令和6年度
学校保健･給食委員会

宇都宮市立晃宝小学校

（1）定期健康診断の結果について

健康診断は，学校保健安全法によって，「毎学年，６月３０日までに行うものとする」と決められています。

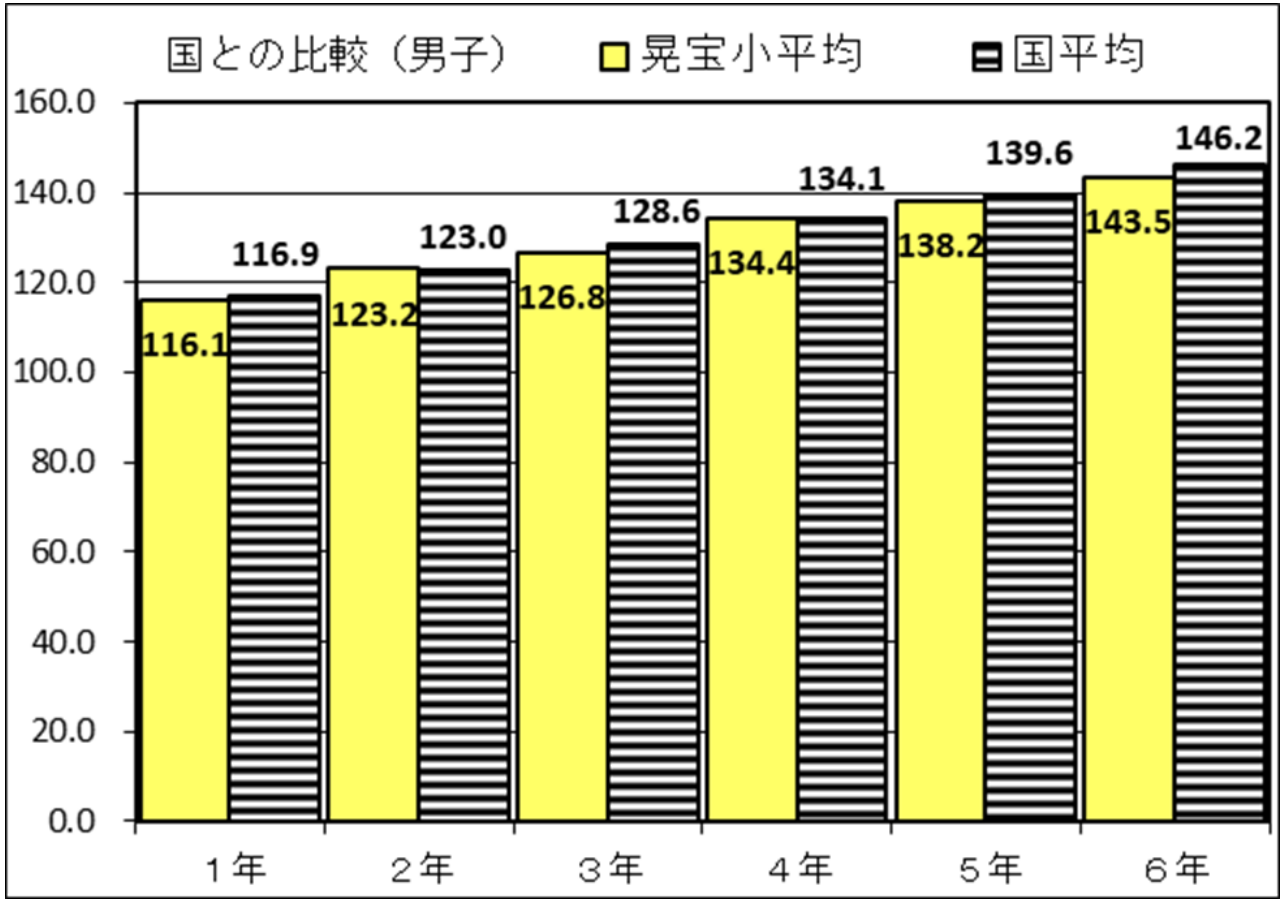
学校医の先生方や各検査機関にご協力いただきながら実施しています。

【実施項目】

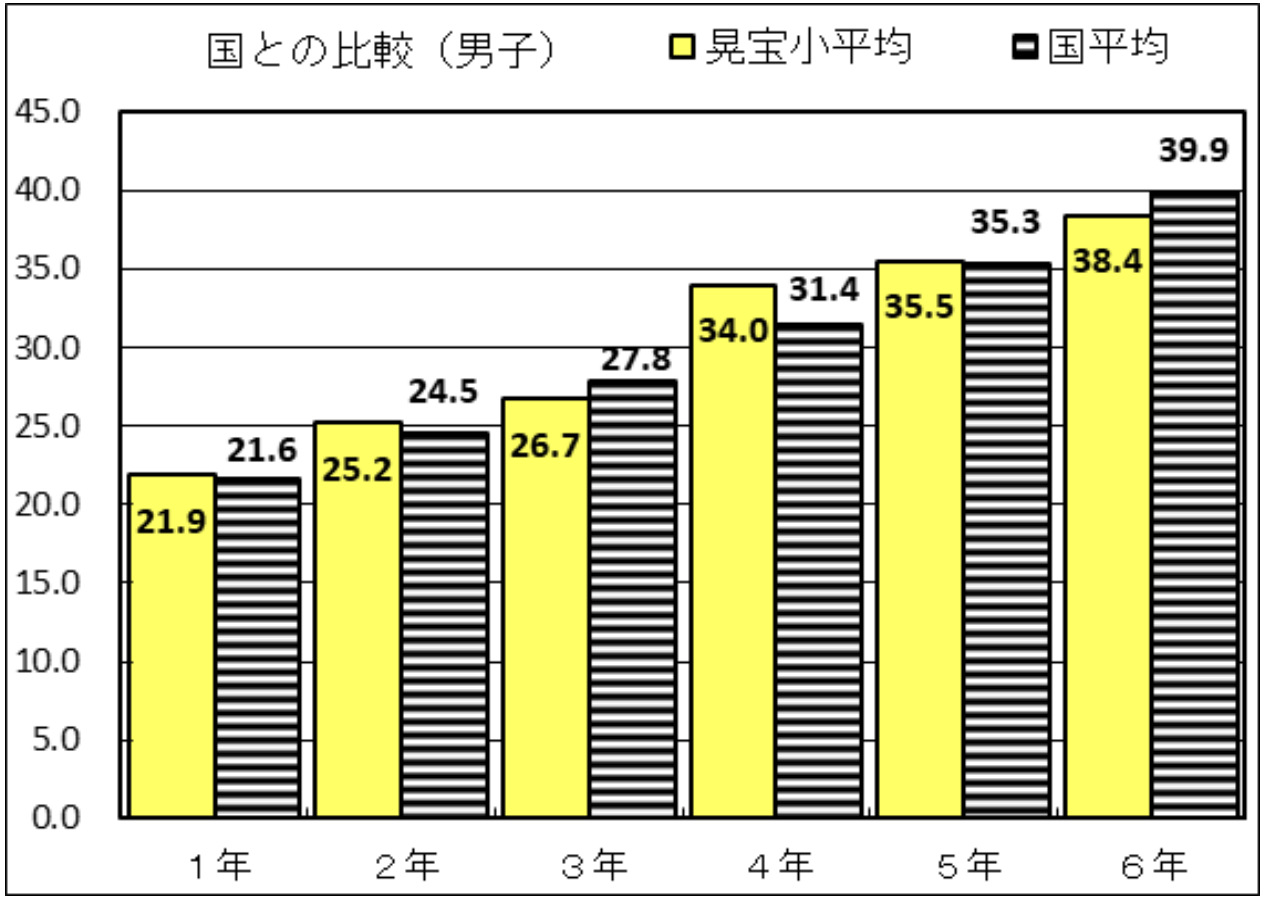
〇身長・体重　　〇栄養状態
〇脊柱・胸郭・四肢の疾病及び異常の有無
〇視力　　〇目の疾病及び異常の有無
〇聴力　　〇耳鼻咽頭疾患及び皮膚疾患の有無
〇歯・口腔の疾病及び異常の有無　　〇結核の有無
〇心臓の疾病及び異常の有無　　〇尿
〇その他の疾病及び異常の有無

身長・体重の結果

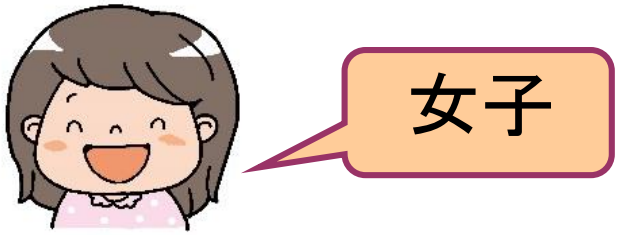
身長



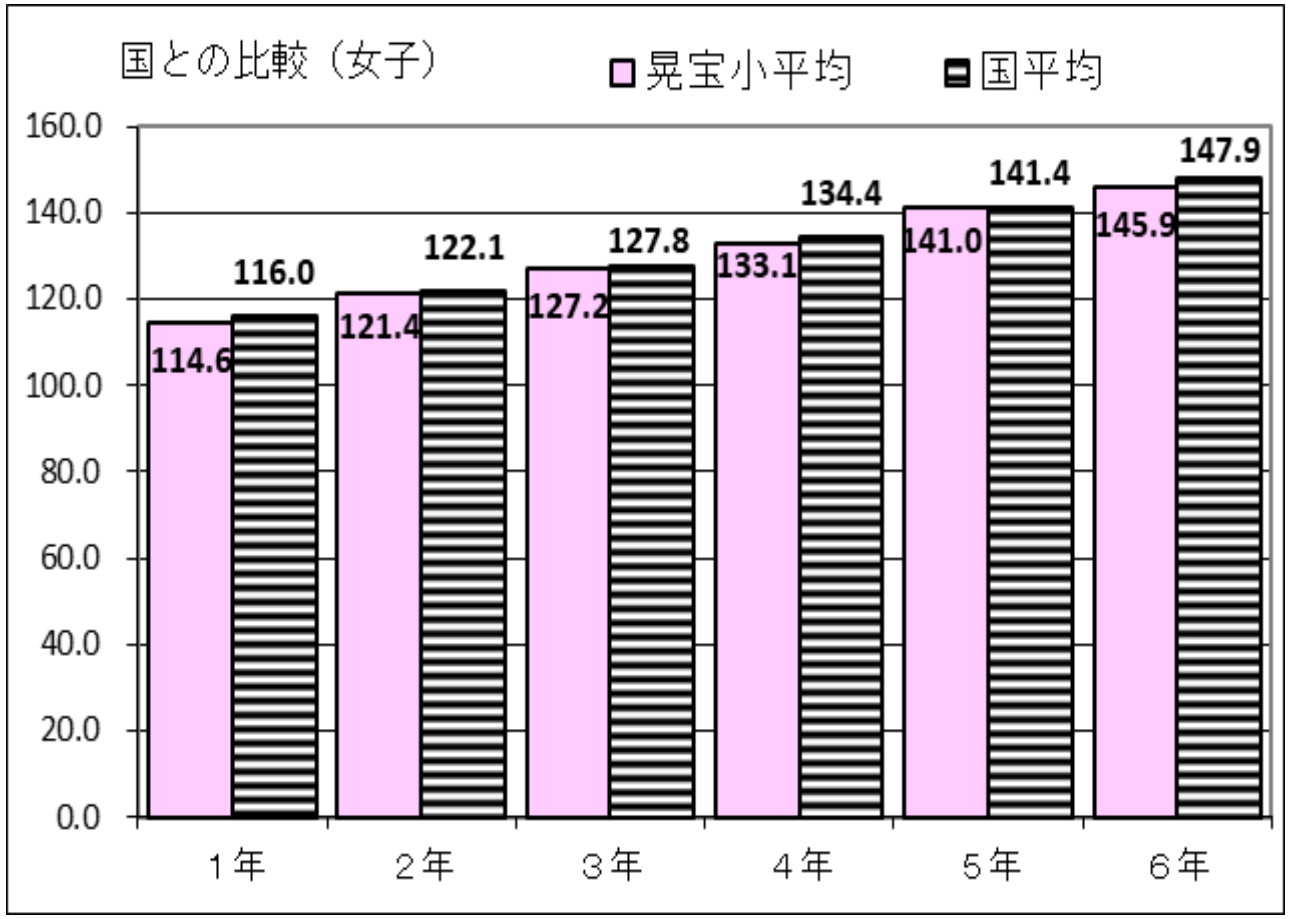
体重



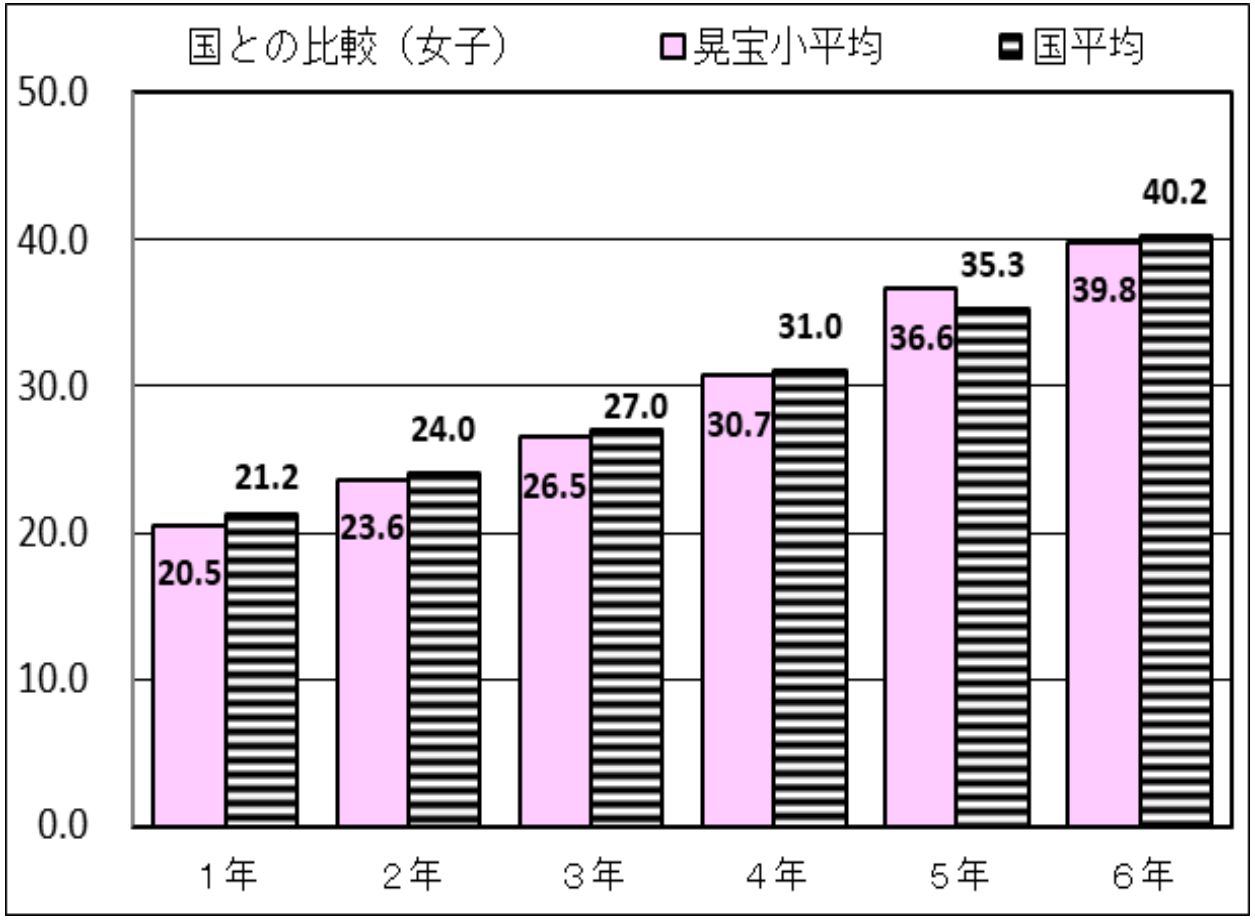
身長・体重の結果



身長

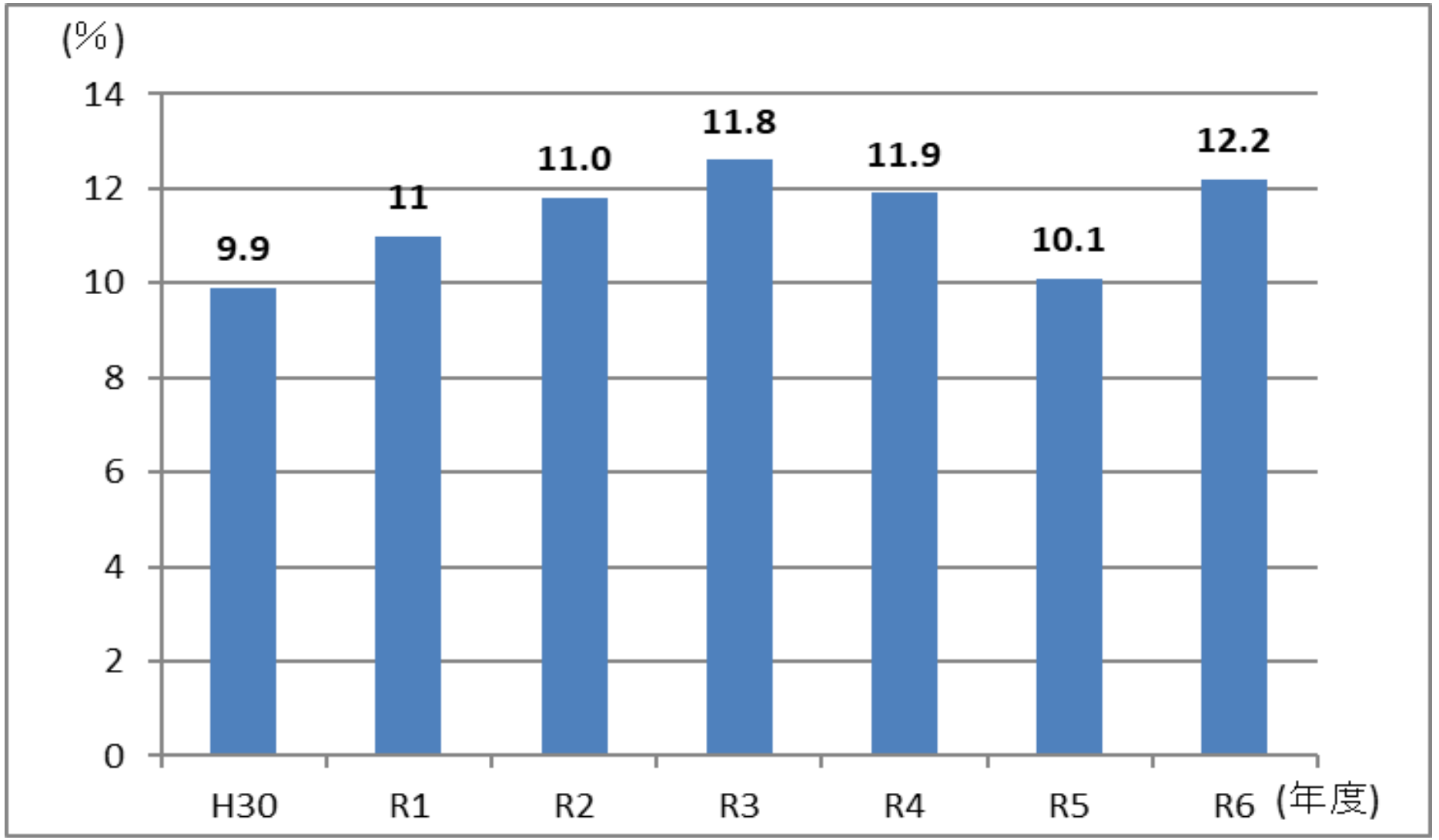


体重



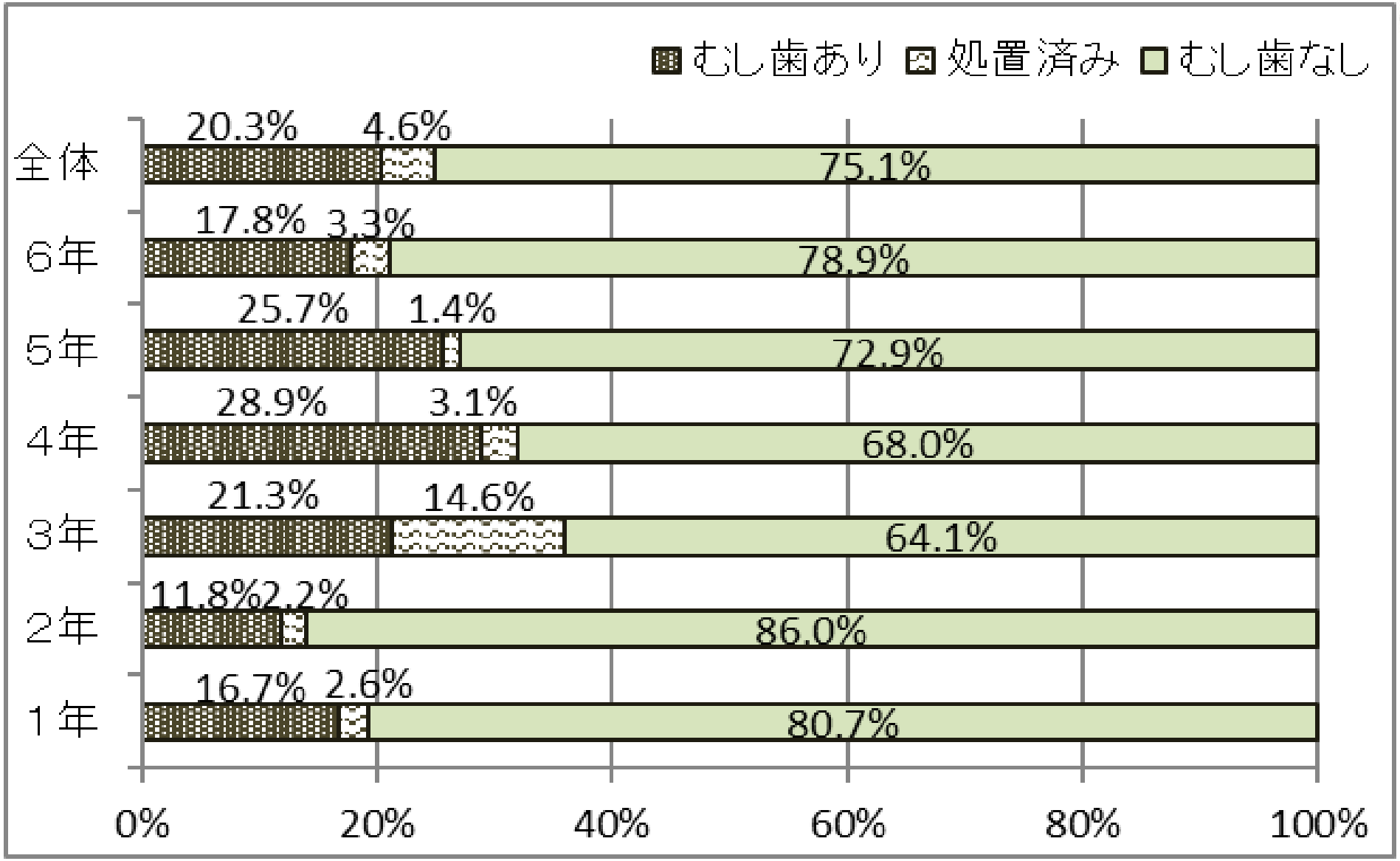
肥満傾向児について

※肥満傾向児＝肥満度20%(軽度肥満)以上



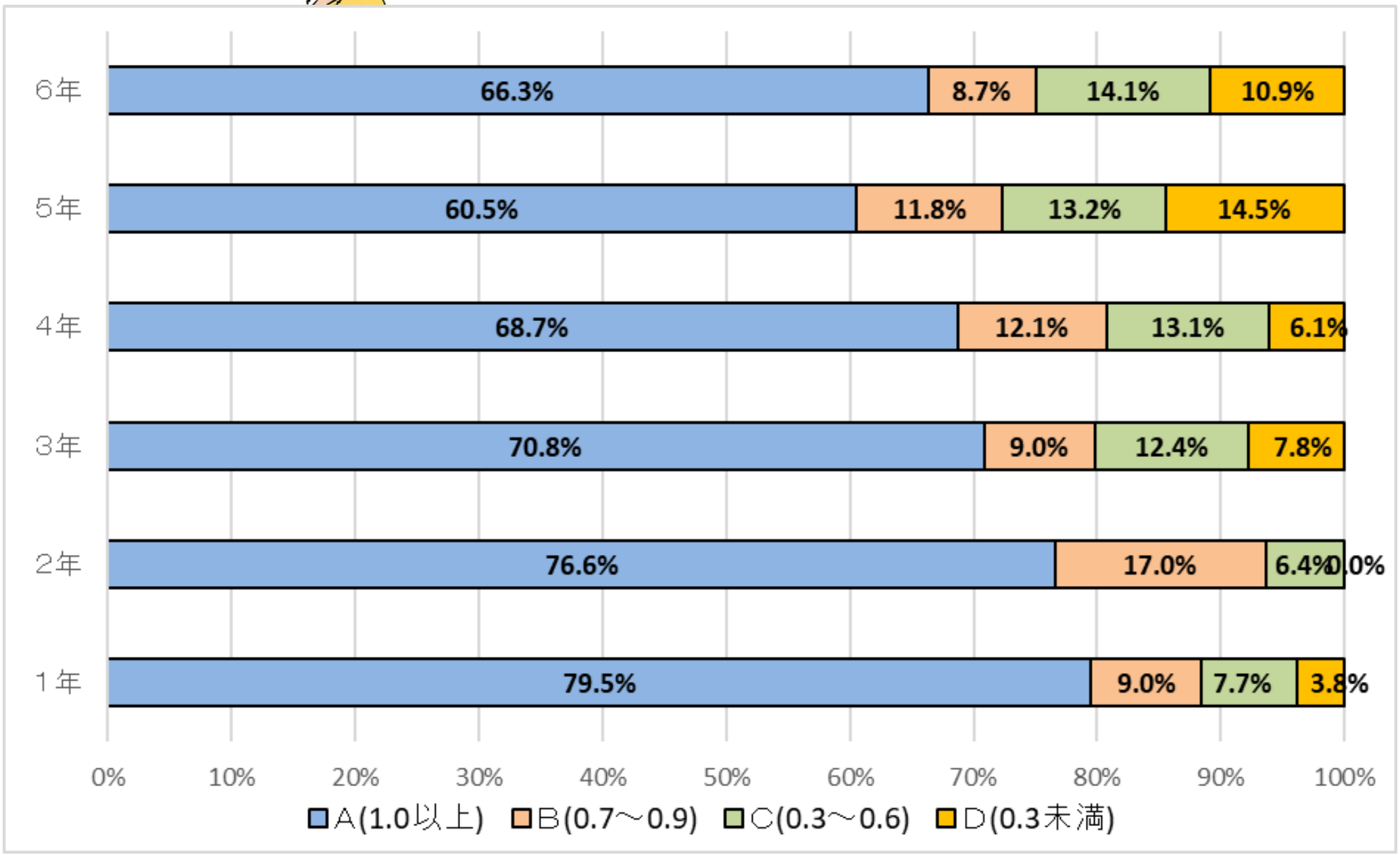
肥満傾向児の割合は，昨年度よりも増加した。

歯科検診の結果

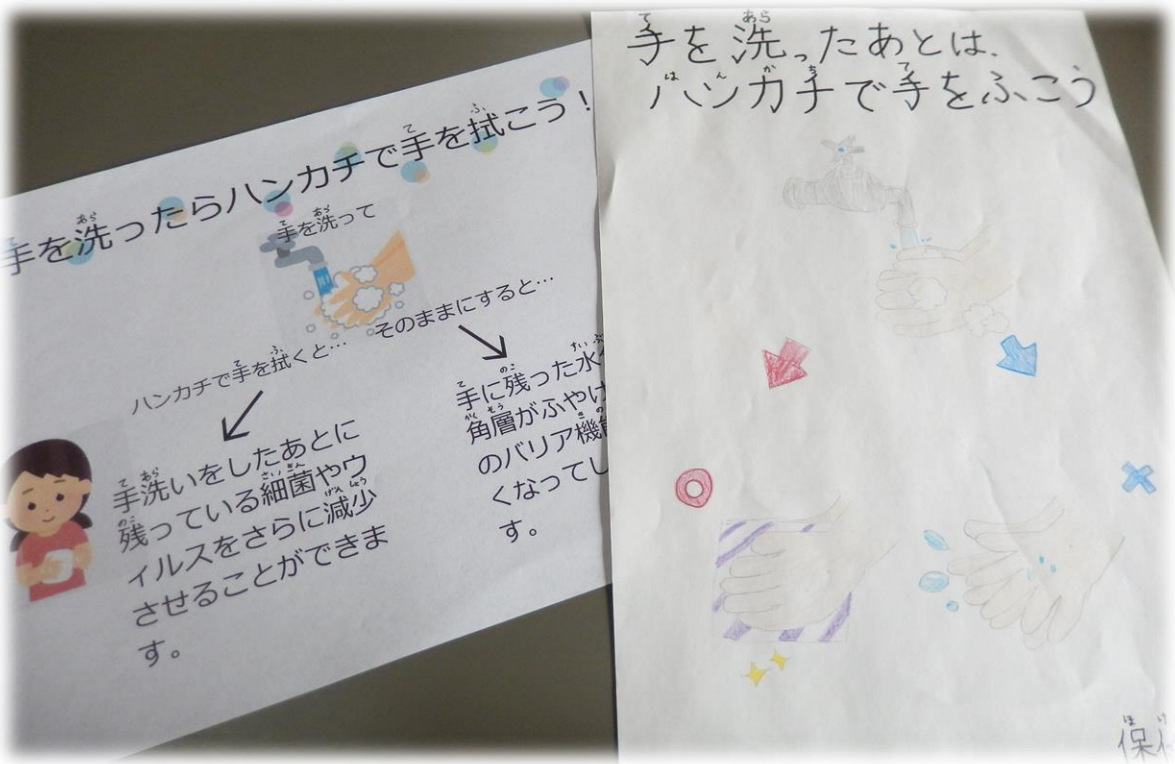


学校全体の「むし歯あり」の割合は，昨年度より0.7%減少していた。

視力検査の結果

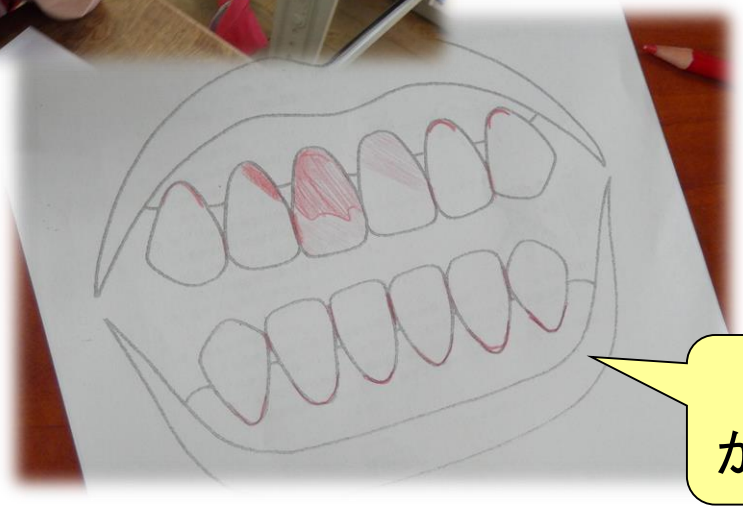

6年
66.3%
8.7%
14.1%
10.9%
5年
60.5%
11.8%
13.2%
14.5%
4年
68.7%
12.1%
13.1%
6.1%
3年
70.8%
9.0%
12.4%
7.8%
2年
76.6%
17.0%
6.4%
0.0%
1年
79.5%
9.0%
7.7%
3.8%
0%
10%
20%
30%
40%
50%
60%
70%
80%
90%
100%
A(1.0以上)
B(0.7～0.9)
C(0.3～0.6)
D(0.3未満)

（2）学校保健の取り組みについて



歯の健康教室（3年生）

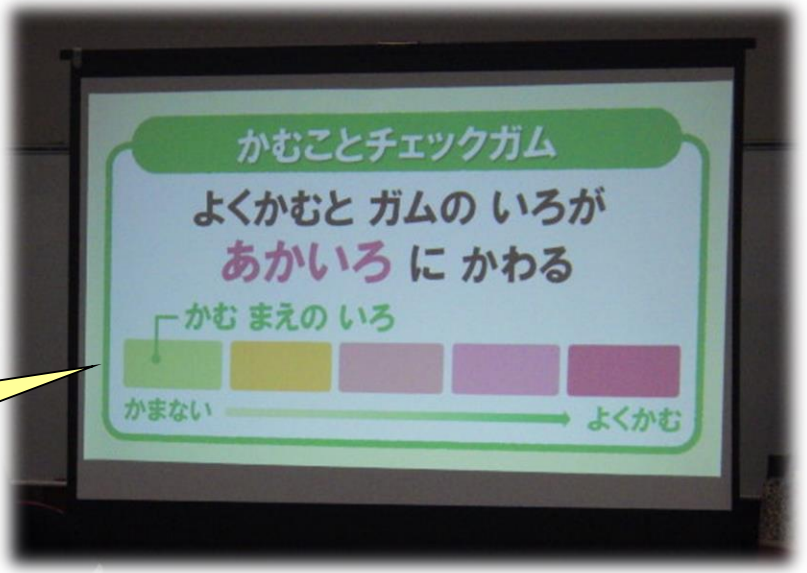
・歯の染め出し
・歯科衛生士によるブラッシング指導



染め出しをして，赤く染まったところ（磨き残しがあるところ）をそれぞれ確認しました。

歯の健康教室（３年生）

・ロッテ「めざせ！かむことマスター」



噛むと色が変わるガムを使い，「左右の奥歯で３０回噛む」という練習をしました。

薬物乱用防止教室（６年生）

・宇都宮中央警察署職員による講話

薬物の種類や危険性などについて教えていただきました。また，薬物を誘われた時の断り方を考え，練習しました。

性に関する指導（4年生）

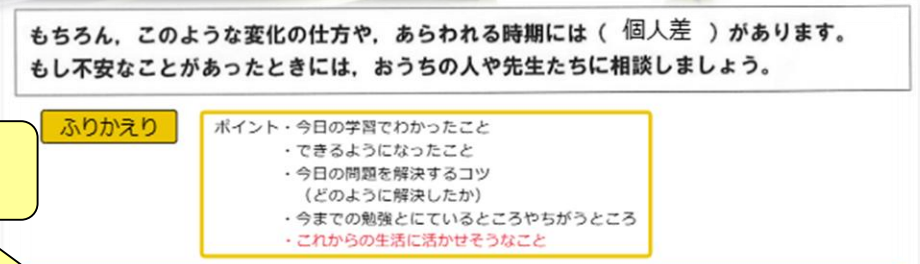
・担任と養護教諭によるT・T指導

「思春期にあらわれる体の変化」について学習します。

第1回目は，ひげが生える，胸がふくらむなどの「外側からわかる変化」について，第2回目は初経，精通や心の変化などの「体の内側の変化」について話をしました。

どちらの時間も，キーワードは**「個人差」**です。

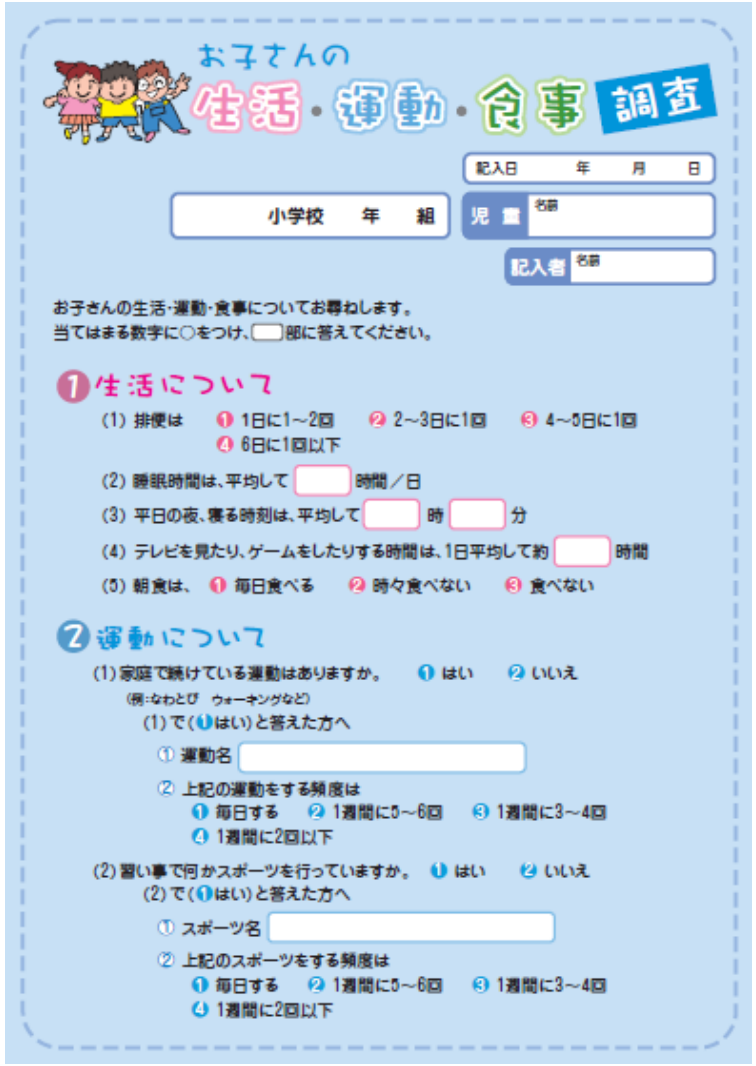
児童の振り返り



自分の体が人と違うことがあっても、自分のペースで成長していくから大丈夫なんだなと思いました。

栄養・生活相談（夏休みの個人懇談期間に実施）

- 養護教諭と栄養教諭による栄養相談
- 保護者のみの相談と，親子での相談を実施



お子さんの 生活・運動・食事 調査

記入日　年　月　日

小学校　年　組　児童 名前　記入者 名前

お子さんの生活・運動・食事についてお尋ねします。
当てはまる数字に○をつけ、□部に答えてください。

❶生活について

(1) 排便は　❶ 1日に1～2回　❷ 2～3日に1回　❸ 4～5日に1回　❹ 6日に1回以下

(2) 睡眠時間は、平均して□時間／日

(3) 平日の夜、寝る時刻は、平均して□時□分

(4) テレビを見たり、ゲームをしたりする時間は、1日平均して約□時間

(5) 朝食は、　❶ 毎日食べる　❷ 時々食べない　❸ 食べない

❷運動について

(1) 家庭で続けている運動はありますか。　❶ はい　❷ いいえ
(例：なわとび　ウォーキングなど)
(1)で(❶はい)と答えた方へ
① 運動名□
② 上記の運動をする頻度は
❶ 毎日する　❷ 1週間に5～6回　❸ 1週間に3～4回　❹ 1週間に2回以下

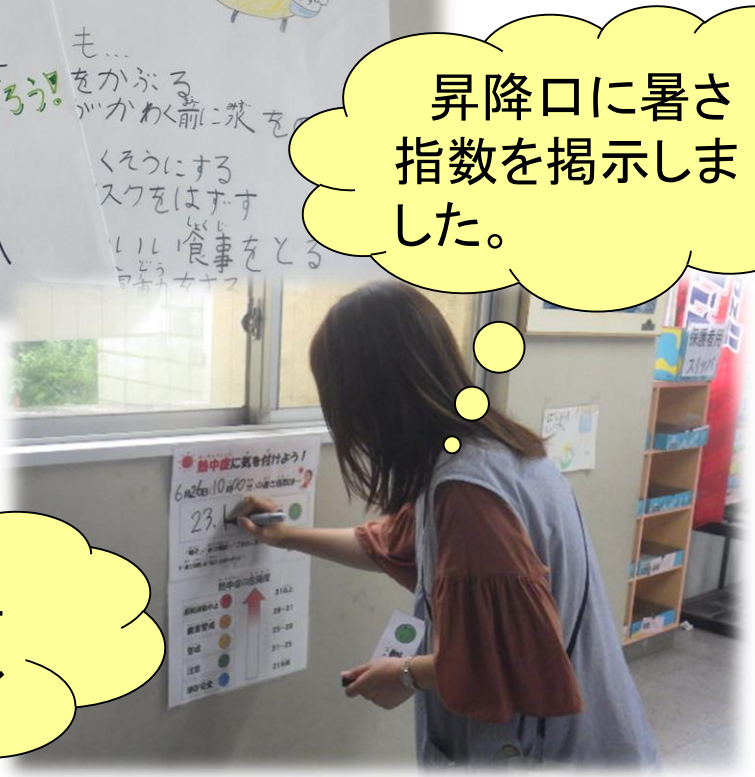
(2) 習い事で何かスポーツを行っていますか。　❶ はい　❷ いいえ
(2)で(❶はい)と答えた方へ
① スポーツ名□
② 上記のスポーツをする頻度は
❶ 毎日する　❷ 1週間に5～6回　❸ 1週間に3～4回　❹ 1週間に2回以下

保健委員会の活動

・熱中症対策（暑さ指数の測定，校内放送，ポスター作り）

暑さ指数を
確認中！

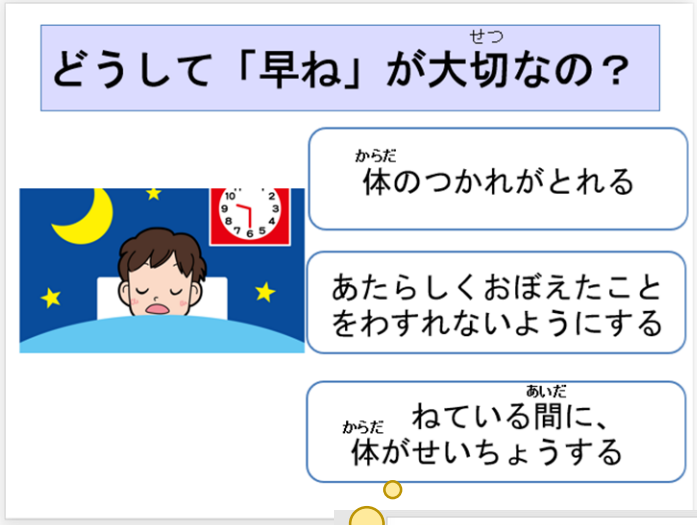
業間と給食時に
暑さ指数を放送し
ました。



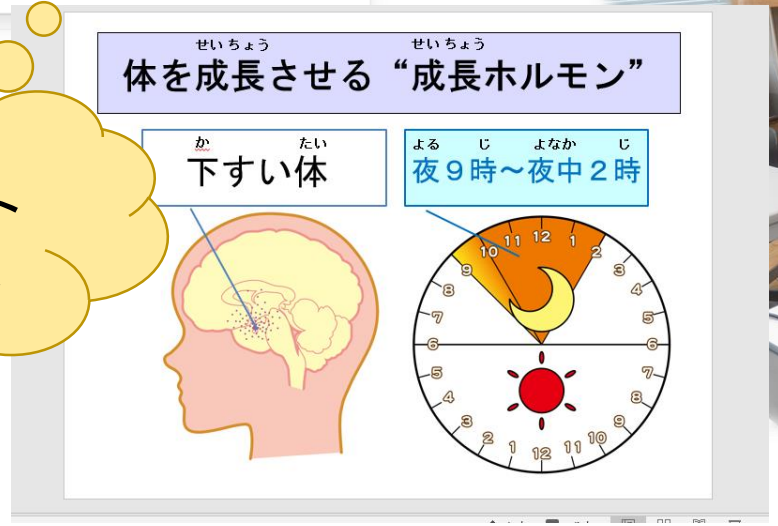
昇降口に暑さ
指数を掲示しま
した。

保健委員会の活動

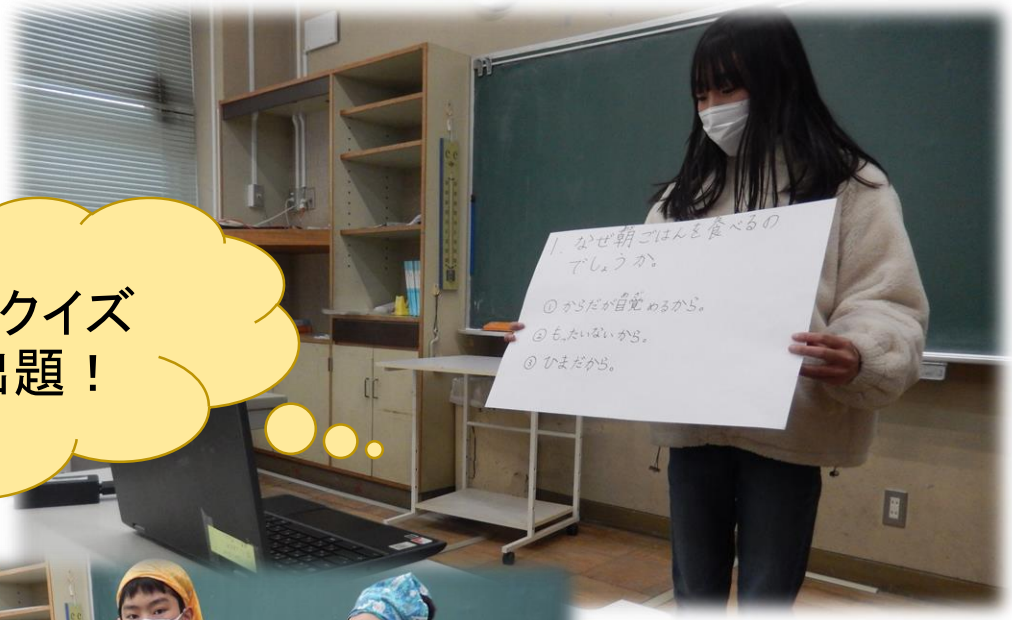
・「早寝早起き朝ごはん」啓発

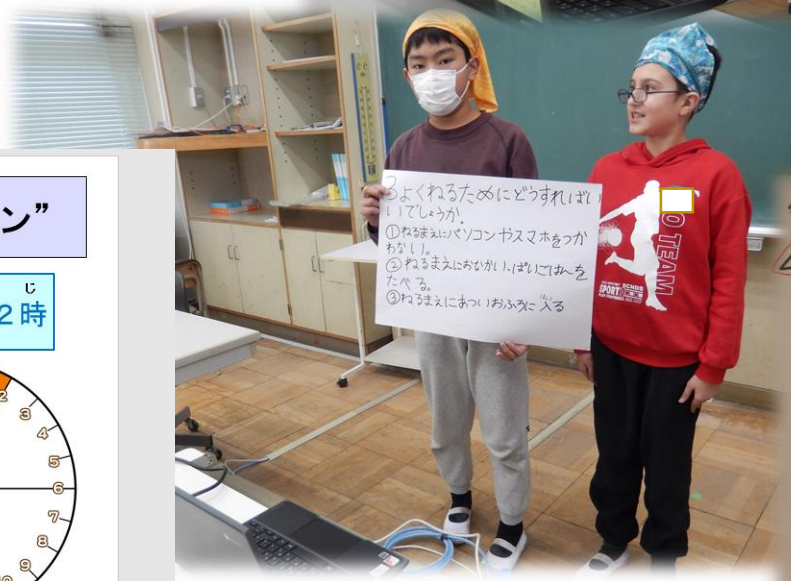


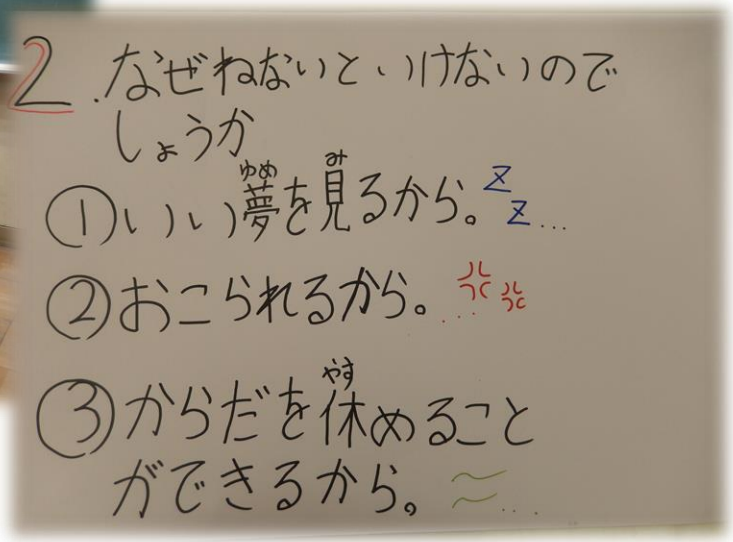
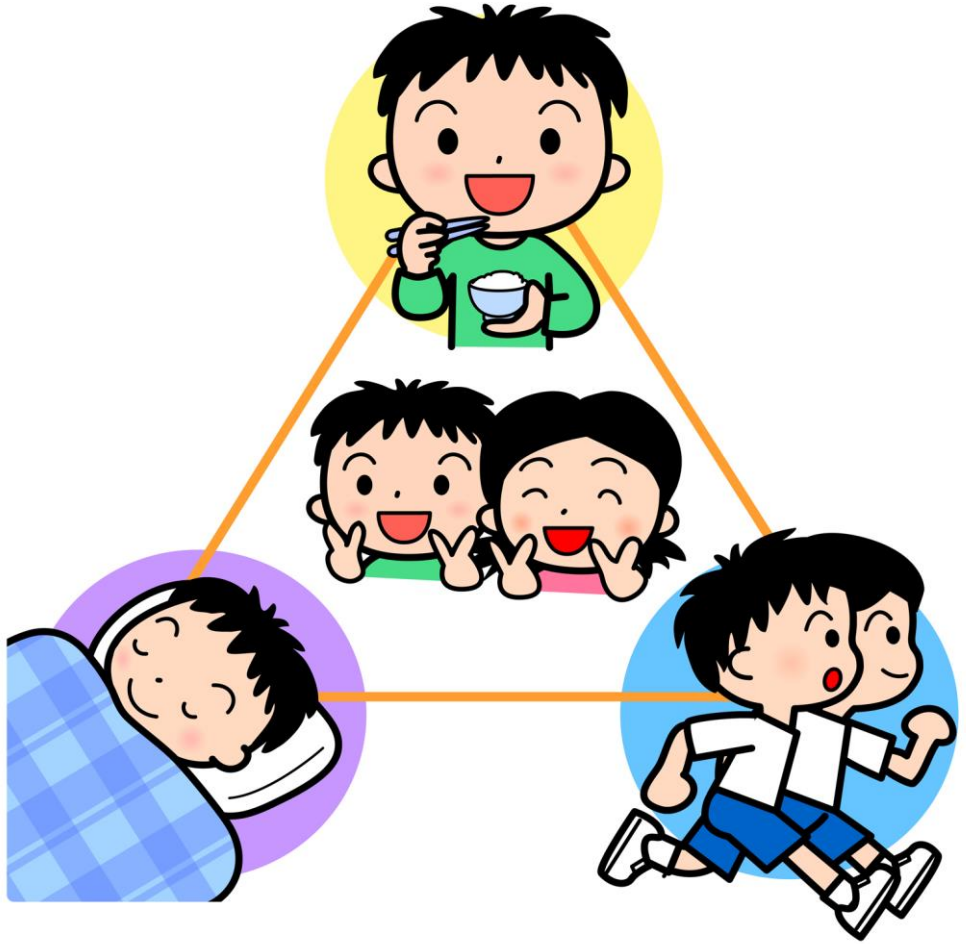
パワーポイント
を使って発表



自分たちでクイズ
を考えて出題！







今後とも，学校保健活動へのご協力をいただきますよう
よろしくお願いいたします。