

布施小学校保健委員会便り
おおいちよう
 令和元年
 7月発行

第1回 学校保健委員会開催

7月4日に第1回目の学校保健委員会が開催されました。
 定期健康診断や新体力テストの結果について報告をし、今後の取り組みについての協議を行いました。
 学校保健委員会は、次の委員をもって構成されています。



布施小学校保健委員会		
専門委員	教職員保健委員会	PTA 保健委員会
学校医	校長・教頭	PTA 会長
学校歯科医	教務主任	PTA 副会長
学校薬剤師	体育主任	PTA 書記
	保健主事	PTA 会計
	養護教諭	PTA 厚生委員

目的
 布施小学校における学校保健の推進向上を図るため、研究協議と連絡調整をおこない、学校・家庭・地域の保健活動と健康増進対策を目的とする。

昨年度の新体力テストの結果

千葉県平均と比較すると、本校では以下の種目に課題があるといえます。

- 男子…上体起こし、長座体前屈、ソフトボール投げ
- 女子…握力、上体起こし、長座体前屈



上体起こし



長座体前屈



握力



ソフトボール投げ

対策として、次のことを取り組んでいきます

① 体育の授業で・・・

- 意欲の向上のために
子どもたちが「分かった・できた・楽しかった」と感じる内容の工夫。
- 基礎体力・技能の向上のために
運動量を確保した授業。
- 柔軟性の向上のために
ストレッチ等の柔軟運動を取り入れる。



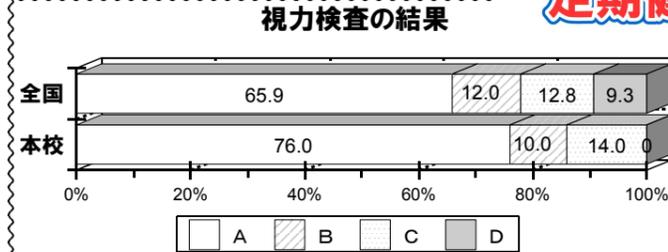
② 教科外で・・・

- 持久力の向上のために
・チーバくんマラソン・3分間走
・校内マラソン ・なわとび週間
- 基礎体力・技能の向上のために
・「青空タイム」で遊び時間の確保
・「友遊タイム」で運動に親しむ
・部活動

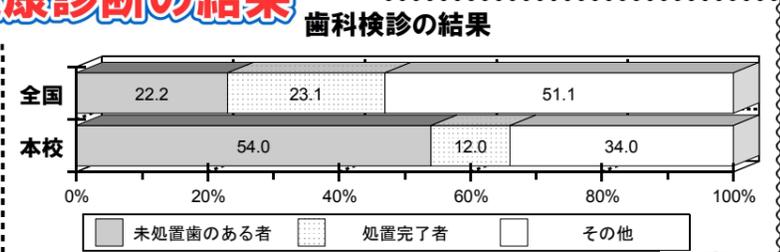


新遊具 ロケットスロー

定期健康診断の結果



視力Aの割合は全国平均より高いですが、視力B、Cが多くなっています。



未処置歯のある者の割合は、全国平均より大変高いです。

体格の平均

<男子>

学年	1年	2年	3年	4年	5年	6年
身長	118.7	123.6	129.4	136.3	139.5	151.3
体重	22.6	25.8	26.4	34.1	32.7	43.2
全国	116.5	122.5	128.1	133.7	138.8	145.2
全国	21.4	24.1	27.2	30.7	34.1	38.4

<女子>

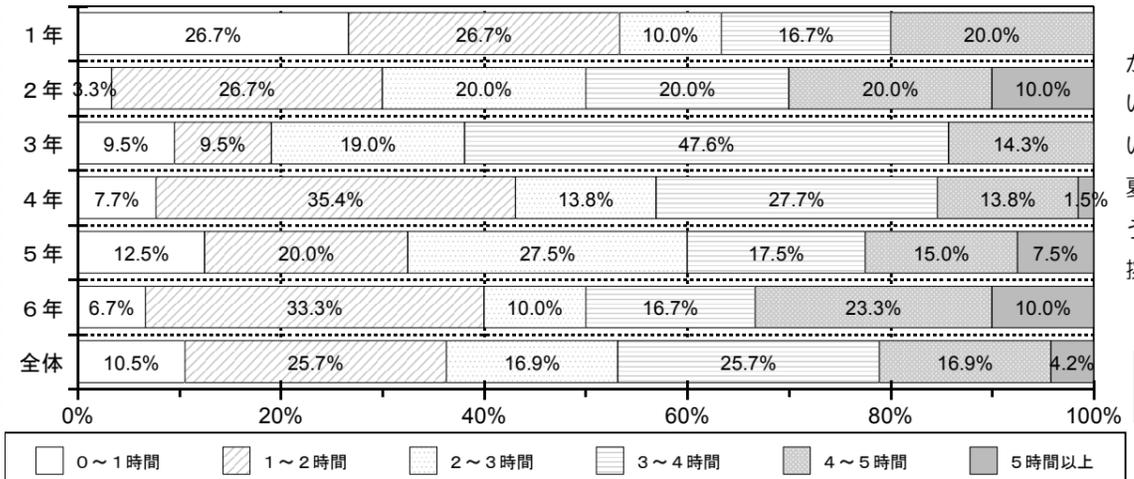
学年	1年	2年	3年	4年	5年	6年
身長	109.5	123.5	130.7	130.7	146.3	141.5
体重	18.1	22.4	25.6	29.4	42.2	32.3
全国	116.1	121.5	127.4	133.6	140.3	147.0
全国	20.9	23.5	26.4	30.0	34.1	39.1

運動・食事に気をつけ、バランスのとれたからだづくりをめざしましょう。

メディア視聴時間

すくすくファイルでの調査より

テレビ・ゲーム・パソコン・スマホなどの画面を見ていた合計時間(平日)



ばらつきがありますが、5時間以上見ている日がある児童もいます。
 夏休みはいつもと違ういろいろなことに挑戦してみましょう。



協議

今年度は、子どもたちの健康面・安全面を第一に考え、夏休みの部活動は実施しません。9月より徐々に実施してまいりますので、夏休み中の生活に気をつけ、ご家庭でストレッチ等を含めたよい体づくりをお願いします。グラウンドは開放します。長い夏休み、ぜひ心と体を鍛えましょう。

学校医 土居先生より

夏休み、子どもの食べる量が多くなるのを防ぐには、毎日家族で身長・体重を測るとよい。室内でもできるトレーニング（柔軟運動・腕立てふせ・ストレッチ等）を毎日続けるのが大事。（ただし、エアコンのきいている部屋で。）小学校で太っていても、運動習慣があるのなら、筋肉に変わっていくので問題はない。食事はバランスよくとることが大切。