



# 学校保健安全委員会だより

～保護者の皆様～

令和6年1月22日  
石岡市立園部小学校  
保健安全部



1月17日(水)に第2回学校保健安全委員会が開催され、本校の児童の実態(体力テスト結果、視力について)や令和5年度の保健安全に関する取組の報告と協議が行われました。学校保健安全委員会とは、学校保健、学校安全の推進向上や体力向上を図るため、専門家である学校医、学校歯科医、学校眼科医、学校薬剤師と保護者、職員が一体となって、研究、協議、実践を行う組織です。



## 《 体力テストの結果より 》

- ・男子は昨年度と比較すると、上体起こし・長座体前屈が向上しているが、握力・反復横跳びが低くなっている。
- ・女子は長座体前屈、ボール投げの記録が向上しているが、握力・反復横跳びが低くなっている。
- ・女子は、ほとんどの学年で県平均を上回っている。

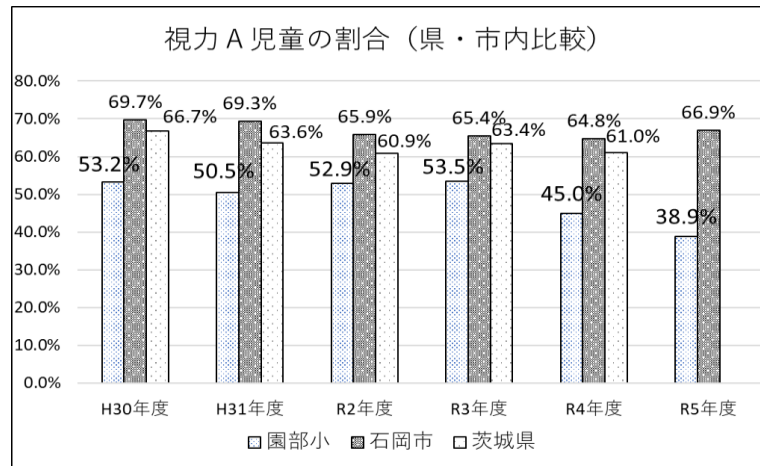


◇コロナ禍で運動量が低下している可能性もある。筋力や敏捷性を高める運動を取り入れ、年間を通じて基本的な体力の向上を目指す。



## 《 令和5年度視力検査結果より 》

現在、全国や県において、児童の視力の低下が大きな課題となっています。本校でも、裸眼視力で1.0未満の児童が増えているため、再度報告を行いました。



- ・県や市と比較すると、裸眼視力 A の児童は毎年低い傾向にあり、今年度は、市と比べても28%低い。
- ・視力検査の各学年の1年間の変化を見ても、2, 4, 6年生は A の割合が減り、B 以下の割合が増えている。特に3年生から4年生にかけて変化が顕著にあらわれている。
- ・視力検査後の受診率は、2, 4, 6年生で低く、全体としては、42.9%で、昨年度よりも約5%増えている。

◇タブレット端末を活用する際のルールについて、教師側も意識的に指導する。

◇来年度に向けて、保健指導、視力検査の実施、児童保健委員会の取組等、家庭と協力し、全体で目の健康について学習し、考える機会を計画していきたい。

◇中学年前の低学年の段階から近視予防教育を実施していきたい。

◇保健だよりや再受診勧告等を行い、お知らせをもらったら速やかに受診してもらえよう学校側からも発信していきたい

## 《 令和5年度 保健安全に関する取組 》

- 1, 歯科保健指導(2, 3, 5年生)
- 2, インターネット安全利用教室(3, 4, 5, 6年生)
- 3, 薬物乱用防止教室(6年生)
- 4, 栄養教諭による食に関する指導(年1回全学年)
- 5, その他の保健教育  
「てをきれいにあらおう」(1年生), 「目としせい」(2年生)
- 6, 児童保健委員会による活動 「歯と口の衛生週間」「目に対する意識向上を目指す取組」
- 7, その他の活動 「月1回健康の日の実施」「夏休み元気アップカード及びアンケートの実施」「10月の視力検査実施」「保健主事による集会での講話(9月, 1月)」



【1年手洗い指導の様子】

## 《 協議 》 参加された保護者の皆様や学校医の小貫先生よりご意見、ご助言をいただきました。

### [保護者の皆様より]

- ☆歯科矯正が始まったこともあり、歯みがきを以前より熱心に行うようになった。  
学校でもぜひ歯科保健指導を続けて欲しい。
- ☆視力検査 B でも受診はした方がよいのか。  
→B でも近視でなく遠視や乱視が見つかり、定期受診となることもあるので受診して欲しい。
- ☆長期休みでは、運動不足になったり、歯みがきをしなくなったりと生活が乱れがちになる。学校があるときと同じリズムで生活させたい。受診率が低いことに驚いた。保護者の意識も高めていく必要があると思う。
- ☆視力の低下が気になる。ゲームをやらせていると集中してくれる部分もあるのでやらせてしまうが、時間を決めるなど家庭でルールを決めてやらせていきたい。
- ☆給食の時間は、現在も前向き給食を実施しているのか。→感染状況を見ながら対応していきたい。



### [学校医 小貫先生より]

- ☆体力テストの結果から  
握力は体全体の筋肉量とつながっている。握力の低下は筋肉量の低下と考えられるので、筋力をアップするようなトレーニングを取り入れていくとよい。
- ☆感染症の流行状況と予防対策について  
インフルエンザについては、子供たちより大人の方がかかっており、コロナは、そこまでは多くないが数名は出ている。予防は、手洗い、うがいである。インフルエンザウィルスは、のどの粘膜についてから1時間位で吸収されるので、手洗いと併せてうがいもこまめに行ってほしい。また、睡眠不足は免疫力低下を招くので、十分な睡眠を取る必要がある。栄養についても、緑黄色野菜に入っているカロテンは粘膜に強く、目にもよいので、温野菜などにして食べることをすすめたい。
- ☆冬場の脱水について  
冬場も脱水になりやすい。この時期、水分摂取量が少なくなり、頭痛や吐き気、微熱等の症状が現れることが多い。朝食をしっかりと食べると水分量を確保できるので、朝食を食べるようにしてほしい。子供たちにも水分をこまめに取るよう声をかけてほしい。

