

令和7年度

学校保健・給食委員会 アレルギー対応委員会



1	本日の日程	P 1
2	宇都宮市立清原南小学校 学校保健安全・給食委員会運営細則	P 2
3	委員名簿	P 3
4	学校給食について	P 4
5	体力の状況について	P 6
6	学校保健について	P 1 5

別添資料 学校医 安藤裕輔先生より「栄養から見る生活習慣」

食育だより・ほけんだより・「ベジチェック」資料

令和7年度 学校保健・給食委員会 アレルギー対応委員会 日程

令和7年12月18日（木）9：30～10：15

清原南小学校 ランチルーム

- | | | |
|---|--------------------------------|-------------|
| 1 | 開会のことば | 9：30 |
| 2 | 学校長あいさつ | |
| 3 | P T A会長あいさつ | |
| 4 | 学校保健・給食委員会・アレルギー対応委員会
報告・議題 | 9：40 |
| | ・学校給食の現状について | |
| | ・学校児童の体力の現状について | |
| | ・学校保健の現状について | |
| 5 | 学校医の先生のお話「栄養から見る生活習慣」（安藤裕輔先生） | 9：55～10：05 |
| 6 | 質疑・感想・意見交換など | 10：05～10：10 |
| 7 | 謝辞・閉会のことば | 10：15 |

終了後、「ベジチェック体験」をご希望の方は、栄養士までお声掛けください。

学校保健・学校給食委員会 運営細則

校務運営規程第7条第3項の規定により、運営細則を以下のとおり定める。

【名称】

第1条 本会は、宇都宮市立清原南小学校学校保健・学校給食委員会と称し、事務局を校内におく。

【目的】

第2条 本会は、本校における学校保健安全及び学校給食に関する諸問題に適切に対応するため、校長の諮問機関として設置する。

【事業】

第3条 本会は、前条の目的を遂行するために、以下の事業を行う。

(1) 学校保健安全に関すること

- ア 学校保健計画の運営に関する事項
- イ 学校の保健施設の改善に関する事項
- ウ 児童・職員の健康保持増進及び安全に関する事項
- エ 新型コロナウイルス・新型インフルエンザ等の感染予防対策及び対応に関する事項
- オ 関係諸機関との連絡調整に関する事項
- カ その他必要な事項

(2) 学校給食に関すること

- ア 給食関係の施設設備及び運営に関する事項
- イ 給食献立に関する事項
- ウ 給食物資の契約確保に関する事項
- エ 給食経理に関する事項
- オ 環境衛生に関する事項
- カ 学校給食における食物アレルギーへの対応に関する事項
- キ その他必要な事項

【構成】

第4条 本会は、以下の委員をもって構成する。

- (1) 学校関係 校長、副校長、教務主任、学年主任、保健主事、養護教諭、体育主任、学校安全教育主任、食育主任、学校栄養士業務、必要に応じて児童会代表児童、給食業務民間委託業者代表(本校記載有)
- (2) 学校医関係 学校医(内科、耳鼻科、眼科)、学校歯科医、学校薬剤師
- (3) 保護者関係 PTA会長、PTA副会長、体育部長、各学年委員長

【役員】

第5条 本会に、以下の役員をおく。

- (1) 委員長1名 副委員長2名 書記1名 幹事1名(本校は監事2名とある)
- (2) 委員長は、委員の中から互選され、副委員長、書記は委員長が任命する。
- (3) 幹事は保健主事があたる。
- (4) 役員の任期は1か年とし、再任を妨げない。

【運営】

第6条 本会は、毎年1回開くことを原則とするが、必要があれば臨時に開催することができる。

- 2 委員長は、本会を総括する。
- 3 副委員長は、委員長を補佐し、委員長不在の時はその代理をする。
- 4 幹事は、本会の企画運営にあたる。
- 5 書記は、本会の記録、その他事務の整理にあたる。

学校保健・給食委員名簿

役職名	氏名	出欠
校医（内科）		
校医（眼科）		
校医（耳鼻科）		
校医（歯科）		
学校薬剤師		
P T A会長		
P T A副会長		
P T A副会長		
P T A副会長		
P T A副会長		
体育委員長		
1 学年委員長		
2 学年委員長		
3 学年委員長		
4 学年委員長		
5 学年委員長		
6 学年委員長		
校 長		
副校長		
教務主任		
給食主任		
体育主任		
学校栄養士		
養護教諭		

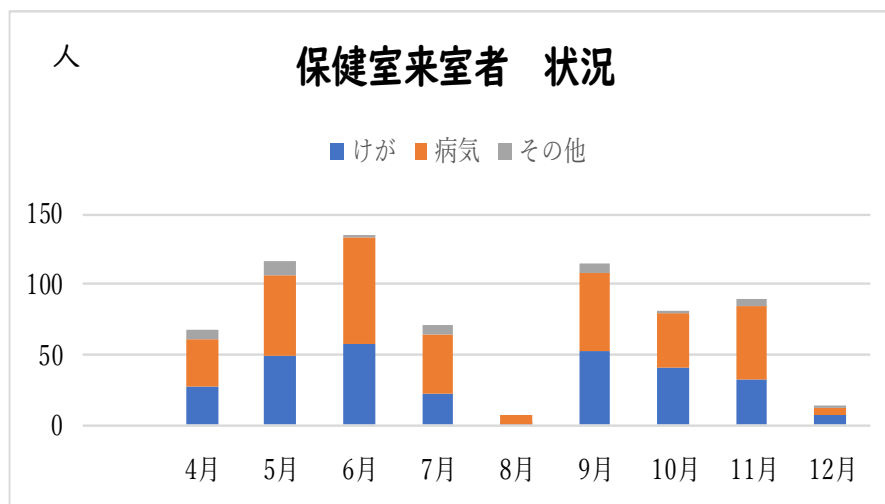
学校保健について

学校保健目標

- ・ 児童の健康の保持増進を目指し、心身の発達に応じた保健管理・保健教育を行い、健康でたくましい子供の育成に努める。

I 保健室来室状況

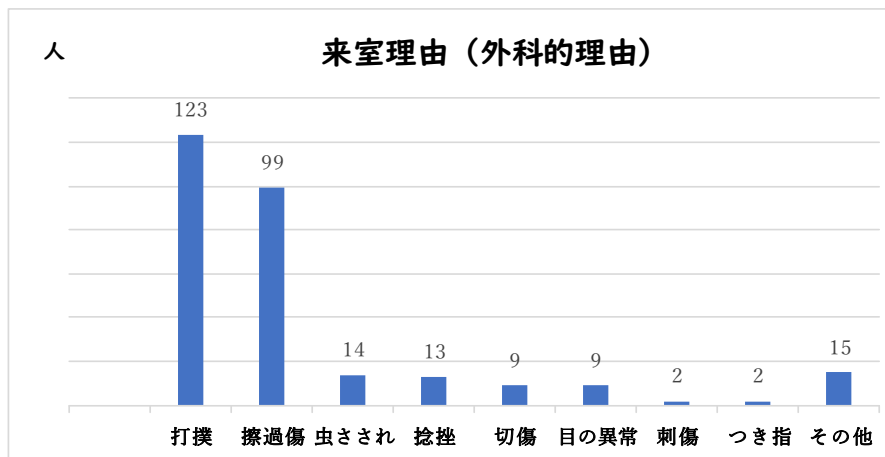
図 1



- ・ 6月のけがが、最も多い。
7月～9月頃は、暑い日が続
き、熱中症予防のため外遊び
を控える日を設けたことで、
6月よりけがの発生が減少
したと考えられる。(図1)

- ・ けがの理由では打撲が1番多い。
誤って校舎内外の物品や他の
児童にぶつかってしまうなどの
けがが多く見られた。(図2)

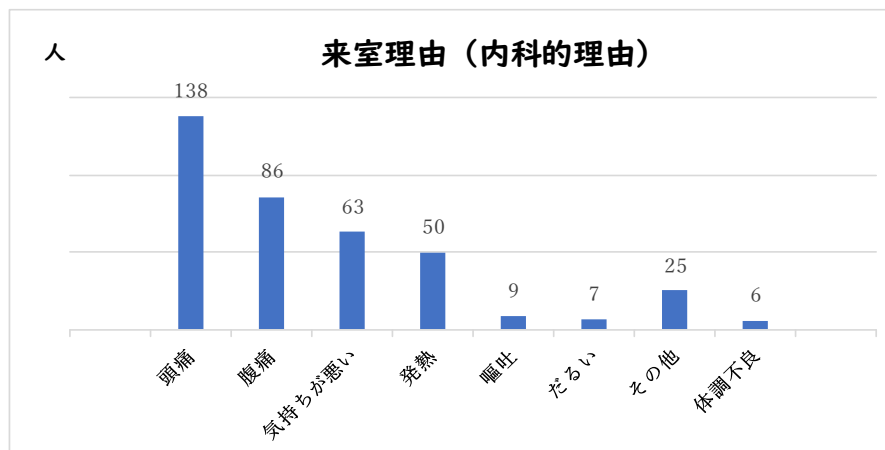
図 2



動画を活用し、安全な遊び方を指導したり、教員が児童と一緒に外で過ごし安全な過ごし方を呼び掛けたりするとともに、緊急時のけがに対応できるように努めている。今後も、けがを予防するための安全な過ごし方の定着や、けがをしたときに自分でできる手当てが実践できるように声掛けや働きかけを継続する。



図 3



日本スポーツ振興センター 啓発動画
なくそう！固定遊具の事故～
ゆうぐでたのしくあそぼう！

- ・ 内科的な理由は頭痛が1番多い。
要因は、かぜ・寝不足・目の疲れ
などが考えられる。2番目に多い
腹痛では、便秘疑いの児童も時々
見られる。(図3)

2 スポーツ振興センター利用状況（11月現在）

（1）月別利用件数

表1

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	合計
2	0	1	2	0	1	1	1	8

（2）利用内容（一部）

表2

時間	場所	傷病名	概要
登校中	通学路	眼球打撲 眼瞼挫創	登校中に班員と距離が離れてしまい、追いつこうと走ったところ、手をつかずに転倒し、顔面を地面に打った。
体育中	体育館	右手指捻挫	体育の授業中に、体育館で跳び箱の授業で開脚跳びをしようと手をついた際に、手指を痛めた。

3 定期健康診断結果について

（R6年の栃木県学校保健統計調査結果と比較）

（1）本校児童の体位について

学年別平均値及び県・全国平均との比較



*県平均…R6年 学校保健統計調査報告書より

表3

*表中の下線は県平均より上回っているところ

性別	学年	身長（cm）		体重（kg）	
		校内平均	県平均	校内平均	県平均
男子	1年	<u>116.5</u>	116.1	<u>22.0</u>	21.2
	2年	<u>123.6</u>	122.6	<u>24.8</u>	24.5
	3年	127.8	128.4	26.4	28.1
	4年	132.1	133.6	30.3	31.2
	5年	138.6	139.5	33.6	36.1
	6年	145.2	145.9	<u>42.2</u>	40.6
女子	1年	<u>117.4</u>	115.9	21.1	21.1
	2年	120.3	121.1	22.9	23.5
	3年	126.5	127.9	24.7	27.4
	4年	132.3	133.9	<u>30.9</u>	30.8
	5年	140.9	141.3	34.2	35.4
	6年	<u>148.1</u>	147.9	37.8	40.8

男子 1・2学年の身長、1・2・6学年の体重が県平均を上回っているが、特に6学年の体重の上回り方が大きい。

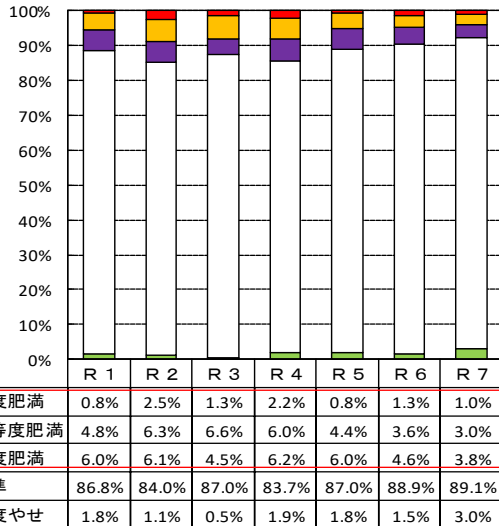
女子 1・6年の身長、4学年の体重が県平均を上回っているが、特に1学年女子の身長の上回り方が大きい。

(2) 本校児童の栄養状態について

- ・肥満傾向児（肥満度が20%以上）の出現率は、全校で7.8%（昨年度より－1.7%減）である。（図4）

図4

肥満傾向・やせ傾向児 推移



高度肥満 肥満度50%以上

中等度肥満

肥満度30～50%未満

軽度肥満

肥満度20%～30%未満

- ・中等度以上の肥満傾向の児童について学校医の助言をふまえ専門医への指導を勧めている。

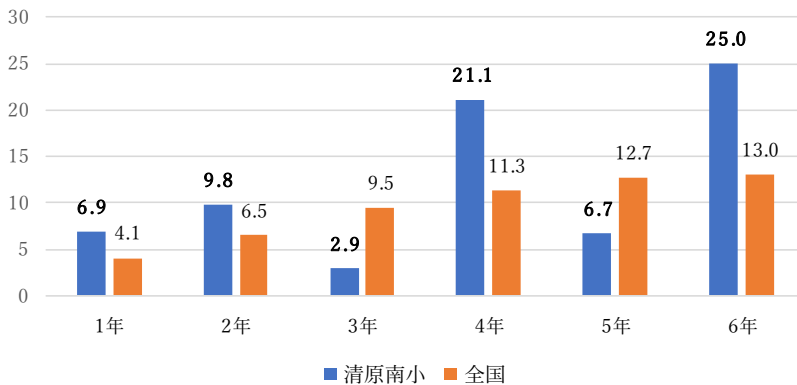
R7 肥満傾向児

男女別の出現率 男子児童 11.6%

女子児童 4%

図5

肥満傾向児の割合（男子）



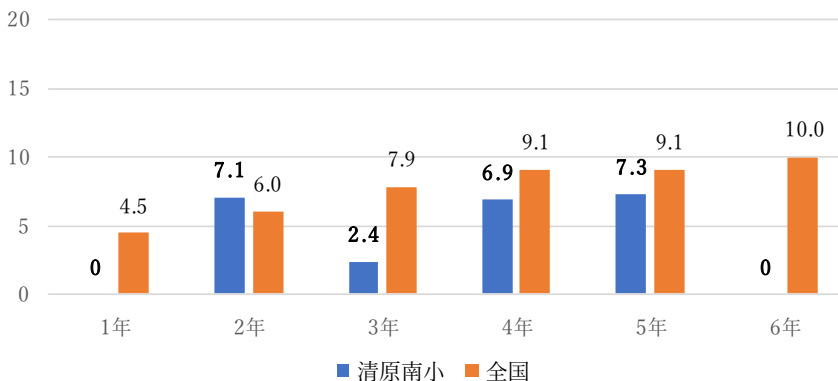
- ・学年男女別にみると、全国平均と比べて肥満傾向児の割合が高いのは1・2・4・6年男子、2年女子である。

（図5・図6）

- ・食事内容を工夫したり、運動を促したりするなど、積極的に取り組んでいる家庭もある。保護者の協力が必要なものであり、とてもデリケートな問題なので、どのように本人・保護者にアプローチをしていくか課題となっている。
- ・本校では「パワーアップタイム」を設定して休み時間の外遊びを推奨している。

図6

肥満傾向児の割合（女子）

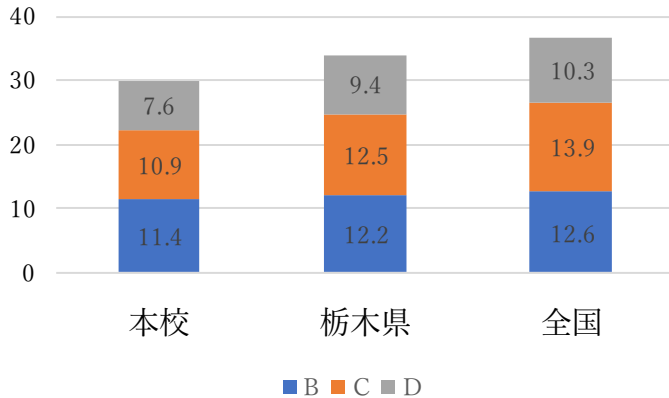


(3) 本校児童の視力の状態について

本校児童の裸眼視力と県・全国値との比較

図 7

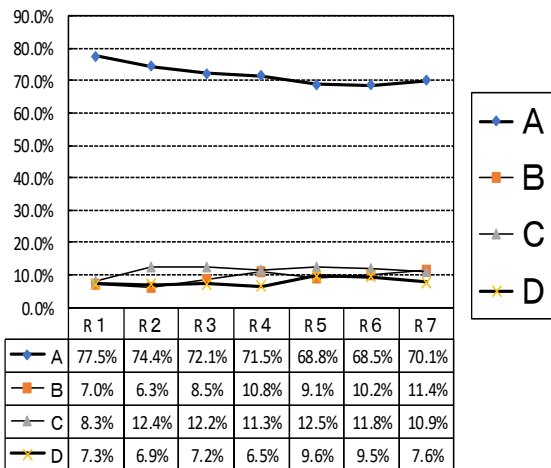
裸眼視力B～Dの割合



- ・ 県・全国の裸眼視力の割合を比較すると、裸眼視力 B～D の児童の割合は、県・全国値を下回り視力 A が多いことが分かる。 (図 7)

図 8

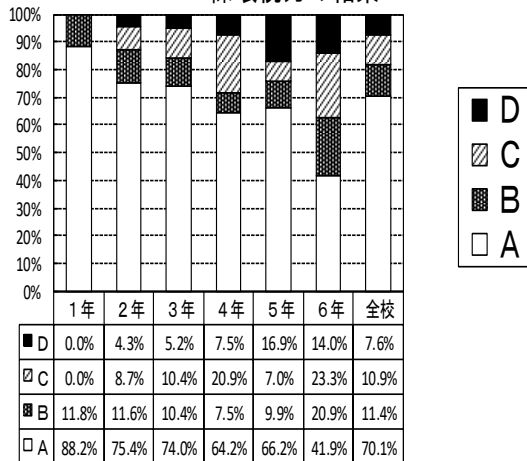
児童 裸眼視力の推移(令和元年～)



- ・ 裸眼視力 A の児童は、近年減少傾向であったが、昨年度と比較する 1.6%，増加した。 (図 8)
- ・ 裸眼（矯正）視力 B～D の児童に対し受診勧告をしている。

図 9

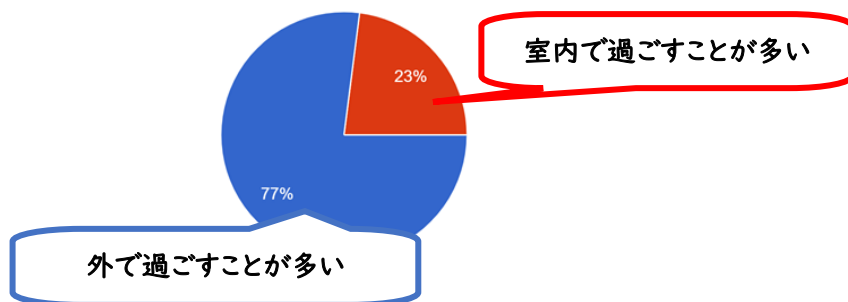
裸眼視力の結果



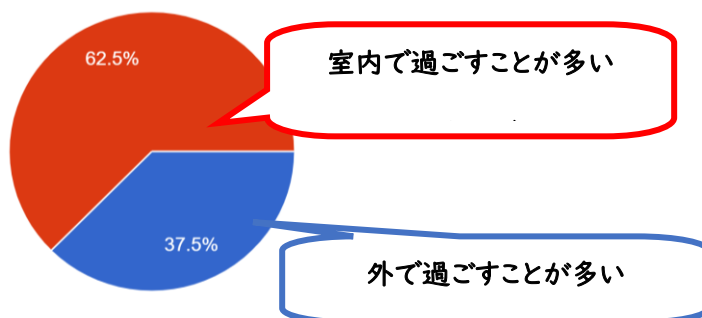
- ・ 学年別で比較すると、学年が上がるごとに視力 B～D の児童の割合が高いことが分かる。(図 9)
- ・ 視力 A の児童について、R 元年と R 7 年の 1 学年を比較すると、R 元年は、視力 A の児童が 90.9% だったが、R 7 年は 88.2% (昨年度より 11% 増) であり減少している。入学前の視力低下が見られるため、就学時健診での早期発見や受診勧奨を継続していく。

4 きらきらウィークアンケートの結果（一部）について

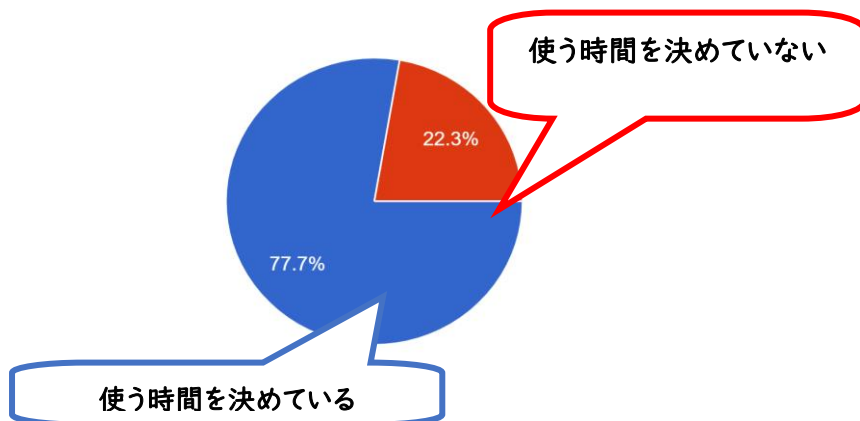
①学校の休み時間の過ごし方について



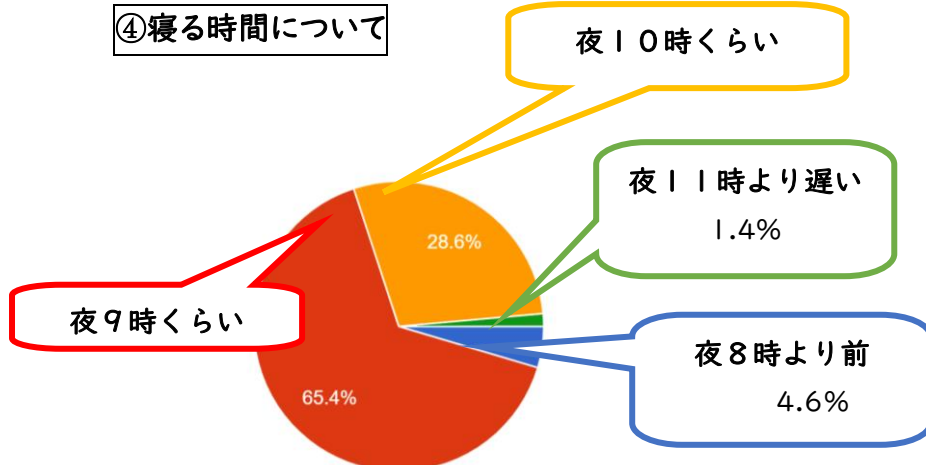
②学校がおわったあとや、休みの日の過ごし方について



③テレビやゲームを使用する時間について



④寝る時間について



- ・「キラキラウィークのアンケート」から、「休日は、室内で過ごすことが多い」児童が約60%いることや、デジタル機器の使用時間を決めていない児童が約20%いることがわかる。学校眼科医からは、「1日2時間以上を外で過ごすことが近視予防になる」ことについてご指導いただき保健便り等で児童や家庭に周知した。
- ・今度も休息時間を作りながらデジタル機器を使用する、外遊びの時間を作る等、目の筋肉の緊張が続いた状態にならないように予防することが必要である。今後も、家庭と連携して児童が健康のために実践できる取組が必要だと考える。



👉 日本眼科医会 近視予防のポスター

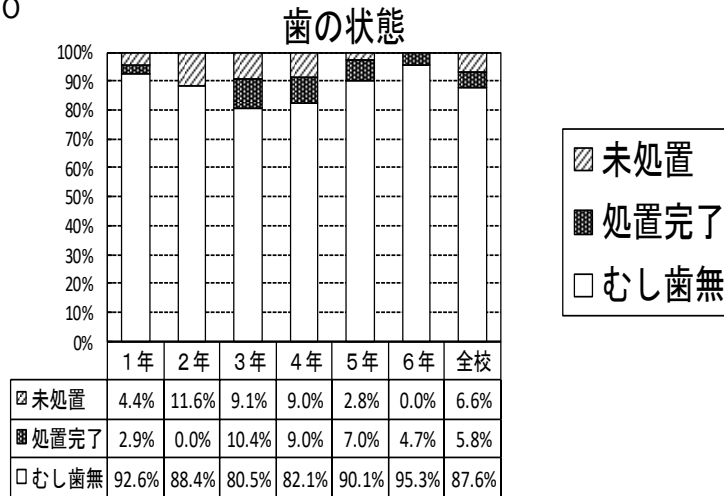
- ・学級で指導をするとともに、家庭に配付し啓発を図った。



- 👉 アンケートで分かった子どもたちの健康課題について楽しく学べるように、保健委員会がクイズを考えてストレッチ・〇×クイズイベントを実施した。

(4) 本校児童の歯の状態について

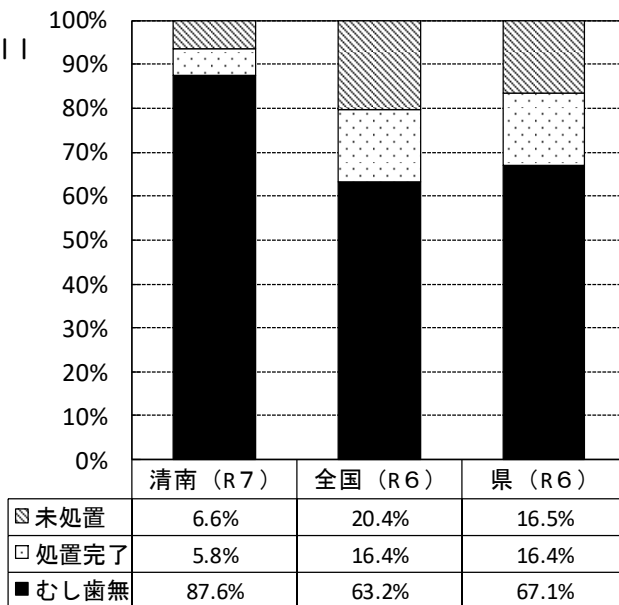
図 10



- ・ 歯の状態を学年別で比較した。むし歯無しの児童の割合は全校で約8割と高い結果となったが、低・中学年で未処置者が多い。家庭には早期治療を勧めている。(図10)

歯の状態 県・全国平均値と比較

図 11



- ・ 県および全国値を比較すると、本校児童は、むし歯無しの児童が県・全国値を大きく上回った。(図11)
- ・ 丁寧な歯みがき習慣を定着させるため「きらきらウィーク」を実施し、また、歯科衛生師からの指導として3年生「歯の健康教室」5年生「全国歯みがき大会」を実施している。寝る前の丁寧な歯みがきや、保護者の方による仕上げみがきの実施を呼び掛けている。今後も継続していきたい。

未処置者・要注意乳歯を保有している児童の内訳 (人)

表 4

	乳歯の未処置 歯がある児童	永久歯の未処置 歯がある児童	要注意乳歯を保有 している児童
1年	3	0	9
2年	8	0	9
3年	7	1	5
4年	6	0	3
5年	2	0	10
6年	0	0	6

- ・ 特に低学年の乳歯の未処置者が多いことがわかる。(表4) 乳歯のむし歯が永久歯に与える影響等を、今後も発信していきたい。
- ・ 要注意乳歯とは「乳歯の後ろから永久歯が生えてきている状況で永久歯の歯並びに影響を与えようとしている乳歯のこと」で、家庭に受診を勧めている。

5 感染症対策について

- ・ 学校における新型コロナウイルス感染症に関する衛生管理マニュアル～（文部科学省）
- ・ 学校における新型コロナウイルス感染症に係るガイドライン（宇都宮市教育委員会）

等に基づき、対策を検討して下記のようなことに取り組んでいます。

（１）感染症対応で実施している主なこと

- ・ マスクの着用は個人判断（外の活動や熱中症予防等のため天候や活動内容により外すよう促す）
- ・ 手洗い，うがい，ハンカチ持参の呼びかけ
- ・ 給食指導（当番児童の体調把握，食事マナーとして大声での会話は控えるようにする等）
- ・ 環境面の配慮（常時換気・サーキュレーターの活用・衣服の調節・手洗い場の衛生管理）
- ・ 熱中症指数に基づいた活動の実施，抵抗力を高めるための指導

（２）臨時休業の対応

- ・ 感染の拡大がある場合は学校医と相談し，臨時休業措置等，必要な措置をとることがある。
その場合は，速やかに保護者にさくら連絡網でメール配信をする。

6 保健活動・保健教育について

（１）児童保健委員会活動の紹介

- ・ 手洗石鹸補充と清掃
- ・ 歯みがきティーチャー

（児童への歯みがきのポイントをお話する）

- ・ 手洗いや換気を促すための放送
- ・ わくわく手あらいフェスティバル（学校薬剤師・児童給食委員会・図書館司書との連携）
- ・ ポスター作り（野菜のはたらき・運動）



歯みがきティーチャー



手洗いチェッカー体験



学校薬剤師の先生からハンカチの衛生について助言をいただいた。

（２）外部講師等による健康教室



3年歯の健康教室

歯科衛生士が正しいブラッシングについて模型を使用して見本を見せてくださっている様子。保護者の方にも参観していただき，正しい歯みがきの仕方について親子で学ぶ機会となった。



5年全国小学生歯みがき大会

健康な歯肉か歯肉炎かを見分ける観察方法や，デンタルフロスの使い方を学んだ。



6年薬物乱用防止教室

学校薬剤師より，薬物について学び，誘われた際の断り方などを練習した。また，正しい薬の飲み方についても知り，大人の薬を半分にして飲んでいけないこと等も学んだ。

(3) 養護教諭・学校栄養士の連携

- ・キラキラウィーク・朝ごはん食べよう週間の実施
- ・保健・食育指導の資料作成
- ・野菜に興味・関心を持つ指導



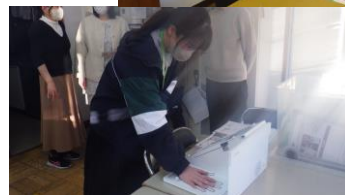
朝ごはんについての掲示

- ・朝ごはんを食べると?
- ・児童給食委員会がたんぱく質のキャラクターを作成し、啓発した。



ストレスについての掲示物

- ・ストレス解消法について
- ・先生方のストレス解消法の紹介



ベジチェック体験

- ・手の平のカロテノイドを測定し、推定野菜摂取量を確認
(高学年希望児童・職員が体験)
- ・栄養士からアドバイス
- ・ベジ増しレシピ
- ・給食のレシピ紹介

(4) 職員研修

・心肺蘇生法・AED講習



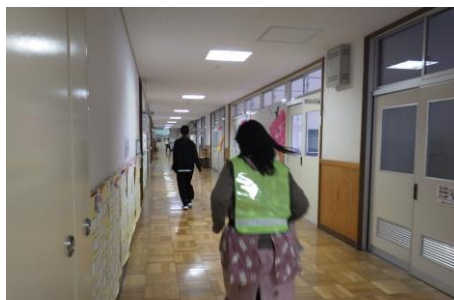
・食べ物が喉に詰まったときの対処法



- ・食物アレルギー対応研修
(アドレナリン自己注射薬の使い方・職員の役割分担)



しっかり足を押さえて、注射を実施する様子
(訓練は自己注射の練習用を使用)



職員室にアドレナリン注射を取りに行く様子

以下は今年版にしていけないので印刷してない。

*対象者数以下省略

学 年	1 年	2 年	3 年	4 年	5 年	6 年	合 計
対象者数	6 7	7 9	6 6	7 0	4 3	6 7	3 9 2
アトピー性皮膚炎	3	7	3	2	4	6	2 5
その他の皮膚疾患	6	4	5	4	1	4	2 1
脊柱・胸郭・四肢 所見あり	1	1	1	0	2	3	1 0

眼科検診の結果 (人)

学 年	1 年	2 年	3 年	4 年	5 年	6 年	合 計
アレルギー性結膜炎	0	0	1	0	1	0	2
外 斜 視	1	0	0	1	1	0	3

耳鼻科検診(実施)・聴力検査の結果 (人)

学 年	1 年	2 年	3 年	4 年	5 年	6 年	合 計
耳 垢	0	1	0	0	0	0	1
耳 垢 栓 塞	5	5	6	1	1	5	2 3
アレルギー性鼻炎	1	3	4	3	2	1	1 4
鼻 炎	1 3	9	6	2	2	4	3 6
扁 桃 肥 大	7	5	3	1	0	1	1 7
聴力検査有所見	1	0	0		0		1

心臓検診・尿検査 精密検査対象者受診率：100%