

学校保健委員会だより NO.2



令和6年3月15日発行

南長崎小学校 学校保健委員会

仲春の候、保護者の皆様におかれましては、ますますご健勝のことと拝察いたします。さて、本校では子供たちの健康の維持増進を図るために、学校保健に関する諸問題などを検討する場として学校保健委員会を開催しております。今年度は「親子で見直そう！元気な体をつくる生活習慣～目の健康について考えよう～」のテーマでメディアコントロールを中心に活動を行いました。3月6日(水)に活動報告として第3回学校保健委員会を開催いたしましたので、報告させていただきます。

◆児童の健康に関することについて◆



＜出席停止者の状況について＞

インフルエンザは年間を通して罹患者がおり、3学期に入ると市内では多くの学校で学級閉鎖等が見られました。本校も2月14日～15日の2日間学級閉鎖を行いました。新型コロナウイルス感染症は5月に第5類に引き下がった影響もあり、昨年度より出席停止者は減少しました。

＜保健室来室状況について＞ 単位(人) 2月28日現在

	1学期	2学期	3学期	計
外科的	372	310	99	781
内科的	140	183	79	402
計	512	493	178	1183

保健室への来室は外科的症状での来室が多く、特に5月の来室が多い結果となりました。5月は運動会の練習の影響と推察されます。うち、10

件はスポーツ振興センター給付金の申請を行いました。

◆保健活動の取組について◆



＜レッツゴーキッチン2023！について＞

今年度も自由参加という形で、夏季休暇中にレッツゴーキッチン2023！の取組を行いました。今年度49名の児童が取組みました。提出されたものは9月の夏休み作品展と一緒に掲示を行いました。レッツゴーキッチンは、食への興味関心を広げるきっかけになる良い取組だと考えています。来年度も無理のないよう自由参加という形で実施する予定です。

＜メディアコントロールチャレンジ！カードについて＞

今年度はメディアコントロールチャレンジを年3回行いました。回収率は1回目：76.1%、2回目：79.2%、3回目：80%でした。



○選んだコース

1回目は、**さるコース**(夕ご飯の時はメディアを使用しない)が1番多く、2回目以降は**きじコース**(メディアの使用は2時間まで)が多い結果となりました。**いぬコース**(学校から帰ったらメディアを使用しない)、**ももたろうコース**(1日ずっとメディアを使用しない)に挑戦している児童もいました。回数を重ねるごとにコースを上げて実施した児童が増えていました。

○実施結果

全ての期間及び学年において5日間守れた児童が多く、全体の約70%の児童は5日間または4日間守ることができていました。

裏もあります

○まとめ

ご家庭のご協力もあり、回数を重ねるごとに児童の意識も変化し少しずつ取組むことができたようでした。「目の疲れを感じにくくなった。」「目が悪くならないように注意したい。」等、自身の健康にも目を向けることができている感想も増えていました。また、期間中は一緒にカードゲームで遊んだり、ゆっくり話をしたりと家族の団らんにも繋がったようです。一方で「下に兄弟がいると難しい。」「ゲーム以外の楽しみがない。」という意見もあり、内容や方法については改善をしていきたいと考えています。

また、今年度はメディアコントロールに加え、4年生を対象にメディアに関する講演会を実施、9月に全学年に「正しいメディアの使い方」の指導を行いました。様々な立場から話をすることで、より目の健康について考え、知識を深めることができたのではないかと思います。学校でもクロームブックを使った授業も増え、家庭学習での使用も行われています。来年度もメディアコントロールチャレンジを継続しながら、メディアを使う時の姿勢などにも注目し取組を行っていききたいと思います。今後もご協力のほどよろしくお願いいたします。

◆学校医さん達よりお話をいただきました！

＜学校医：上戸町病院 本石 裕也先生＞



姿勢については子ども達の外遊び等の体を動かす機会が減ったことで身体能力が落ち、姿勢を保持する筋力が落ちていることが原因と言われている。運動習慣の有無の関連も大きい。また、頭痛等の内科的症状には睡眠不足も大きく関連している。保健室に来室した児童に昨晚の睡眠状況を確認

すると何か傾向がつかめるかもしれない。感染症については、インフルエンザ罹患者が今年が多い。コロナは半分弱くらいの状況。特にインフルエンザは平常と違う流行の仕方をしていて通常なら冬から流行しだすのが、夏場終わりから秋にかけて流行し始め、現在も続いている。今後の動向に注意が必要。コロナについては年中出てくるとされる。風邪症状あればマスクをつける等の対策が大切である。

＜学校薬剤師：それいゆ薬局 渋谷 まり先生＞



今まで常識だと考えられていたことが実は違っていたり、変わっていたりすることもある。本当に正しい情報なのかどうか疑って自分で調べることが大切だと思う。

以上のご意見・ご感想をいただきました。

保護者様をはじめ、関係者の皆様、ご多忙中にお時間を作っていただきありがとうございました。次年度も本校の保健活動にご理解・ご協力のほどよろしくお願いいたします。



