

# 平成30年度 学校保健委員会だより

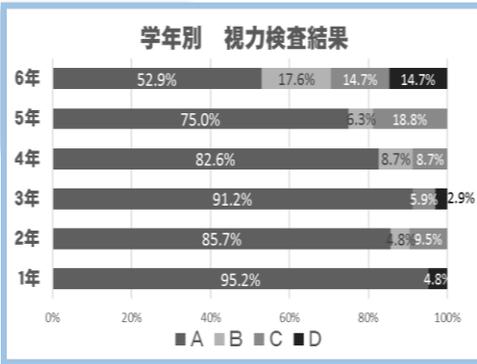
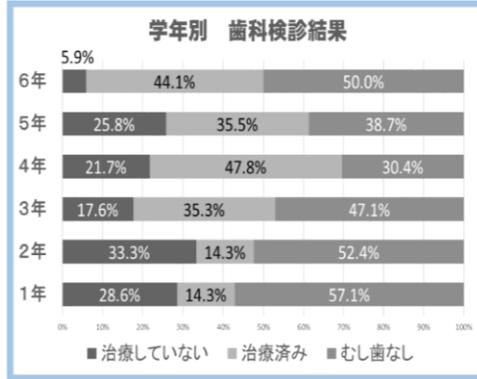


本校の健康課題について協議をしました。  
 養護教諭からは、定期健康診断の結果と保健室利用状況について、栄養士からは、子どもたちの食生活について話がありました。今回は、話し合われた内容を抜粋して御紹介します。

## 定期健康診断の結果から (養護教諭)

歯科の受診をおすすめした児童の受診率がかなり低かったため、今年度は、例年3回の受診勧告を4回行ったが、それでも受診率が向上しなかった。

**渡辺よしお歯科医院 渡辺校医より：**むし歯は全身病。乳歯のむし歯だからといって軽視せず、**早めに治療**をしてください。



**はやさか眼科 早坂校医より：**C～Dが多いのは、学校生活上かなり問題であると感じる。

(地域学校保健委員会) **かとう眼科 加藤健先生：**  
**姿勢を正す立腰を心がける**ことで、視力低下の進行を予防できる。スマホやゲーム画面を見ている際、目に入るブルーライトは、目ではなく脳に作用する。低年齢のうちは、夜間の使用は控えてほしい。また、ドライアイが低年齢化しているのも気になる。

**松山医院 濱島校医より：**今期のインフルエンザは、大人も子どもも家族みんなで罹っているが、予防接種を受けた人は軽症で済んでいる。常に手洗い・うがい・加湿・咳エチケット(鼻をかんだティッシュの処理、その後の手洗いを含む)を心がけてほしい。今後は、ノロウイルスなどの胃腸炎が出てくる。治療薬はないので、脱水に注意してほしい。

**ポピー薬局 松井薬剤師より：**インフルエンザは、A型に2度感染した人が出ている。もうなってしまった人も油断せず、予防を心がけてほしい。溶連菌感染症は、強い症状が出ず、検査してみたらそうだった、というお子さんが多い。出されるお薬は、苦くて飲みにくいですが、がんばって7～10日間はしっかり飲んでほしい。御家庭だけでなく、学校で先生やお友達に見守られて、飲んでいるという児童も多いので、飲めるような声かけを。

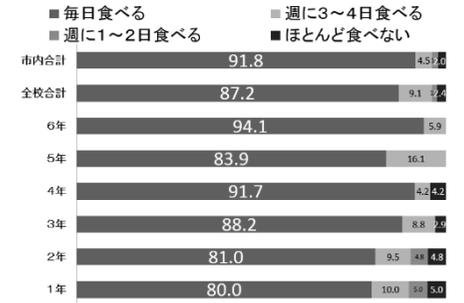
## 食生活アンケートの結果から (栄養士)



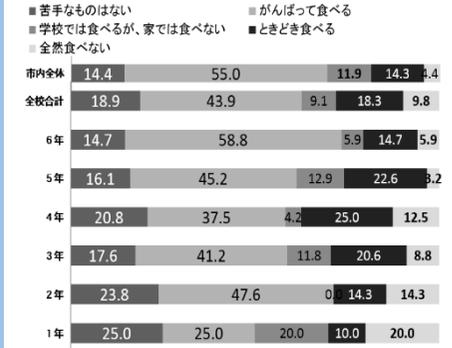
### 朝食を食べていない児童が多い。

朝食を食べている児童は、年々減っている傾向にある。朝食は、午前中の勉強や運動を活発にするための大切なエネルギー源なので、授業に集中できているか心配。

あなたは学校へ来る日(平日) 朝ごはんを食べますか？



### 食事に苦手なものが出たとき、どうしていますか？



### 食べるのが好きになるように...



- 材料のお知らせ  
産地、季節、味、食感など
- 体験  
野菜作り
- 声かけ  
「ひと口食べてみない？」  
「おいしいよ」

給食については、食経験が少ないのか、低学年ほど食べない児童が多く、さらに全然食べないと回答した児童の割合が多い。新しい食材を口にするよい機会なので、1口だけでも食べる気持ちが育つとよい。以上のような課題があったため、今年は、食経験が少ない児童を対象に食材に触れる機会を考えた。

2、3年生と学校農園で種まきから収穫までおこない、小松菜やアスパラ菜を育てて、給食に出した。野菜嫌いの児童が「自分の作った野菜だ！」と言って食べる事ができた。



### 課題とお願い

- 課題：食べ物に興味・関心が薄い
- 朝食を食べる
  - 苦手なものもひと口食べる気持ち
  - 自分の身体、成長を考える

↓

**お願い**

**子どもたちには お手本が必要**

してませて 言って聞かせて やらせてみて 励めてやらねばは動かし

朝食を食べること、毎食野菜を食べること、牛乳を飲むこと、マナーのどれをとっても一人ではできないし、身につけません。身近にいる大人の様子を見て、会話して、一緒に食べる時間の中で身につけていくものです。学校では先生や上級生と一緒に食事をするなかで伝えていきますし、給食だより等でお知らせしていきますが、ご家庭でもお手伝い、食事中、買い物の場面で「食」を話題にさせていただけるとありがたいです。