

## 5 学校保健委員会

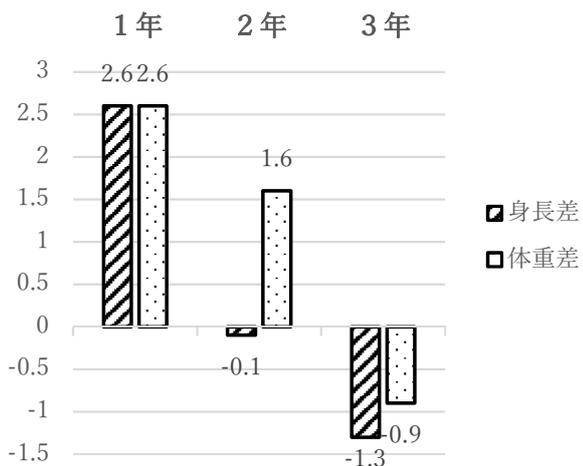
### (1) 定期健康診断結果

#### ○体格（身長cm、体重kg）

		男子			女子		
		1年	2年	3年	1年	2年	3年
身長	本校平均	155.4	159.9	164.1	150.6	155.1	155.0
	全国平均	152.8	160.0	165.4	151.9	154.8	156.5
	差	2.6	-0.1	-1.3	-1.3	0.3	-1.5
体重	本校平均	46.8	50.8	53.2	42.6	47.8	49.4
	全国平均	44.2	49.2	54.1	43.8	47.3	50.1
	差	2.6	1.6	-0.9	-1.2	0.5	-0.7

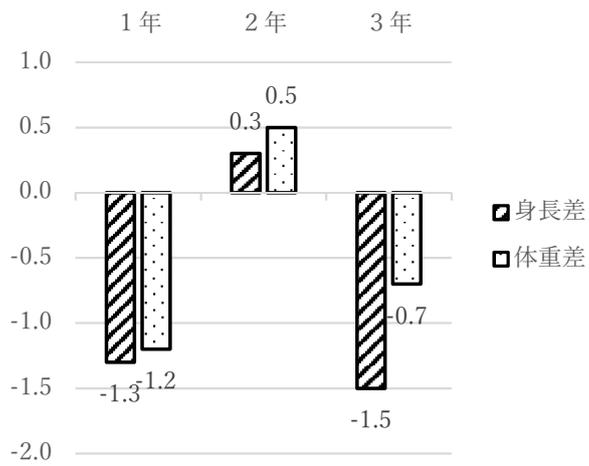
全国平均と本校平均の比較

#### 【男子】



全国平均と本校平均の比較

#### 【女子】



#### ○肥満度からみた栄養状態（%）

		1年	2年	3年
男子	本校平均	16.1	13.4	12.5
	全国平均	11.2	9.6	9.0
女子	本校平均	11.5	8.2	7.8
	全国平均	8.5	7.9	7.4

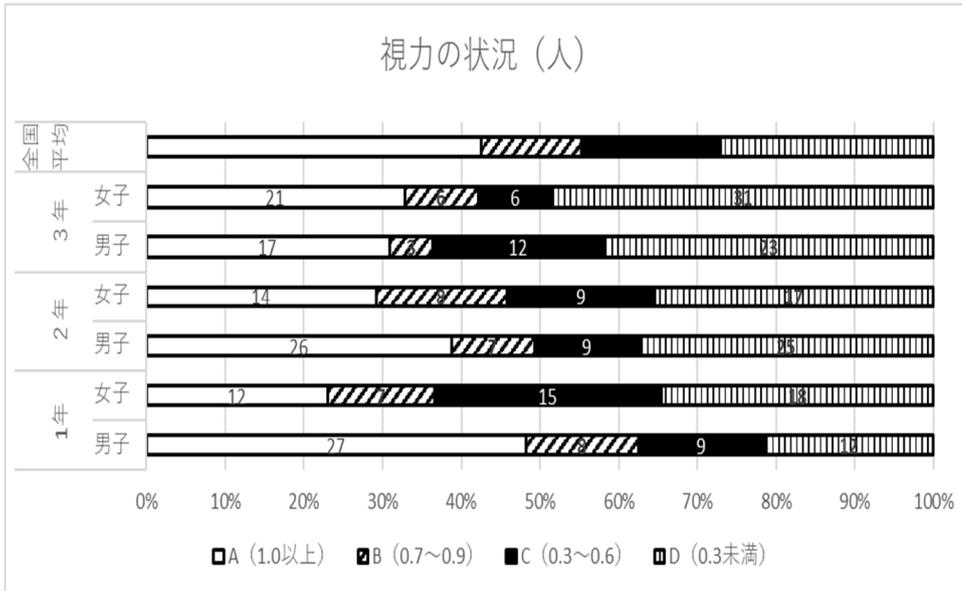
#### ○内科健診

運動器健診要精検：7人  
漏斗胸：1人

#### ○耳鼻科健診

耳垢栓塞：23人 副鼻腔炎：1人 アレルギー性鼻炎：11人

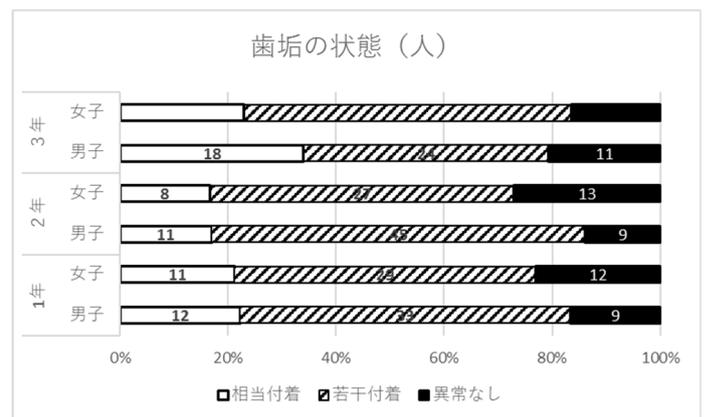
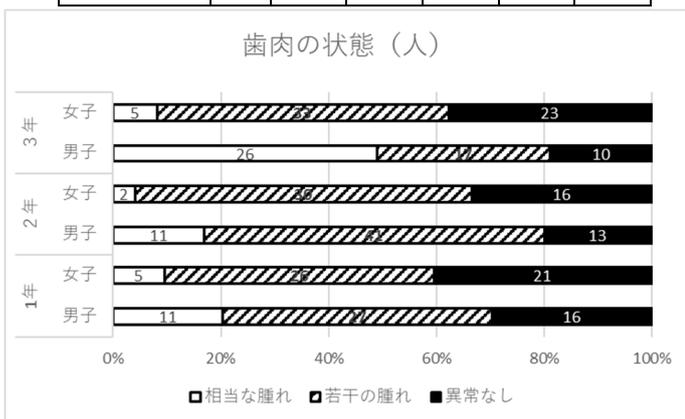
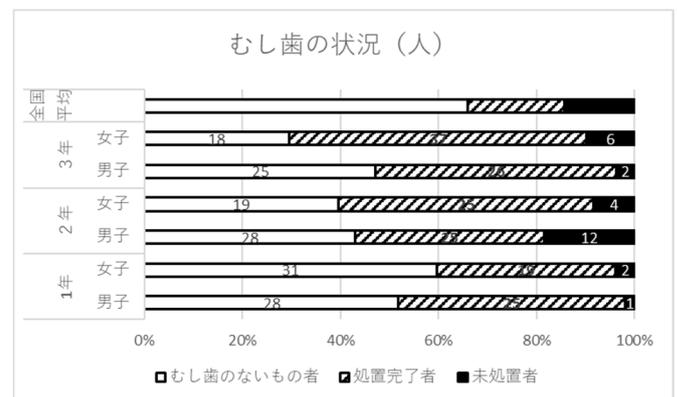
## ○眼科健診



疾病名	人数
外斜視	7人
外斜位	1人
アレルギー性結膜炎	2人
結膜炎	3人
眼球振盪	1人
翼状片	1人
霰粒腫	1人

## ○歯科健診

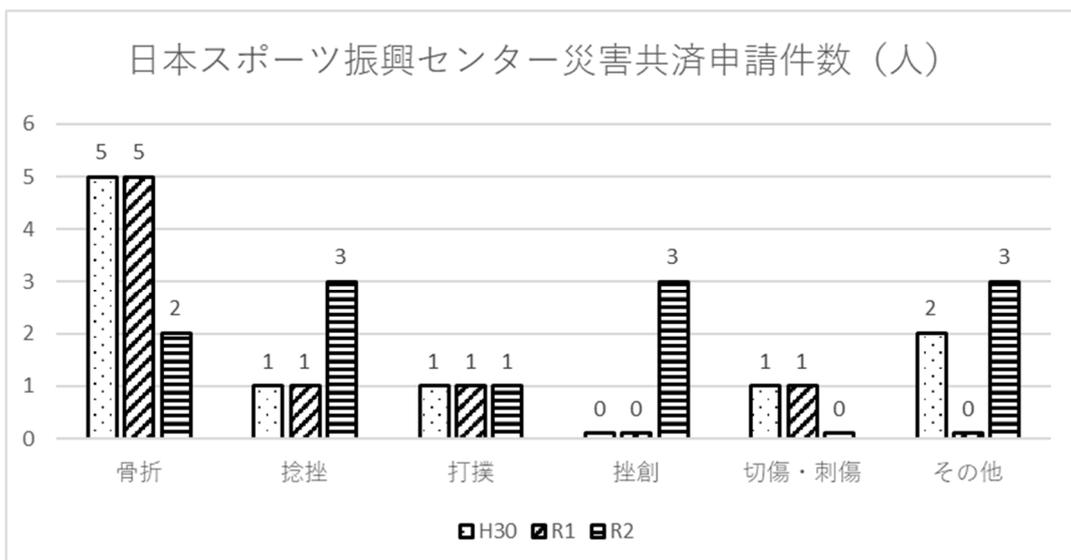
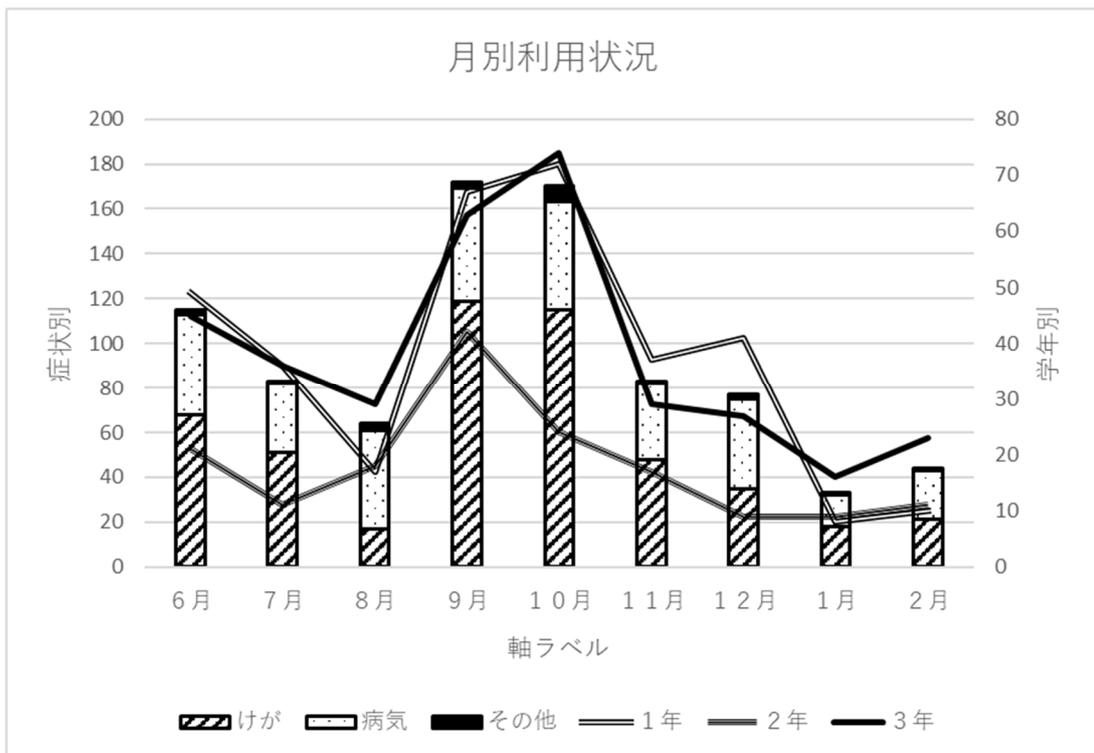
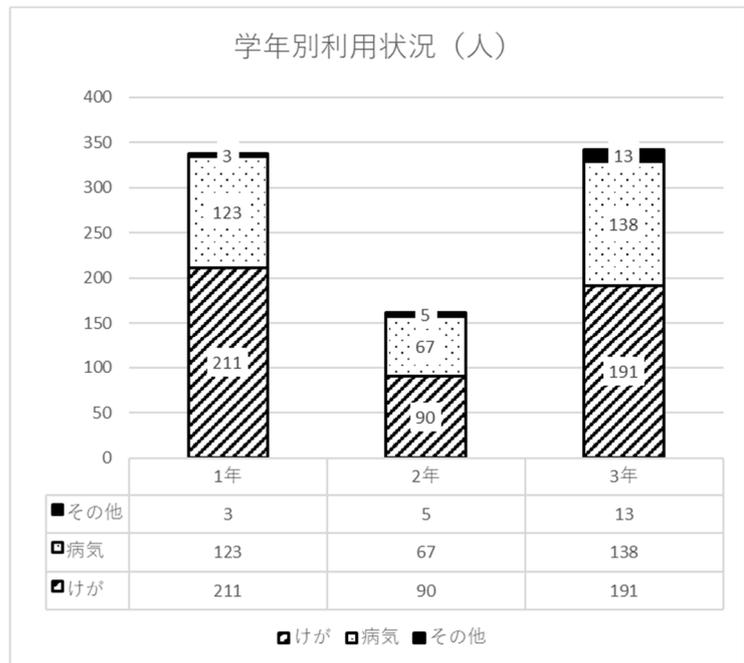
	1年		2年		3年	
	男	女	男	女	男	女
むし歯のない者	28	31	28	19	25	18
処置完了者	25	19	25	25	26	37
未処置者	1	2	12	4	2	6



## ○受診率 (3月1日現在)

内科	25.0%	聴力	75.0%
視力	57.5%	耳鼻科	42.4%
眼科	20.0%	歯科	28.4%

## (2) 保健室利用状況



### (3) 環境衛生検査結果

#### ○飲料水水質検査

検査日：令和2年5月26日（火）

検査結果：異常なし

#### ○給食室衛生検査

検査日：令和2年6月9日（火）

令和2年9月9日（水）

令和3年1月20日（水）

検査結果：異常なし

#### ○プール水質検査

検査日：令和2年7月29日（水）

検査結果：異常なし

#### ○教室内空気検査

検査日：令和2年8月24日（月）

検査場所：応接室（昨年度、壁紙を全面張り替えたため）

検査結果：異常なし

#### ○浮遊粉じん・気流検査・教室内照度検査

##### 1回目

検査日：令和2年8月31日（火）～9月2日（木）

検査場所：1-1、1-2、2-1、2-2、3-1、3-2

検査結果：異常なし

##### 2回目

検査日：令和3年1月13日（水）～1月15日（金）

検査場所：1-3、1-4、2-3、2-4、3-3、3-4

検査結果：異常なし

#### ○ダニ・アレルゲン検査

検査日：令和2年9月3日（木）

検査場所	検査結果
放送室カーペット	快適（-）
保健室ベッド①	良好（±）
保健室ベッド②	良好（±）
保健室ベッド③	快適（-）

## (4) 感染症対策

### ○常時実施する感染症対策

- ・手洗いとうがいの徹底。常時換気。
- ・人と距離がとれない状態のときは常にマスクを着用する。
- ・ハンカチと水筒を持参する。
- ・体調が悪いときは、すぐに近くにいる教員へ知らせる。

### ○活動ごとの感染症対策

時間帯	生徒指導の共通理解	教職員の指導事項
朝	<ul style="list-style-type: none"> <li>・昇降口から速やかに教室へ移動する</li> <li>・検温未実施者は別室で検温・記入をする。</li> <li>・荷物を置いたら手を洗う。</li> <li>・検温カードを提出する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・昇降口と廊下で指導（未検温者の対応・マスクの確認・3密回避の指導） 【学年教員】</li> <li>・検温カードの確認。健康観察。【担任】</li> <li>・体調不良者の有無確認【学年主任】</li> </ul>
授業中	<ul style="list-style-type: none"> <li>・対面での活動は避ける。</li> <li>・物品の共有は避ける。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・生徒同士が接近する場面は短くする。</li> <li>・口元を見せる必要がある指導時はフェイスシールドを着用する。</li> </ul>
休み時間	<ul style="list-style-type: none"> <li>・トイレの大便器の使用後は、蓋を閉めてから水を流す。</li> <li>・水道はクラスごとに指定された場所を使用する。</li> <li>・蛇口は下向きの状態で使用する。</li> <li>・教室に入る前後は手洗いか消毒を行う。</li> <li>・水分を意識してとるようにする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・水道の混雑や廊下での三密を解消する指導の実施。</li> </ul>
給食	<ul style="list-style-type: none"> <li>・授業終了後、換気・机上の整理後、タイミングをずらして手洗い・うがい・消毒をする。</li> <li>・給食当番の生徒を優先し、当番以外の生徒は自分の座席で座って待機する。</li> <li>・「いただきます」と同時にマスクを外し、食べ終わった生徒からすぐにマスクを着ける。</li> <li>・食事中はおしゃべりをせず、前を向いて食べる。</li> <li>・ゴミ処理は分別をせず、すべて焼却ゴミとして処分する。</li> <li>・歯磨きの際、水道が密にならないよう、指定された場所で、タイミングを見計らって行う。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・水道の混雑や廊下での三密を解消する指導の徹底。</li> <li>・お代わりの生徒がいる場合は、すべて職員が生徒に直接配食する。</li> <li>・一度自分の席に持って行ったものを食缶に戻させない。</li> <li>・お代わりは「いただきます」の前すべて済ませる。</li> </ul>

清掃	<ul style="list-style-type: none"> <li>・係の生徒が共用部分（ドアやスイッチ等）消毒を実施する。</li> <li>・終了後、手洗い・うがいをする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・消毒係を清掃場所毎に決めて、指導する。</li> </ul>
放課後	<ul style="list-style-type: none"> <li>・昇降口や廊下に溜まらずに速やかに移動する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・帰りの会終了後、水道を消毒する。 【学年職員】</li> <li>・帰りの会終了後、机を消毒する。 【担任】</li> </ul>
部活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・部活動に合わせた感染症対策を実施する。</li> <li>・体調不良者は参加しない。</li> <li>・共用の道具は削減するか消毒して使用。</li> <li>・開始・終了時に手洗いをする。</li> <li>・三密回避の活動。屋内での活動は換気をする。</li> <li>・終了後、共用部分の消毒を実施。</li> <li>・必要に応じてマスクの着用</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・部活動に合わせた感染症対策を指導する。</li> <li>・体調不良者の確認。</li> <li>・終了後、トイレや水道を消毒する。</li> </ul>

## ○その他

### ・検温カード

毎日、自宅で検温・記入をしてから登校する。忘れた場合は教室に入らず別室で検温・記入を行う。  
「平熱より高く、風邪症状がある」「37.5℃以上ある」場合は速やかに帰宅させる。（出席停止扱い）

### ・換気

授業中：常に校庭側の最前の上窓を20cmと廊下側の後方の上窓を20cmを開けておく  
休み時間：外側の窓と廊下のドアを授業終わり2分間全開にする

### ・消毒

現在は、アルコールを使用して消毒を実施している。

手指消毒：水道で手洗いができなかつたときに手指消毒を行う。

各教室の出入口に設置してあるため、適宜利用する。

無くなったら保健体育委員が補充する。

物品消毒：1日1回共用部分を消毒できるようにする。

教室は、帰りの会終了後に担任が実施する。

特別教室・階段・トイレは、清掃のときに担当の生徒が実施する。

水道は、朝か放課後どちらかと給食前の1日2回、学年の職員が実施する。

## 6 学校給食委員会

### (1)食に関する指導について

#### ○食に関する指導の目標

- ①食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。＜食事の重要性＞
- ②心身の健康や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事のとりかたを理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。＜心身の健康＞
- ③正しい知識・情報に基づいて、食べ物の品質及び安全性等について自ら判断できる能力を身に付ける。  
＜食品を選択する能力＞
- ④食物を大事にし、食物の生産等に関わる人々への感謝する心を持つ。＜感謝の心＞
- ⑤食生活のマナーや食事を通じた人間関係の形成能力を身に付ける。＜社会性＞
- ⑥各地域の産物、食文化や食にかかわる歴史等を理解し、尊敬する心をもつ。＜食文化＞



【七夕献立】

#### ○本年度の主な取り組み

- ・教室環境の整理、アルコール消毒、マスク等の衛生物品の準備
- ・生徒への衛生管理の指導（手洗い、身支度等）
- ・給食の流れの指導（コロナ感染症対策、給食当番の手順、一般生徒の動き）
- ・食事中の指導（マナー、感謝の気持ちを持つ）
- ・アレルギー生徒への対応



【ハロウィン献立】

#### ・食育だよりの発行

→栄養や季節に応じた、健康に関する情報、生徒たちの給食の様子や、レシピ等の紹介

#### ・古里地域学校園合同食事マナー週間(9月9日～13日)

→食事のマナーを改めて意識し、感謝の気持ちを持ち、給食場面に適した食環境を見直す一週間とした。振り返りカードを記入することで、クラス全体の取り組み、反省点を生かし、今後普段の食事マナーを定着できるようにする。

#### ・古里地域学校園 おにぎりの日(11月18日)

→家庭科で自分に見合った量のおにぎりづくりの実習、安全面、衛生を考慮した授業を行う。

おにぎりの日の事前計画、事後アンケートを行い、自立した食生活に向けての意識を高める。

当日は、給食での主菜、副菜を提供する。自分に適したおにぎりを持参し、今後の自立した食生活への有効な内容となった。

#### ・お話コラボ給食(11月24日)

→古里地域学校園共通メニュー「ハウルの動く城」より黒パン、チーズ、ベーコンエッグの提供。

「給食アンサンブル」より ABC マカロニ入り野菜スープの提供。

その他 10 月には「給食アンサンブル」より麻婆豆腐、「流星の絆」よりハヤシライスを提供。図書と給食とのコラボにより、本にも興味を持ってもらい、給食で連想して美味しく食べてもらえる工夫を、司書と栄養士が連携して企画、実行する。



## (2) 学校給食について

学校給食は、バランスのとれた内容、衛生面に配慮した環境の中で健康の増進・体力の向上を図ろうとするものです。

### ○学校給食の栄養

#### ①生徒1人、給食一食当たりの目標栄養量

区分	基準値
エネルギー (Kcal)	830
たんぱく質 (g)	27.0~41.5 g
脂質(g)	18.4~27.7 g
食塩 (g)	2.5 g 未満
カルシウム (mg)	450
鉄 (mg)	4
ビタミンA (μgRE)	300
ビタミンB1 (mg)	0.5
ビタミンB2 (mg)	0.6
ビタミンC (mg)	30
食物繊維 (g)	6.5以上

#### ②献立作成上の基本的な考え方

- ・学校給食摂取基準及び学校給食の標準食品構成の充実
- ・多様で魅力的な食事内容の充実  
(食味・食感・彩り等を含む)
- ・主食は原則米飯週4回、その他はパン又は麺類を使用
- ・季節の食材や地域農産物の活用
- ・素材を活かした料理の工夫や郷土食、行事食、選択給食の実施
- ・食料費の配慮

1人1食約300円で年間約200回の給食を提供しています。給食委託会社は株式会社イトランドです。今年度は約380食の調理・配食・洗浄を行っています。

### ～2月3日の給食メニュー紹介～

- わかめご飯：主食の中で一番人気メニューです。
- 鯖の味噌煮：おいしい味噌味が大好評です。タレまでおかわりする生徒が続出です。
- ナムル：副菜の野菜類は、生徒たちが食べやすいように味付けをしています。
- 鬼の蒲鉾入りそうめん汁：季節やイベントに応じた蒲鉾シリーズがあり、今回は節分を意識した鬼の蒲鉾を使用しました。そうめんを入れることで、よりおかわりが増すようです。

#### ○ご飯・パン

ご飯は学校で炊いています。自校炊飯になり、わかめご飯や炊きこみご飯などバラエティ豊かなご飯が提供できるようになりました。その日の献立により、炊きあがりのご飯の量を調整して、喫食率の向上を心がけています。パンは週一回、文明軒から納品しています。揚げパンは学校で揚げて味付けしています。ピザパンなどの調理パンも手作りです。

#### ○おかず

煮物・焼き物・揚げ物・蒸し物など和・洋・中華と味に変化を持たせながらバラエティに富んだ料理を心がけています。



#### ○牛乳

給食には牛乳が付きまます。カルシウム・たんぱく質がたくさん含まれています。

#### ○汁物・煮物

旬の食材や・野菜が豊富な料理を提供しています。食材の固さなどに配慮しています。

献立	1群	2群	3群	4群	5群	6群
わかめご飯 牛乳 鯖の味噌煮 ナムル 鬼の蒲鉾入りそうめん汁	鯖 鶏卵 かまぼこ かつお節 味噌	牛乳 わかめ	ほうれん草 小松菜 人参	キャベツ もやし 長葱	米 麦 そうめん 砂糖	ごま油 ごま