



戸祭小学校
保健室
令和5年2月号

冬休みが終わったと思ったら、あっという間に2月。卒業や進級に向け、過ぎた時間を振り返りながら、新しい季節への思いがふくらむ時です。1日1日を大切に過ごしましょう。



2月の目標

うがい手あらいをしよう



は ゆうりょうがっこう にゆうせん
よい歯の優良学校コンクール 入選



「よい歯の優良学校コンクール」とは、歯と口腔の衛生に努めている学校に送られる賞です。戸祭小は、今までも歯に関してたくさんの表彰を受けています。むし歯がある児童が少なく、きれいな歯の児童がとても多いです。給食後の一斉での歯みがきはコロナの影響で中止し、個別での歯みがきになっていますが、きっとお家で朝晩しっかりと歯を磨いているのではないかと思います。春休みにはまた歯と口の健康週間のポスター・標語・作文の募集をしますので、ぜひ応募してください。



花粉症の予防には

花粉症の原因になるスギ花粉は、地域によっては1月から飛んでいます。予防のためには、少しでも花粉を体の中に入れないことが大切です。早い時期から準備をしましょう。

外出時の服装



外から帰ったら



学校保健安全委員会・給食委員会

年に一度、学校保健・体育・安全・給食について、学校医・学校歯科医・学校薬剤師・PTA代表・本校関係職員が集まり協議を行う場合があります。今年度は、新型コロナウイルス感染症が流行しているため、書面での開催となりました。資料の一部をご紹介しますと思います。

性 別		男 子						女 子						計
学 年		1年	2年	3年	4年	5年	6年	1年	2年	3年	4年	5年	6年	
在籍者数(人)		38	56	54	55	51	74	48	50	54	54	45	43	622
身 長 (cm)	本 校	116.4	123.1	128.3	133.5	139.1	146.8	114.7	121.3	126.4	133.8	140.7	148.0	
	全 国	116.7	122.6	128.3	133.8	139.3	145.9	115.8	121.8	127.6	134.1	140.9	147.3	
	(比較 土)	-0.3	0.5	-	-0.3	-0.2	0.9	-1.1	-0.5	-1.2	-0.3	-0.2	0.7	
体 重 (kg)	本 校	21.0	23.9	28.7	30.4	35.4	41.1	19.7	23.4	25.8	30.8	36.1	41.9	
	全 国	21.7	24.5	27.7	31.3	35.1	39.6	21.2	23.9	27.0	30.6	35.0	39.8	
	(比較 土)	-0.7	-0.6	1.0	-0.9	0.3	1.5	-1.5	-0.5	-1.2	0.2	1.1	2.1	
肥満傾向	本 校(人)	3	2	8	4	10	11	-	3	3	7	7	10	68
(肥満度 20%以上)	本 校(%)	7.89	3.57	14.81	7.27	19.61	14.86	-	6.00	5.56	12.96	15.56	23.26	10.93
	全 国(%)	5.25	7.61	9.75	12.03	12.58	12.48	5.15	6.87	8.34	8.24	9.26	9.42	
	栃木県(%)	5.85	7.80	10.67	12.67	13.10	12.48	5.18	7.45	9.61	11.23	10.79	11.42	

●体格については、高学年になるにつれて肥満傾向の児童の割合が高い。高度肥満の児童も6名いる。内科検診の際に学校医には成長曲線を確認してもらい、保護者に病院受診依頼や食生活等についての通知を出しているが、なかなか改善するのは難しい。肥満傾向児(肥満度20%以上)の出現率は、昨年度の本校の結果と比較すると、全校で2.57%増の10.93%であった。これらのことを踏まえ、今年度は保健委員会で肥満についての活動を試みてみた。

【肥満予防について児童保健委員会での取組】

★甘い飲み物にはどのくらいの砂糖が含まれているのかな？

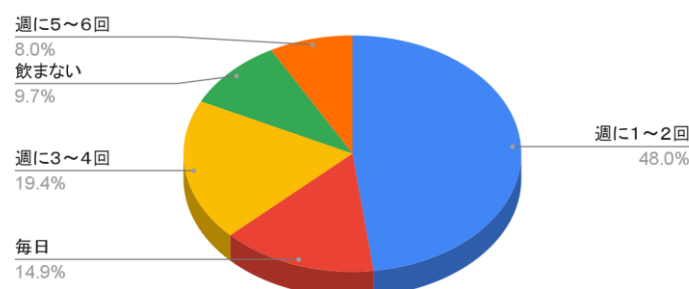
5年生の保健委員は、よく飲んでいる飲み物のペットボトルを1本ずつ持ってきて、ラベルに書いてある成分表示を見ながら、砂糖の量を調べました。そして、ペットボトルの中に実際に入っている量の砂糖を詰め、保健室前に掲示し、みんなに砂糖の量を実感してもらいました。



★アンケートを取って、実態調査をしてみよう！

6年生の保健委員がタブレットを使ってアンケートを作成し、5・6年生(男子103名 女子72名)に飲み物アンケートを実施しました。

あなたは甘い飲み物(ジュースや炭酸飲料など)を1週間にどれくらい飲みますか？



好きな飲み物は、やはり甘い炭酸飲料や果汁入りのジュースと答えた人が多くいました。1週間にどのくらい飲むかの質問には、週に1～2回が最も多かったですが、毎日飲む人も14.9%と思った以上に多くいました。