

令和3年度

学校保健委員会

(書面開催)

R3. 7. 1

規律ある安心・安全な学級を基盤とした
児童一人一人が生き生きと学ぶ学年



土浦市立右籾小学校

一人一人が輝く活力ある学校づくりを目指して

我が国は、グローバル化の進展をはじめ、技術革新の飛躍的な進化など、変化の時代を迎えています。そして、今般のコロナ禍により、国内外の情勢は大きく様変わりし、誰もが経験したことのない状況が続いています。私たちは「新しい生活様式」に適応しつつ、安心・安全な日常生活を取り戻す努力を続けていかなければならないと思います。

このような時代において、子供たちがたくましく、よりよく生きる力を身に付けるため、学校教育に寄せられる期待はますます大きくなっています。変化に向き合い、他者と協働して課題を解決していく力、学び得た知見や経験から新たな価値を創造する力など、「持続可能な社会の担い手」として、我々を取り巻く多様な変化に、柔軟に対応できる力を持った「人材」の育成が求められます。

そのような中、茨城県教育委員会が策定した学校教育指導方針の「健やかな体を育む教育の充実」においては、「明るく豊かで活力のある生活を営む態度の育成を目指し、生涯にわたる豊かなスポーツライフ及び健康の保持増進の基礎を培う学校体育・学校健康教育を推進する」との目標が掲げられています。

この目標を受けて、右廻小学校でも、子供たちが健康で安全な学校生活を送るために、学校における健康について研究協議し、健康作りを推進し、様々な課題に適切に対応したいと思います。そして、今後も、学校・家庭・地域が一体となって、学校保健委員会等の組織を活性化し、子供たち一人一人が輝く活力ある学校づくりを目指して参ります。

学校長 中山 弘

保護者の皆様

例年、本校では年に２度、学校保健委員会を行って参りました。
ですが、昨年度より新型コロナウイルス感染症の影響により開催
することができなくなりました。

そこで、今年度はせめて、お子様の健康面について書面にてお
伝えしたくこのような形で開催させていただきました。

お子様の心身ともに健やかな成長をご覧いただけたら幸いです。

右糸小 保健室

目 次

(１) 定期健康診断結果	・・・	1
(２) 体力について	・・・	3
(３) 栄養指導・給食について	・・・	5
(４) 生徒指導・生活指導	・・・	7
(５) 指導・助言	・・・	9

（１）定期健康診断の結果について

令和３年度 本校児童の健康の実態

（定期健康診断の結果から）

１ 体位の平均（県・市平均との比較）

- ◎ 県・市を上回っている
○ 県・市いずれかを上回っている

○ 男子

	身長			体重		
	右籾小	土浦市	県	右籾小	土浦市	県
１年	117.0 ○	118	116.3	23.3 ◎	22.4	21.6
２年	123.6 ○	123.8	122.3	24.5 ○	25.9	24.3
３年	128.4	129.7	128.6	28.6 ○	29.7	28.1
４年	134.8 ○	135	133.5	30.7	33.6	31.1
５年	140.3 ○	140.4	138.8	35.9 ○	37.3	34.6
６年	145.3	147.4	145.6	40.8 ○	42.8	39.9

○ 女子

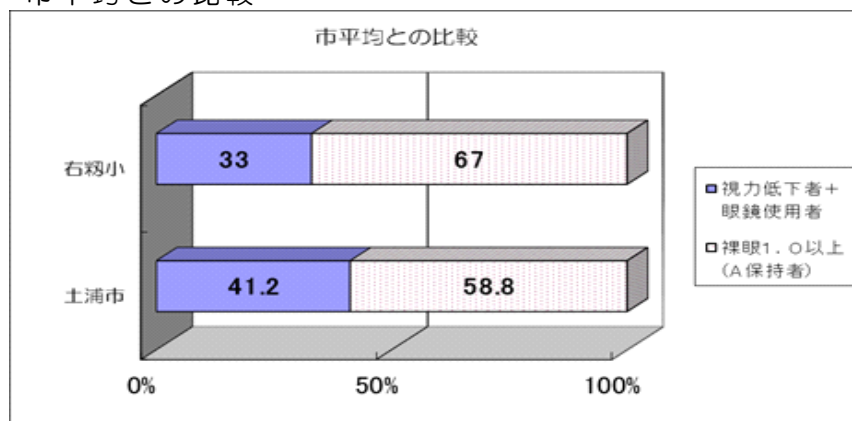
	身長			体重		
	右籾小	土浦市	県	右籾小	土浦市	県
１年	116.1 ○	116.5	115.6	21.5 ○	22.0	21.2
２年	121.2	123.2	121.4	23.0	25.2	23.7
３年	128.8 ○	129.3	127.3	27.9 ○	28.7	26.8
４年	135.0 ○	135.5	133.8	28.6	32.7	30.5
５年	142.0 ◎	141.5	140.2	38.1 ◎	36.1	34.6
６年	147.8 ○	147.9	147.4	40.9 ○	41.1	40.5

（※市、県の値は令和元年度のもの）

全体的に県または市の平均を上回っている。やや平均以下の学年もみられるが、さほどの差は無く、それぞれの学年において、健やかな成長がみられていると考えられる。

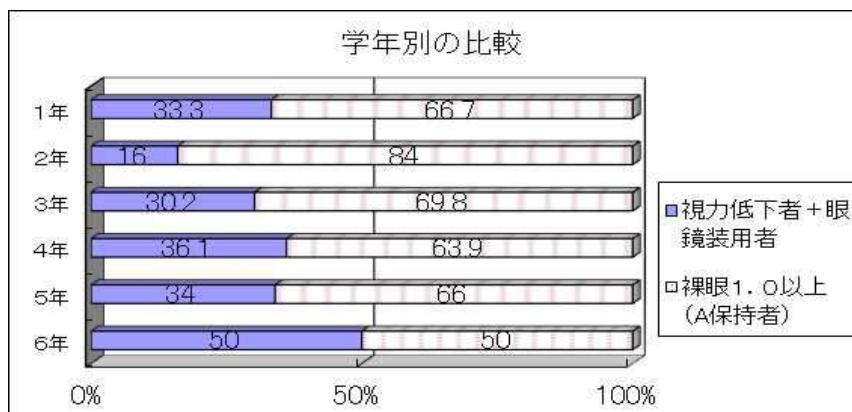
２ 視力検査結果

・市平均との比較



右籾小では、裸眼視力 1.0 を保持している児童の割合が、全体の 67% であり、市の結果より良好であった。

・学年別の比較



全体的に裸眼 1.0 を保持している児童が多く、良好な結果だった。だが、学年別でみると、高学年になると、特に 6 年生においては半数以上の者に、視力低下や眼鏡使用者がみられた。

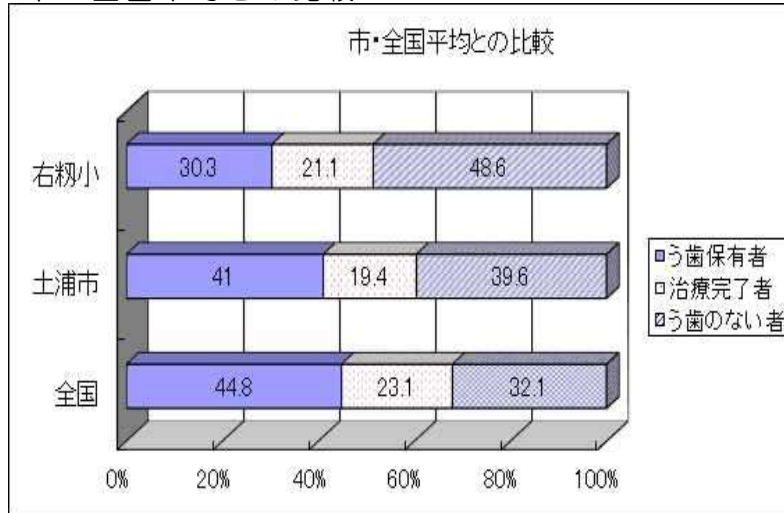
（具体的な施策）
○ 継続した

- ・姿勢指導
- ・年 2 回の視力測定（次回は 10 月頃）
- ・教室の照度検査
- ・目に関する保健指導

等を実施していく。

3 歯科検診結果

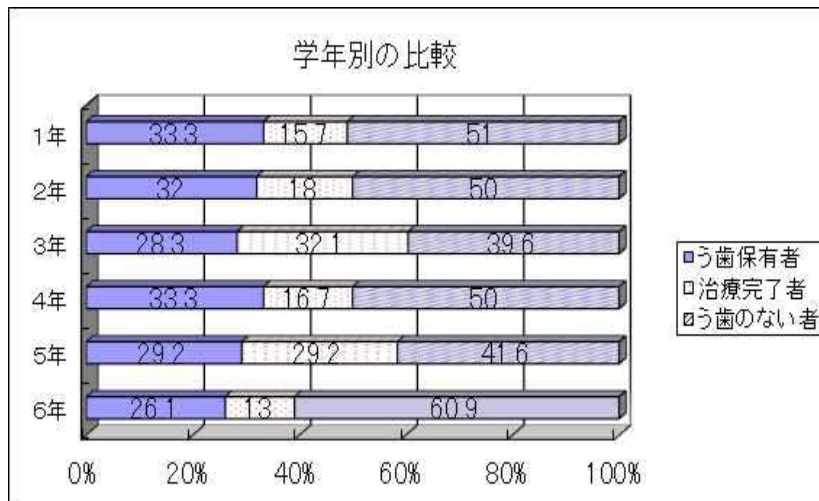
・市・全国平均との比較



本年度の結果では、ほぼ半数の児童がう歯のない状態で大変良い傾向である。

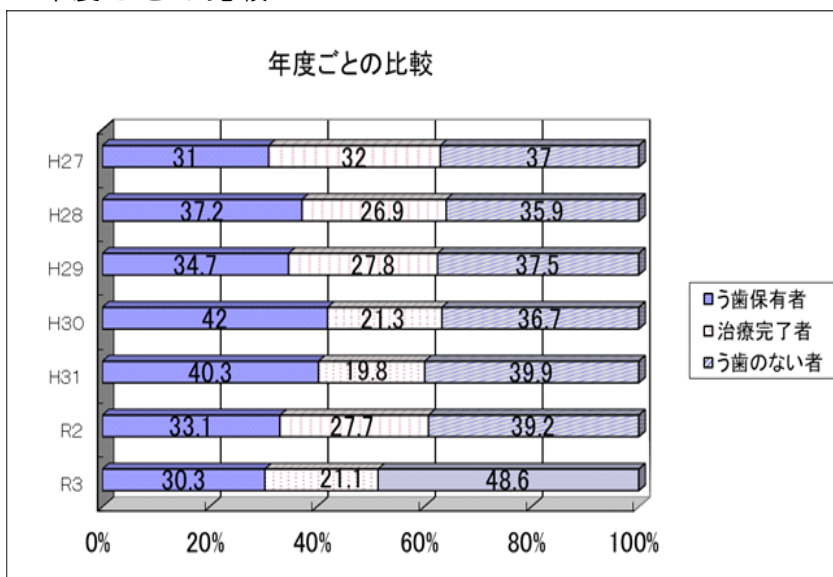
市や全国と比較しても、市や全国では、30%台であるのに対し、本校では48.6%の児童がう歯なしであった。

・学年別の比較



う歯についてみると、生え替わりがほぼ完了しつつある6年生においては、少なくなっている。6年生では60%の児童がう歯なしであった。また、今年度は各学年ほぼ40%～50%と高い割合でう歯なしの結果であった。

・年度ごとの比較



う歯なしの児童の割合が、今年度は48.6%と例年になく良い結果であった。う歯保有率が高く、このままでは、う歯保有率が高くなるが、保護者の協力により改善傾向がみられ、引き続き良い傾向を維持していきたい。

(具体的な施策)

- ・給食後の歯みがきの励行
- ・歯垢染め出しテスト

- ・児童保健委員会活動による啓発等を実施していく。

(2) 体力について

右 羽 小 学 校 体 育 部

1 一昨年度の体力テスト（6月）の結果

県平均値(H30)と本校平均値(H31)の比較※県平均を50として 50以上◎ 45以上50未満○ 45未満△									
	得点 合計	握力	上体 起こし	長座 体前屈	反復 横とび	シャトル ラン	50m 走	立ち幅 とび	ボール 投げ
1年男子	○	○	○	◎	△	○	◎	○	○
2年男子	○	◎	○	△	○	△	◎	○	○
3年男子	△	△	△	○	△	△	○	○	△
4年男子	○	○	○	△	△	△	△	◎	△
5年男子	○	◎	○	◎	◎	○	○	○	○
6年男子	◎	○	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎
1年女子	△	△	○	○	△	○	○	○	△
2年女子	○	○	○	△	○	○	◎	○	○
3年女子	△	△	○	△	△	△	○	○	△
4年女子	○	○	◎	△	○	○	○	◎	○
5年女子	○	○	○	◎	○	△	△	○	△
6年女子	○	○	◎	○	△	○	◎	◎	○

一昨年度、ボール投げ、シャトルラン、反復横跳びの各種目で県平均を下回った。シャトルランは数値が向上しているものの、まだ県平均を下回っている学年が多い。主運動の前の準備運動で補強運動を行ってきているが、他にも5分間走など持久力を高める運動を年間通して行っていく必要がある。また、準備運動で行う運動については、体力テストの結果を受けて、毎年運動内容を精査、吟味していくことが必要である。

2 体力テスト3年間の結果の分析

総合評価 平成29年度 本校	A	B	C	D	E
	24.6%	28.5%	25%	15%	6.8%
	A+B			D+E	
	53.1%			21.8%	
	(A+B)-(D+E)=53.1-21.8=31.3				
総合評価 平成30年度 本校	A	B	C	D	E
	17.7%	29.5%	26.6%	18.8%	7.1%
	A+B			D+E	
	47.2%			25.9%	
	(A+B)-(D+E)=47.2-25.9=21.3				
総合評価 平成31年度 本校	A	B	C	D	E
	15.1%	28.3%	27.5%	19.6%	9.5%
	A+B			D+E	
	43.4%			29.1%	
	(A+B)-(D+E)=43.4-29.1=14.3				

※令和2年度は未実施

本年度は、体力テストを実施した。その場限りのテストにならないよう、児童が自らの体力と体の成長を知り、目標をもって体力向上に取り組める工夫を取り入れた。得点表や記録用紙を配付し、目標数値を明確に設定しながらしながら運動にとりくみ、運動のこつを互いに伝え合ったり、励まし合ったりしながら運動に取り組んだ。2年前に比べて体が大きく成長し、記録を伸ばした児童も多いため、高い意欲をもって実施することができた。結果の分析をもとに、学校全体で実施する体力アッププランを考え、補助運動を精査することが必要である。

3 コロナ禍における体育学習

運動会や水泳学習が中止になったことを受け、年間計画を見直した。また、接触の少ない運動を取り入れ、道具を共有する場合には消毒を行うなど感染対策を行った。自らの技能向上が分かるワークシートを使用したり、児童同士の伝え合いの場面を設けたりした。今後も新型コロナウイルス感染症対策ガイドラインをもとに、状況に応じて対策をとりながら授業を展開することが必要である。

4 体力を向上させるために

(1) 運動に親しめる環境づくり

ロング昼休みを活用し、クラス遊び、全校外遊び、縦割り遊びで外遊びを実施した。多くの運動遊びを経験し、他学年との交流を楽しみながら運動に親しむ機会を確保した。また、南部グラウンドと芝生グラウンドを活用し、クラス遊びにおける年間の使用計画を作成したことで、学級ごとに計画的に遊ぶ内容を考えることができた。

また、これまで3学期に行っていたなわとび検定を年間を通して行った。各学年月1回、体育の時間に検定日を設け、なわとび強化月間には、体育委員が検定員となり、休み時間に低学年のなわとび検定を行った。年間を通した取り組みは、放課後の外遊びが減った児童にとって効果的だった。

(2) 本年度の体育的行事予定

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
		体力テスト		夏季休業	体育的行事		持久走記録会				
							なわとび検定				→

(2) 本年度の体育的行事予定

(3) その他

夏芝の期間、芝生グラウンドでの裸足遊びの推奨を行っている。運動能力を高め、大きなけがを負わなくなるだけでなく、足裏のツボが刺激され、健康になると言われている。安全確保のために、職員がグラウンド内の衛生面や危険物の点検を行っている。

(3) 栄養指導・給食について

〈栄養指導・給食について〉

(1) 給食指導

① 食に関する指導の目標

- ・ 食事の重要性，食事の喜び，美しさを理解させる。〈食事の重要性〉
- ・ 心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事のとり方を理解させ，自ら管理していく能力を身に付けさせる。〈心身の健康〉
- ・ 正しい知識・情報に基づいて，食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させる。〈食品を選択する能力〉
- ・ 食物を大事にし，食物の生産等にかかわる人々へ感謝する心をもたせる。〈感謝の心〉
- ・ 食生活のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付けさせる。〈社会性〉
- ・ 各地域の産物，食文化や食に関わる歴史等を理解させ，尊重する心をもたせる。〈食文化〉

② 給食当番チェック表の活用

- ・ 下痢をしていない。
- ・ 発熱，腹痛，吐き気がない。
- ・ 白衣，帽子，マスクを身に付けた。
- ・ 手洗いをきちんとし，消毒した。

③ 給食の残食を少なくするための取り組み

- ・ 食べる時間を確保する。
- ・ 黙食タイムを設定する。(コロナ禍においては常時黙食)

(2) 食に関する指導

① 給食メッセージ

- ・ 毎日，給食委員会の児童が，給食時に，献立やその意味，食品の働き，食材の由来などの給食メッセージを放送することで，食に対する興味，関心を高めながら，健康な体をつくるためには好き嫌いなく何でも食べることが大切であることを知らせる。

② 栄養士・栄養教諭による食に関する指導

- | | |
|-----|----------------------|
| 1年生 | 「あさごはんではげんきいっぱい」 |
| 2年生 | 「やさいのひみつをしろ」 |
| 3年生 | 「朝ごはんでは3つのスイッチをいれよう」 |
| 4年生 | 「おやつのとり方を考えよう」 |
| 5年生 | 「朝ごはんは学力の関係を知ろう」 |
| 6年生 | 「生活習慣病の予防をしよう」 |

③ 学級担任による食に関する指導

- ・ 地産地消強化月間中の「いばらきを食べよう week」に食材，産地や栄養，特産物の紹介等の食に関する指導を行う。

(3) 学校給食における食物アレルギーのある児童への対応

① 学校生活管理指導票（アレルギー疾患用）、個別支援プランの活用

② 教職員間の情報共有の徹底

(4) コロナ禍の給食対応

① 給食の準備

- ・ 全員の消毒手洗いと当番チェックを受けた児童の配膳
- ・ 少人数で間隔を取って並ぶ
- ・ 自分の分は自分で作る。当番も自分で準備する。

② 喫食中

- ・ 「いただきます」のあいさつでマスクを外し黙って食事をする。
- ・ 盛り付けた後からは減らせないので、少量にして配膳し後から増やす。
- ・ 食事がすんだら素早くマスクをし静かに待つ。
- ・ お代わりをするときには担任が配膳し、マスクをして取りに来る。

③ 給食の片づけ

- ・ マスクを着用し静かに片付ける。
- ・ 片付けは当番から行い、片付けの仕事をを行う。
- ・ 食べ終わった児童から間隔を取ってに片付ける。
- ・ 食べ残しはできるだけ自分で食缶に落とす。
- ・ 歯磨きは口を閉じて歯ブラシを動かし飛沫が飛ばないように気を付ける。

(4) 生徒指導・生活指導について

「あたり前のことをあたり前にできる児童」を目指して

- 友達、先生、地域の方、お客様に気持ちのよいあいさつのできる児童
- きまり(交通ルール、学校のきまり)を守ることのできる児童
 - ・名札をつける。
 - ・帰宅時刻を守る。(2～10月 5:00, 11～1月 4:00)
 - ・持ち物について(「学校生活のきまり」上の記載と判断)

(例)ゲーム的な鉛筆・消しゴム・キャップ、テープのり、練り消しゴム
香り付き文房具は持ってこない。華美な文房具や連絡帳は使用しない。

※明記されていないことについて、よりよい判断ができるようにしていきたい。

- 安全に気を付けて生活できる児童(前年度からの継続)
 - (校内で)・静かな廊下・昇降口、無言清掃
 - ・休み時間の過ごし方(集中と解放)
 - (校外で)・登下校の歩き方
 - ・自転車の乗り方(ヘルメット着用の推進)
- 学校に置き傘を置く習慣を
 - ・雨のときは、きちんと傘をさして安全に歩く。
 - ※換えの靴やビニール袋を持ってくるような準備ができるようにしたい。

前年度までの課題

- 登下校の歩き方 … 縦一列に並んで歩けない。道に広がって歩いている。
手立て → 他(の)班へ行ったり並列になったりして話をしている。
下校後の交通指導の実施、班長・副班長への指導。
- 掃除の仕方 … 掃除の時間におしゃべりが多い。掃除に集中できない。
手立て → 掃除の音楽を流さずに、無言で掃除をする。

元気なあいさつや返事、昇降口までは静かにする、昇降口からは静かにするなど、今年度も年間を通して守っていきけるように指導しています。特に、休み時間に移動するときは静かに歩行することや昇降口では騒がしくしない等、全職員で指導しています。また、今年度も無言清掃を励行しています。無言で清掃に取り組むことで、集中力と、ものへの感謝の心が身に付くように指導していきたいと思

【マナーアップ目標】

4月	気持ちのよいあいさつ	う
5月	たてわり班のルール	う
6月	まちがえのない返事	う
7月	友だちのようき	う
9月	「おはよう」	う
10月	使ったものを片づける	う
11月	こまごまとした	う
12月	人の話を聞く	う
1月	相手の気持ちを	う
2月	友だちと	う
3月	「ありがとう」	う

月目標・マナーアップ目標 達成度調査結果

4月

A—よくできた B—まあまあできた C—あまりできなかった D—まったくできなかった（％）

目標	進んであいさつをしよう						気持ちのよいあいさつをしよう					
学年	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
A		58	62	33	30	77		52	88	24	20	66
B		40	37	58	56	27		44	38	64	68	36
C		2	2	12	12	0		4	2	9	8	2
D		0	0	0	0	0		0	0	3	4	0

- あいさつについては、自己評価の結果と比べて、それほどまでに元気なあいさつが聞こえてはこないように思います。また、Cの評価の子が気になります。廊下や階段ですれ違ったときに会釈をする習慣も身に付くように継続して指導していきたいと思います。
- 元気な声であいさつをすることに加えて、あいさつする方もされる方も気持ちのよいあいさつが交わせるといいと思います。

通信機器等に関するアンケート調査より（5月に実施）

【質問内容】

- あなたが、インターネット接続機器（携帯電話、キッズ携帯、スマートフォン、タブレット、ゲーム機器、パソコンなど）を使うときに、家庭でのルールがありますか。（例：使う場所、使う時間、使う目的、通信する相手など）
- あなたは、自分用のインターネット接続機器（携帯電話、キッズ携帯、スマートフォン、タブレット、ゲーム機器、パソコンなど）を持っていますか。（学校の端末は除く。）
- 2で「持っている」と答えた人への質問です。
あなたは、自分用の携帯電話、キッズ携帯、スマートフォンを持っていますか。

「質問内容1」について、あると答えた児童。

4年生 86％
5年生 86％
6年生 85％

「質問内容2」について、持っていると答えた児童。

4年生 83％
5年生 86％
6年生 90％

「質問内容3」について、持っていると答えた児童。

4年生 53％
5年生 53％
6年生 63％

(5) 指導・助言

学校医 鈴木先生（鈴木胃腸科クリニック）より、学校保健委員会に寄せるお言葉をいただきました。

昨今の食中毒について

皆さんこんにちは。学校医の鈴木有二です。昨今から続くコロナ禍で、学校保健委員会はまたも中止になってしまいました。本来であれば皆様のお役に立てるお話をすることになっていましたが、今回は食中毒について最近特に気を付けていただきたいことを書かせていただきます。

厚生労働省の食中毒の項を参考にしています。ぜひ目を通してみてください。コロナウイルス感染の影響でテイクアウトやデリバリーサービスを利用することがあると思いますが、お店側に対しての注意がまず記されています。

利用する側としてはわからない部分も多いですが、受け取ってから食べるまでの間は皆さんの注意が必要です。特に最近思うのはサラダ類やヘルシーな食材として人気の鳥のささ身やローストビーフなど十分に加熱されているか心配です。おうちでの調理でも中心まで75℃で1分の加熱を心がけてください。

食中毒予防の原則は原因菌を「つけない」、「ふやさない」、「やっつける」、そして原因ウイルスを「もちこまない」、「ひろげない」ことです。それを実践するための6つのポイントも書かれていますが、ここから先はぜひ皆さんがご自分で厚生労働省の食中毒の項を読んでみてください。

医療法人悠有会 鈴木クリニック 鈴木有二