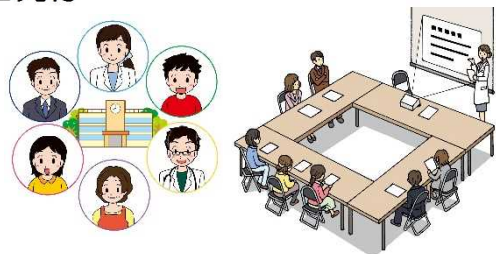


ほけんだより

学校保健給食委員会号



11月20日（金）に予定しておりました、学校保健給食委員会は、11月号ほけんだよりでお知らせしたとおり、新型コロナウイルス感染防止のため今年度は中止とさせていただきます。本資料をもって、開催にかえさせていただきます。よろしくお願いします。

学校保健について

1 身長

	1年	2年	3年	4年	5年	6年
男子	115.4	120.6	126.8	136.5	140.3	146.3
女子	116.9	124.5	128.1	135.5	140.8	146.2

2 体重

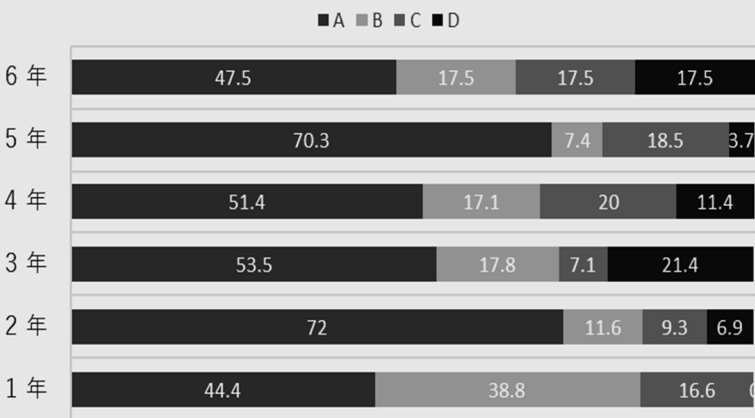
	1年	2年	3年	4年	5年	6年
男子	20.7	23.0	24.8	34.3	34.4	40.3
女子	21.3	24.6	29.2	31.6	38.8	39.2

※5月の身体計測の結果より

例年4月測定の際・全国平均と比較しているが今回、休校の関係で比較できないため本校の数値のみ記載。

3 視力

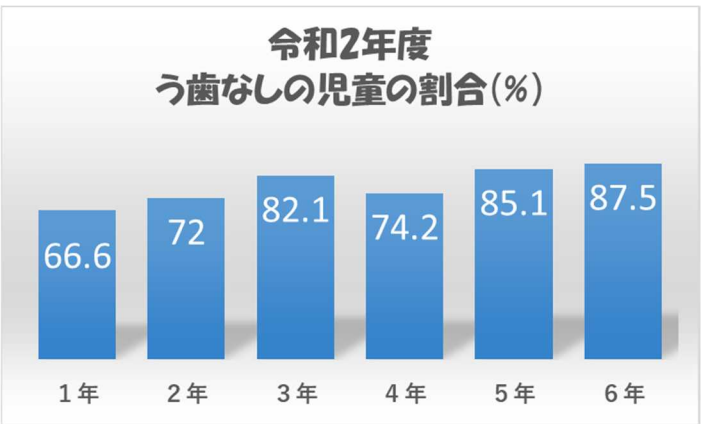
学年別 5月視力検査の結果（％）



休校が明けてから、全体的に、視力の低下が見られています。低学年の児童においても、B以下（0.9以下）になる割合が増えています。

家で過ごす時間が増えた分、タブレットやスマートフォン・ゲーム等を使用する頻度が高くなっていることが一因であると考えられます。

4 むし歯罹患状況（R2 9月の歯科検診の結果より）



むし歯のない健康な歯を持っている児童は全体の78%でした。

本校は、昨年度栃木県よい歯の優良学校コンクールにおいて、栃木県歯科医師会長賞及び、栃木県教育委員会教育長賞を受賞しました。引き続き、家庭と学校が連携して児童の口腔環境を守るために取り組んでまいりたいと思います。ご協力をお願いします。

新型コロナウイルスへの対応について

1 分散登校時の保健指導

5月の分散登校中、学校再開に備え、「守ろう！たわらっ子の健康」と題して、感染防止のための学校生活のルールを表した合言葉「たわらっこ」をもとに、保健指導を行いました。密を防止するため全体での指導は行うことができないため、各学年・学級を回りながら、発達段階にあった指導内容・方法で実施しました。



2 心と体のチェックカードの実施

「心と体のチェックカード」を実施し、コロナウイルスへの不安感や、臨時休校が明けての学校生活への不安感など児童が抱える思いの把握を行いました。アンケートの結果からは、「自分だけでなく、家族の誰かがかからないか心配。」「勉強が分からなくなるのが不安。」「習い事をしている子と勉強に差がでるのが心配。」などと答えた児童がいました。また、約40%近くの児童が夜なかなか眠れなかったり、突然起きてしまったりするという結果も出ました。

結果を受けて、教育相談週間を利用して個別に詳しく話を聞きながら、心配やイライラについてのケアを行いました。

3 健康・給食委員会の活動

新型コロナウイルスの流行によって新しくできた給食のきまりについて学校全体で守れるよう呼びかけを行う動画を作成したり、手作りのポスターを作成したりしました。



学校給食について

1 田原小学校の給食の現状 令和2年11月2日現在

- (1) 児童数 192名 教職員数等 22名
- (3) 給食時間 12:25～13:10(45分間)
- (5) 給食費 <月額> 低学年 4,300円 中学年 4,400円 高学年 4,500円

2 学校給食の内容

学校給食は、安全でおいしく、栄養のバランスがとれた食事作りを心掛けています。特に、カルシウムやビタミン類は、子供の1日の必要量の50～55%を給食で摂取できるようになっています。また、魚類・海藻類・緑黄色野菜・いも類など、多様な食品を取り入れた献立作りを心掛けています。



※これらの食品群は現代の食事では比較的とりにくく、特に子供が苦手とすることが多い食品群ですが、サラダやカレーの中に入れるなどして、積極的に献立に取り入れています。

今年度に関しては、コロナウイルス感染症防止の観点から個包装のものや、献立の品数を少なくするような対応を行っています。ただし、栄養価のバランスが崩れないように配慮を行っています。

3 献立について

- (1) 主食 ①ご飯 ○基本週4回
宇都宮産コシヒカリ米95%+押し麦5%の麦入りご飯
- ②パン・麺 ○基本週1,2回 そのうち麺類は月1回くらい
- (2) 牛乳 毎日200ml
- (3) 副食 ○おかず 煮物・汁物・焼き物・揚げ物・蒸し物・和え物
○くだもの、デザート
※低農薬野菜、添加物を抑えた食品、非遺伝子組み換えの食品を使用しています。
※地場産農作物(宇都宮産)をできるだけ取り入れるようにしています。

4 楽しい給食にするために

- (1) セレクト給食 前もって、2,3種類のおかずやデザートの中から選んでおきます。
- (2) 給食週間 ○郷土の特産物を取り入れた献立(かんぴょう, 鮎, やしお鮎, 苺, 梨など)
○外国の料理を取り入れた献立
(ラタトゥユ; フランス, メキシカンライス, メキシコ, ナムル, 韓国など)
- (3) おはなし給食 学校図書館にある本や、教科書にある物語の中の食材や食事を取り上げ、給食で提供し、食事を楽しむとともに文学に親しむ機会としています。

5 学校における食育について

お弁当の日の実施 12月1日(火)お弁当の日 ※田原地域学校園3校同一日

食事について親子で共に考える機会を創出し、子供たちの食への関心を高め、食を提供してくれる人々に対し感謝の気持ちをもつことをねらいとしています。

1年生保護者対象給食試食会(親子給食)

- (1) 日時 11月12日(木) 12:00～13:15
- (2) 内容 栄養士の話(給食の意義や食物アレルギーの現状等), 子供たちの様子の参観, 試食等
- (3) メニュー 麦入りごはん, セルフ二色丼, 根菜すまし汁, オレンジ, 牛乳

本校児童の体力の状況と重点指導内容について

本校の体力づくりの取り組みについて(今年度は投力!!)

本校児童の投力の実態…多くの学年で男女とも全国・県平均を下回っています。宇都宮市で毎年行われている調査の「ドッジボールを10m投げることができる。」の達成状況は、ここ数年、全校児童で**4割程度**の児童のみの達成となっています。特に、**女子の達成率が低く、3割に到達していない**という現状です。



【運動委員会による投力向上プログラムの実施】

○運動委員会の児童が投力向上のための教具を作成し、プログラムを考え、毎週火曜日・木曜日のたわらの時間に体育館で実施しています。

※新型コロナウイルス感染症予防のため、火曜日(1年～3年)木曜日(4年～6年)に実施しています。

〈投力向上プログラム流れ〉

- 1 バトンを使った教具を使って基本的な投動作のフォームの習得を目指す。
- 2 的あて型の教具を使って、投げる楽しさを味わいながら投動作に親しむ。

