

# ほけんだより



令和6年3月1日

東海村立舟石川小学校

No. 12



3月は1年間のしめくくりの月です。

卒業する6年生は、中学生になるための心の準備をする大切なときです。

1年間の生活を振り返り、4月から元気な心と身体でスタートできるといいですね。



## 2月9日(金)に、学校保健安全委員会が開かれました。

学校保健安全委員会とは、子供の心と身体の健康と安全について、学校と家庭、専門家の方々と考え、意見を交換し、健康づくりを推進する組織です。

本校学校歯科医とスタッフ、学校薬剤師、PTA役員の方々、保健厚生委員の方々、学校教職員が参加して行われました。

ご多用のところ参加して下さった方々に深く感謝申し上げます。



### 報告と協議の声

#### ◆体育指導について

コロナにより運動量・体力が下降したが、徐々にコロナ前に戻りつつある。

体育的行事(運動会、体力テスト、水泳学習)や元気っ子タイム(マラソントime、なわとびタイム等)など、年間を通して運動に親しむようにしている。

今後は、サーキットトレーニングを導入したり、体育委員会児童が中心となった体育的イベント企画しながら実践していきたい。



#### ◆給食指導について

東海村産の米や野菜をふんだんに使用し、台湾料理、共通献立の日など、変化に富んだ献立を工夫している。

ご飯の残量が多い課題から、おにぎりを作って食べる日を設けた。この日は残量が減り、「自分でつくる」喜びが食欲にも響いたようだ。

給食委員会児童が校内放送で給食クイズや給食週間の由来を話して、食に関心をもてるようにはたらきかけた。

食物アレルギー対応は、東海村のマニュアルに沿って面談を行い、確認しながら進めている。配膳や代替品の受け渡しの際には、大人が目視を重ねて、事故の未然予防に努めている。



#### ◆安全管理の状況について

災害を想定した避難訓練を行った(火災・地震、保護者引き渡し、抜き打ち、原子力防災、不審者対応)。

学区の自治会やコミュニティ・スクールの方々の立哨を協力いただいている。

地域の方々に守られていることに感謝するとともに、『自分の命は自分で守る』意識を育てる交通安全指導を重ねていく。

#### ◆定期健康診断結果について

視力の低下は全国的な課題となっている。日光を浴びた屋外活動が視力低下を防ぐ研究結果を参考に外遊びを推奨するとともに、タブレット使用の際の照明・姿勢・使用時間を配慮する必要性を感じる。

#### ◆学校歯科医・学校薬剤師からのご助言

歯みがきを本人任せになると、むし歯の数が増える傾向がある。保護者の仕上げみがきや低年齢のうちからのデンタルフロスを使用する習慣づけが大切。

小中学生のオーバードーズ(薬の過剰摂取)が増えている。健康被害があるほか、依存症につながることもあり得る。子供を守るために、薬は家庭で管理し、子供たちが抱える苦悩にどう気付き、どう寄り添い、どう支えるか、周囲の大人が注意深く見守る必要がある。