



学校保健委員会開催

3月4日（水）に学校保健委員会を行い、今回の会議には学校関係者、PTA役員の方々、学校医の先生にも参加いただきました。会議では、定期健康診断結果やその事後の措置、保健室への来室やこの1年間の学校保健活動について報告し、次のようなご助言をいただきました。

○睡眠時間が全体的に不足していて、高校生になるとこの問題がより深刻化してくるため、将来の自立に向けても、寝る時間をしっかり1日の定時から確保することが必要

○むし歯がある生徒が少ないのは、学校でのフッ化物洗口の効果もある。口の中の健康状態が悪いとからだ全体の健康状態に影響が出るため、常に良い状態に保っておくことが大事

学校では各種の検診後に受診が必要な場合は各家庭に案内を配付していますが、全体的に受診率が低いです。特に卒業を控えている3年生は、中学校に在籍しているうちに受診を済ませ、治療が必要であればすぐに治療することが大切です。高校生になれば、遠距離通学となり、ますます通院する時間が確保できず未治療のまま、状態を悪化させます。1・2年生も同様で、自分の健康は自分で気かけ、未処置のままにしないことです。

受診票をもっていらっしゃるご家庭は、必ず子どもさんの受診とその後の処置をお願いします。

2月「Qubena」活用強化月間の成果

2月の4週間、1教科100問、5教科で500問にプラスα100問を加え、1人600問を目標に強化月間として取り組んだ「Qubena」の活用の結果は下記の通りです。

1年生	34/50	達成率	68%
2年生	55/70	達成率	79%
3年生	49/64	達成率	77%

今年度は学習習慣を確立し基礎学力を身につけさせることを目的に、キュビナ活用強化月間を5月・7月・10月・12月・2月の計5回設定し、学校全体で取り組みました。はじめのうちは自分で教科も選び得意な分野ばかり学習している様子が見られましたので、後半の2回は各教科でワークシートを配信し、指定された内容は必ず行うように取り組み方を変えました。

各月の目標回答数	1年生の達成率	2年生の達成率	3年生の達成率
5月 750問	61%	60%	69%
7月 400問	90%	49%	83%
10月 1000問	94%	78%	97%
12月 500問	60%	33%	70%
2月 600問	68%	79%	77%

各個人の取組状況を見ると、最初の3回ぐらいまでは回答数を増やすために簡単な問題ばかりを解いている生徒が多くいました。正答率が50%に満たない場合、1回で終わっている生徒もいますが、最近は正答率が悪い場合は2回、3回と同じワークシートを繰り返し学習している生徒が増えてきました。また、目標を超えてもさらに次の問題へと進む生徒、目標に到達すればそこから先に進んでいない生徒など様々で、学習に対する個人の意識の高さに違いが表れています。次年度も定期的な活用強化月間を設定しますが、今年度以上の取組に期待します。

2月 三点固定の振り返り

1年1組

- (〇〇 〇〇さん) まだ勉強する時間がずれて集中力がとぎれることがあったから、しっかりと同じ時間にするようにする。寝る時間と起きる時間は、休日以外完全に同じ時間に起きたからよかった。
- (〇〇 〇〇さん) 今月は安定した睡眠時間がとれた。テスト期間中の休みにもたくさん勉強ができた。
- (〇〇 〇〇さん) 2月は特に、土・日以外は、時間通りに起きることができたのでよかったです。

1年2組

- (〇〇 〇〇さん) よく決まった時間に寝ることができていた。
- (〇〇 〇〇さん) 三点固定をほぼ完璧にすることができました。でも、最近寝る時間が遅いので最後の1か月はそこを意識したいです。
- (〇〇 〇〇さん) もっと、早寝、早起きをする。

2年1組

- (〇〇 〇〇さん) 思い通りに眠れなかったことで、朝の起きる時間が目標より遅れてしまった。学習は、休日に勉強できたので良かったと思う。
- (〇〇 〇〇さん) 決まった時間に起きることができたから良かった。
- (〇〇 〇〇さん) 今月はテスト計画をしっかりと立てて実行できた。でも、睡眠時間が少なかったから来月は1時間寝る時間を増やす。

2年2組

- (〇〇 〇〇さん) 前よりも寝る時間が遅くなったので、早く寝るようにしたい。
- (〇〇 〇〇さん) テスト前は勉強もできて、しっかり寝ることができたので良かったと思います。ある程度規則正しい生活が遅れたと思います。
- (〇〇 〇〇さん) テスト勉強で寝る時間があまりなかったなので、次は計画的にする。

3年1組

- (〇〇 〇〇さん) 起きる時間と寝る時間が安定してきました。
- (〇〇 〇〇さん) 受験後の睡眠時間が少なくなってしまうている。高校進学に向けて、学習時間の見直しを行いたいと思う。
- (〇〇 〇〇さん) 受験が終わる前までは睡眠時間が極端に少なかったりしていたが、後では十分とれていたなので、3月も続けようと思う。

3年2組

- (〇〇 〇〇さん) 今月は先月より早寝、早起きができたので良かった。また、勉強時間も少しずつ増えてきているので継続して頑張りたい。
- (〇〇 〇〇さん) 受験や学年末テストが終わって気がゆるんで、起きる時間がばらばらになっていると思いました。
- (〇〇 〇〇さん) 今月もある程度、三点固定ができたので良かったです。学習開始時間はばらついて仕方ないと思うので、残り2週間頑張りたいです。