令和5年度 第1回米奥小学校 学校保健委員会 記録

1. はじめに[校長]

日頃のお礼。

2. 学校保健委員会の設置について

- ・四万十町立米奥小学校 学校保健委員会会則

3. 米奥小学校 学校保健委員会について

米奥小学校での今後の健康問題、一人一人の児童が将来にわたって健康で生き抜くことができるためにどのようなことが大切か、どのような環境を整えていくかなど、保護者や地域だけでなく学校医などの専門職の方々に意見を聞き、学校保健委員会として話し合っていきたい。

4. 米奥小学校児童の健康生活の現状について（パワーポイント）

- ・米奥小学校の健康問題について
 - ① 視力低下 ② 歯の状態 ③ 学校での取組 ④ きらきら生活調べ

質問事項

- ・規則正しい生活習慣の確立に向けて(学校で、家庭で)

〈生活習慣に関して〉

- ・TV やゲーム以外で遊びの選択肢を考えることが必要。
→外遊びやペットと遊ぶこと、本を読むなど自分にできることを考えさせる。
生活調べで実践させ、これが出来そうというものを見つけるきっかけを作る。

〈食に関して〉

- ・しっかり噛む…食べる+歯の健康を保つためにも必要。
学校や家庭でもしっかり噛んで食べる習慣をつける。

・ICTの活用にあたっての留意点(視力悪化予防)

〈現状〉

- ・自宅でTVを見ていると夢中になりTV画面との距離が近くなる。
その都度、注意していく必要がある。
- ・まだ小学生なので適切な使用方法を守るように指導していけば、習慣づけさせることが可能
→学校と家庭で協力して子どもに声かけをしていくことが大切である。

・コロナの5類移行に伴う感染対策

・夏場の効果的な換気の方法

- ・気温が高くなってきている→感染対策+暑さに対する対策
子どもたちの学びにとって快適な環境を整えることが大切。
- ・今やっていることを継続するしかない。
- ・5類に移行して感染者数の発表はされていないが、あちこちでコロナが流行してきているので注意する必要がある。
- ・今まで通りの感染対策(対角の窓を開け、扇風機などで空気を循環させるなど)を継続していくことが大切。

栄養教諭

最近は咀嚼力の弱い子が多く、給食で少しでも固いものが出ると、食べるだけで疲れてしまい、食べきるのに時間がかかることですぐに満腹になる。その結果その学年に適した食事量が食べきれないという現状がある。

また、何でもご飯におかずをのせて食べる児童がいるが、おかずをのせ、汁気を含ませることで飲み込みやすくしていることも考えられる。よく噛んで食べることは、唾液が出て虫歯予防にもなるため、幼少期から噛むことの大切さを指導していく必要がある。

学校医

口腔の衛生に関して、しっかりと鏡を見て磨くことや保護者に仕上げ磨きをしてもらうなど、基本的なことを小さいときから行うことが大切である。また、子どもたち自身が「なぜ丁寧に磨かないといけないのか」というところを理解して取り組んでいくことが必要である。

規則正しい生活習慣の確立に関して、夏休みなどの長期休みやコロナの流行、夏場の暑さなどによって家の中での遊びが主流になってきている。家の中で

きる事には限りがあり必然的に TV やゲームが選択肢に入ってくる。そのため、TV やゲーム以外で楽しみを子ども本人が見つけていくことが必要である。また、これから夏休みに入るが、川遊びなどで石の上を歩いたりすることはバランス感覚の育成にもつながる。しかし子どもたちでできる事には限りがあるため、このようなことを周知しながら、保護者の方にも協力してもらおう。

視力低下に関して、タブレットを学校では椅子に座って使用するという姿勢が基本であるが、家だとどのような姿勢で使っているのかが把握しづらい。また暗いところで画面を見ない・画面との距離に注意するなど、適切な使い方を習慣づけることが大切である。

PTA会長 自宅では TV やタブレットを見るときの画面との距離が気になる。タブレットを使用することが増えたので、それと同じ感覚で TV を見てしまうと TV との距離がどんどん近くなってしまふ。今後も ICT の活用が続くことを考慮すると、TV やゲーム・タブレットを使用するときの画面との距離や姿勢を注意していかなければならない。

学校薬剤師 感染対策について、今までの事を継続していくことが大切である。また対角の窓を 10~20 cm 程度開けておくと十分に換気ができる。これからどんどん気温も上昇するので、休み時間に窓を開けて換気するようにするなど、暑さで子どもたちの授業に支障をきたさないように工夫する。

5. その他

6. おわりに[教頭]

ICT の活用が促進されてきて、視力の問題を改めて考えなければならぬと感じた。タブレットを使う時間が増えるほど子どもたちが目を酷使してしまうので、授業中の画面を見る姿勢や瞬きの回数など日々の様子を再度確認していきたい。