

米奥小学校

学校だより

令和5年2月10日（金）

No. 56

米奥小 校長 中越あかね

Tel : 0880-23-0193

こども会ロードレース 頑張っね！！

2月5日にこども会ロードレースがありました。米奥小学校からも2人が参加して頑張りました。朝は寒かったけれど、子どもたちが走る頃にはお日様もポカポカと暖かく、とても気持ちの良いお天気で、子どもたちを応援してくれているようでした。

6年生の虎汰郎さんは3位、5年生の心美さんは2位と、2人とも、頑張っいい成績をあげてくれました。たくさんの保護者や子どもたち、そして地域の方も応援ありがとうございました。

次は、12日（日）の子ども駅伝です。B&Gに8：15集合となっています。3年～6年生が出る予定です。頑張っくださいね。



子ども会駅伝 2月12日（日）

子ども会駅伝が、東又のB&G付近で実施されます。8：15集合です。米奥小学校からは2チーム出る予定です。周回コースなので、コース内のどこの場所で見えても子どもたちが走っている様子が見られます。応援をお願いしますね。

学校保健委員会 2月2日に実施

今年度から、学校保健委員会を実施することになりました。委員は、学校医（澤田由紀子先生）、学校歯科医（恒石宣彦先生）、学校薬剤師（渡辺明宏先生）、栄養教諭（小出亜沙美さん）、PTA 会長（宮崎富巳さん）、そして学校からは、学校長・教頭・保健主事・養護教諭です。

学校保健委員会設置の根拠や保健委員会の会則を確認後、米奥小学校の健康生活の現状について発表し、そして関連することについてそれぞれの専門家である先生方からご意見を頂きました。



【話し合いの中で出てきたご意見など】

〇虫歯をなくすには

- ・虫歯をなくすには学校だけの取組では難しく、ご家庭の協力が必要。
- ・寝る前に甘い物（ジュース類も含めて）を取らないようにする。特に、歯磨き後は食べないこと。

- ・中学年までは、保護者に口の中をチェックして仕上げ磨きをしてほしい。
- ・子どもも大人も糸ようじを使う習慣をつけてほしい。子どもの虫歯は穴があかないと気付かない。特に歯と歯の間が先に虫歯になってしまう。そのためには、糸ようじの使用が大切である。
- ・大人も子供と一緒に歯磨きして、そのあとは食べないことを一緒にしてほしい。
- ・Youtube で歯磨きの歌を流し、それを聞きながら歯磨きしている例も出た。

○教室環境について

- ・米奥小学校の教室環境（空気や明るさなど）はいい感じである。

○食べ物に関して(肥満ぎみへの対策)

- ・肥満気味の児童は「1食の量が多い」「甘い物が好き」「運動不足」などが考えられる。
- ・休み時間にダンスするなどして、運動する習慣をつけているところもある。
- ・お菓子を選んだり食べたりする時、袋の裏のカロリーを見てから食べる習慣をつけると良い。
- ・「食べた分だけ動いてみよう」とチャレンジする方法もある。
- ・夕食前にお菓子などを取らないように気を付けさせることが大切。

○食べる順番について

- ・今の子どもは1点食べが多い。
- ・昔は三角食べを推奨していたが、今はあまり推奨されていない。
- ・濃い味のものを薄めるという意味で、ご飯を交互に食べ、よく噛んでゆっくりと味を混ぜ合わせる良さという「口中調味」の良さとは言われている。

○Youtube について

- ・やりすぎないように頑張ってもらいたい。学校では全校遊びを週に2回して全校で体を動かしている。
- ・〇〇時間以内というように時間で管理するのは難しい。子どもが使える状態にしているのは大人である。平日は〇〇までというように、家庭で約束を決めて、きちんと管理するのでもいいのではないか。
- ・中学や高校などになると、Youtube やライン、ゲームしていると思って注意すると、友達とラインで教え合いながら宿題をしていたり、調べ物をしていたりなどすることがあって、遊んでいるのか勉強しているのか分かりにくい場合がある。きちんと子どもに確認してから注意したいという意見もあった。

このような意見などが出された。学校保健委員会は、来年度から本格的に実施することになります。様々な専門家から知恵を頂きながらやっていこうと考えています。来年度以降は、PTA 会長さんの枠は、その年の会長さんがメンバーとなります。どうぞよろしくお願いいたします。

ほのぼの作品展・山と川の学習、バザー等 2月18日(土)

ほのぼの作品展には、今年も児童の作品の他に、松葉川保育所の園児の作品や、窪川高校の高校生の作品等も出してくれます。またマイ孫コーナーや、地域の方の作品を出す場所もあります。近所の方で出してくれそうな方がおいでたらお声をかけてあげてください。場所を確保する必要がありますので、予定している方は、どのくらいのスペースが必要か（壁・机など）、学校までお知らせください。また、バザーの品物も少しずつ届いています。どうぞよろしくお願いいたします。