



布施小学校保健委員会便り おおいちよう

平成31年
2月 発行

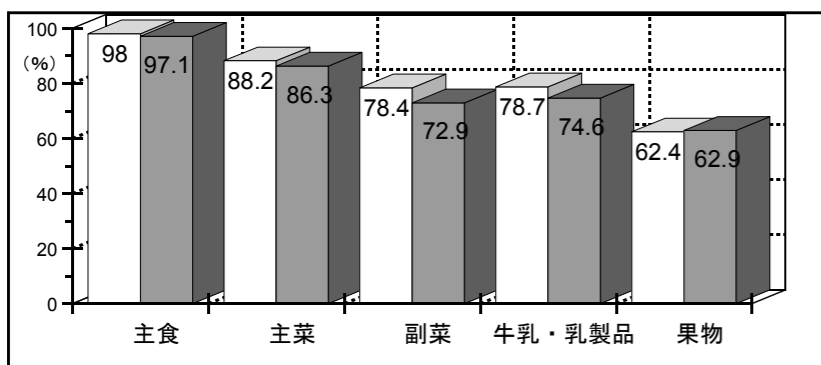
第2回 学校保健委員会開催

健康面・体力面についてのまとめ

1月24日(木)に第2回学校保健委員会が開催されました。今年度取り組んできました、むし歯予防や朝ごはんの摂取状況、体力向上について、報告と協議を行いました。



【朝食の摂取状況】(6月・11月)



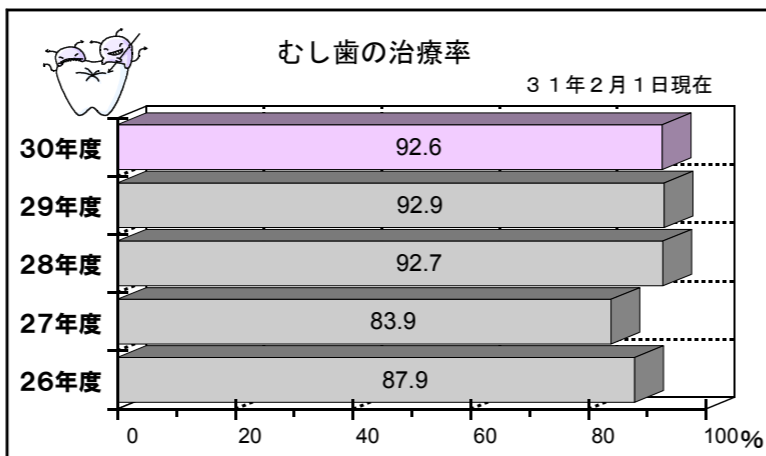
グラフをみると、ご家庭でバランスの良い食事作りを心がけてくださっていることが伝わってきます。朝、お忙しい中、お子さんにしっかり朝ごはんを食べさせて学校へ送り出してくださっていることは、本当にありがたいことです。

ひきつづき、**早寝！早起き！朝ごはん！**の励行をよろしくお願いします。

【むし歯予防】

ここ3年間は、むし歯の治療率も90%を超えており、「むし歯になったら必ず治療をする」ということが全児童の中で定着してきていると思います。

今後は、「むし歯ができたなら、歯医者さんで治せばよい」といった誰かに頼るのではなく、「むし歯にならないように、ここに気をつけるぞ」と自分で考えて予防や行動ができるようになってほしいと思います。



講師：齋藤昌美先生
1年生親子歯みがき教室

本校では、毎年2名の歯科衛生士さんが歯みがき指導に来てくださっています。むし歯予防やブラッシング指導等、大変丁寧にわかりやすく教えてください。

子どもたちも、歯の専門家から話を聞くことで、教えていただいた歯についての知識やブラッシング方法は、いつまでも心に残るようです。



講師：松崎みどり先生
4・5年生 歯みがき教室

【新体力テスト結果】

上体起こしと長座体前屈の記録で県平均を下回る学年が多くみられました。



上体起こし
【回】

男子	1年	2年	3年	4年	5年	6年
本校	10.00	9.14	15.57	19.00	22.33	25.33
県	13.11	15.39	17.60	19.40	22.19	23.83

色つき…下回っている

女子	1年	2年	3年	4年	5年	6年
本校	13.00	8.00	15.67	15.75	19.50	17.25
県	12.38	14.68	16.75	18.60	20.81	22.17

※各学年ともに人数が少ないため参考までにみてください。

男子	1年	2年	3年	4年	5年	6年
本校	26.25	28.43	23.57	26.67	38.33	38.33
県	27.00	28.54	30.72	32.40	36.34	39.13

長座体前屈
【cm】



女子	1年	2年	3年	4年	5年	6年
本校	24.50	31.50	29.50	32.75	41.00	36.25
県	29.42	31.84	33.90	36.36	39.87	43.30

特に、長座体前屈の数値は、男女とも5学年で県平均を下回っています。子どもたちの柔軟性の低下は、けがをするリスクにもつながります。けがの防止のためにも日常的にストレッチやトレーニングを行うことが大切だと思います。

また、本校では週に二日のロング昼休みを設けています。サッカーや鬼ごっこなどの遊びを通して、バランスの良い体力向上を図りたいと考えています。

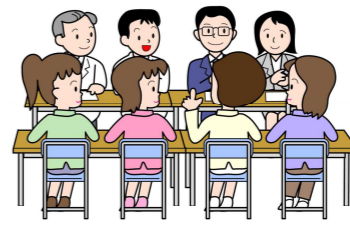
【協議】

学校保健委員会に参加したみなさんから、いろいろなご意見・ご感想がいただきました。

食事面で、学校ではどのくらい給食を食べているのか気になっています。

家庭でストレッチの機械を手作りし、いつでもできるようにしています。

給食の内容や量、人気のメニューなど知りたいです。写真があるといいです。給食は温かいですか？



外でよく遊ぶことは、体力テストの結果にもつながっていくのですね。

給食を全部食べたかどうかチェックするカードがあると食べるようになるかもしれません。

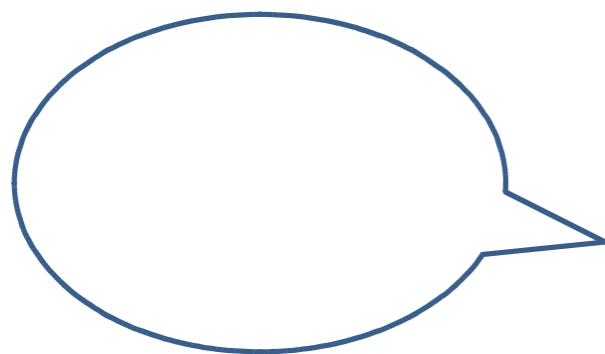
家庭で運動やストレッチを行う時間を作ると、親子の触れ合いにもなって、子どもとのいい時間が過ごせそうですね。

(4)

6月	11月
毎日、朝に排便・・・・・・・・28.3%	22.6%
毎日、朝以外に排便・・・・・・・・49.1%	47.1%
便が毎日出ない・・・・・・・・22.6%	30.2%

★毎日、朝排便をすませてくる児童が11月は減少してしまった。
便が毎日出ない児童は11月は約3割いる。今後は排便の大切さについても、
指導していく必要があると思われる。

についてのまとめ



男子		握力 k g	上体起こし 回	長座体前屈 C m	反復横とび 点	20m シャトルラン 回	50m 走 秒	立ち幅とび C m	ソフトボール投げ M
1年	本校	8.75	10.00	26.25	28.75	25.75	10.88	113.75	6.75
	県	9.70	13.11	27.00	28.70	22.11	11.06	118.53	9.17
2年	本校	11.71	9.14	28.43	37.00	34.29	10.51	134.88	10.57
	県	9.57	15.39	28.54	32.76	30.04	10.39	129.05	12.38
3年	本校	16.47	15.57	23.57	39.00	42.71	9.96	142.71	13.86
	県	13.39	17.60	30.72	36.65	39.06	9.85	139.59	16.47
4年	本校	17.67	19.00	26.67	42.00	49.67	10.00	148.33	20.67
	県	17.00	19.40	32.40	40.81	47.41	9.46	147.20	19.75
5年	本校	22.00	22.33	38.33	50.00	73.00	8.83	164.33	23.33
	県	18.00	22.19	36.34	45.24	58.65	9.02	160.83	23.33
6年	本校	25.00	25.33	38.33	51.33	59.33	8.40	190.33	20.67
	県	20.99	23.83	39.13	47.95	65.76	8.61	172.24	26.95

1年	本	12.33	15.33	23.33	32.00	31.33	10.73	128.67	10.67
	県	9.74	12.65	26.97	28.84	21.13	11.11	118.48	9.31
2年	本	12.00	15.67	30.00	35.33	40.00	10.20	130.67	9.67
	県	11.42	15.25	28.35	32.95	30.57	10.37	129.32	12.84
3年	本	15.00	15.67	28.00	35.33	29.67	10.90	127.00	11.33
	県	13.32	17.42	30.74	37.28	38.85	9.85	139.68	16.69

4 年	本	19.00	25.50	31.50	40.50	49.50	10.15	138.50	14.50
	県	15.13	19.33	32.37	40.87	46.92	9.50	148.31	20.13
5 年	本	20.00	19.25	35.75	47.75	61.00	9.13	161.50	29.75
	県	17.63	21.87	35.95	45.59	58.59	9.03	160.67	24.16
6 年	本	21.50	19.00	39.00	51.00	60.50	8.90	173.50	31.00
	県	21.28	24.19	39.07	48.70	68.33	8.58	174.72	28.60