健康に関するポスターの作成

体育

新体力テストについて

- ◇ 短距離の走力は、一昨年の全国平均と比べても低くはない。ただし、感染症の影響で運動不足の児童が多いことから、シャトルランなど長距離の走力が低く、一昨年の全国平均を下回る結果となった。このことから「体力づくり」が今後の課題となっている。
- ◇ 毎年課題に挙がっている「ボール投げ」は、全国平均を下回る結果となった。体育授業の準備体操に、ボール投げの補強運動を入れるなど、工夫している。



運動タイムについて

- ◇ 運動タイムでは、全員が集まってしまうと密になってしまうため各教室でラジオ体操を行っている。運動委員の児童に各教室へ行ってもらい、見本となってラジオ体操を行っている。運動会でも準備体操として行うので、今後はきちんと伸ばすところを意識しながら、取り組めるよう実施していきたい。今後は丈夫な体を作るための「体力づくり」に向けて、体力が向上するような取組を行っていく。



食育

朝食について

- ★ 朝食欠食の傾向は、休日に多く見られる。
特に昨年度は、休校等により生活リズムが乱れ、朝食を食べない習慣がついてしまったと考えられる。
- ★ 学年が上がるにつれて朝食の内容が「主食のみ」の児童が増加している。

朝食は・・・

- 体温を上げて脳を目覚めさせ、体を働かせるために大切な一日の活力源。
- 生活リズムをととのえ、体調をよくする。
- 脳の働きが活発になって集中力が高まり、学習能力が向上する。



- ★ 朝食を食べる習慣を、しっかりと身につける。
- ★ 主食だけでなくおかずも大切。
バランスのよい朝食を食べられるように大人が見届けることが重要。

給食委員会の活動について

活動内容

- ・お昼の校内放送
(献立の紹介・残さず食べてもらうための一言メッセージ)
- ・牛乳パック回収
- ・三ツ星給食
(応募・審査・三ツ星給食の紹介)
- ・たけのこ掘り
- ・給食週間行事
(給食週間についての説明・調理員さんへのインタビュー)

思ったより難しいなあ
でも楽しいね！



調理員さんと一緒に
校内放送中



三ツ星給食

「銀河宇宙献立」

三ツ星給食

「世界の国旗献立」

三ツ星給食

「ハワイ献立：ロコモコどん」

