

## 柵原中学校区

# 合同学校保健委員会便り

2010.12.22

## 学校保健委員会を、合同で開催しました!!

各校で単独開催している学校保健委員会を今年度は小中合同で開催し、柵原中学校区の子どもの健康実態・生活実態を知り、それぞれの立場から意見交流をして頂きました。

日時・場所 12月9日(木) 13:30~15:00

場所 柵原中学校 図書室

出席者

学校医・学校歯科医・学校薬剤師・柵原地区担当保健師・  
柵原地区担当栄養士・共同調理場栄養士

柵原西小から・・・教頭、保健主事、養護教諭、PTA学年委員

柵原東小から・・・教頭、保健主事、養護教諭、栄養士、PTA学級部長

柵原中から・・・校長、教頭、保健主事、養護教諭、PTA会長

## 報告の内容

### ○健康診断結果から

- ・肥満度からみると、小6男子、中1女子が肥満傾向にある割合が高い。
- ・視力では、1.0未満の子どもの割合は、全国平均小学校29.7%に対して校区は21.6%、中学校52.5%に対して46.3%と低い。
- ・むし歯の罹患率も、全国平均小学校61.8%、中学校52.9%に比べると低く、むし歯のない子どもが多い。しかし、治療率はあまりよくない。

### ○「生活についてのアンケート」結果から

- ・遅くまで起きている子どものうち、小学校ではテレビ・ゲームをしている割合が43.8%である。
- ・朝すっきり目覚められない子どもが小中平均で42%いる。
- ・毎日排便しているが、時間が不定期と答える子どもが多い。
- ・テレビ・パソコンの時間が2時間を超える子どもは、小学校36.3%、中学校52.6%いる。
- ・ゲームをする時間は、小学校13.5%、中学校21.3%だが、3時間を超える子どももいた。
- ・携帯電話は、中学校になると持っている子どもが増え、使用時間が1時間をこえる子どもが21.1%いる。
- ・小学校で、家に帰ってからの過ごし方は、やはりテレビ・ゲームが多いが、思っていたより「外遊びをする」と答えた子どもが多かった。
- ・中学校では、1週間に3日以上、「眠い」「横になりたい」と答えた子どもが多かった。どこにも○をつけていない子どもは、12.4%だった。

## 協議及び指導助言の内容

### ○健康診断の結果等から

- ・ 体育の時間しか運動しない子どももみられる。
- ・ 身体測定結果等のデータを出すことは必要だが、平均値 と比較して健康を考えるのではなく、先生方が日々触れ 合う中で子どもたちの健康状態はどうかをみるようにしてほしい。
- ・ むし歯をもつ子どもが少ないのはよいことだが、それだけで安心してはいけな。1 mgの歯垢の中に1億～10億個の細菌がいる。大切なのは、歯垢が落とせているかどうか。
- ・ むし歯予防のために、お茶でうがいがいいと聞いたことがある。インフルエンザの予防にも効果的。
- ・ 排便と1回の食事の量の関係は？→食べないと便は出ない。
- ・ 特に夜のテレビの見過ぎはよくない。またテレビまでの距離と部屋の明るさが重要。暗いと瞳孔が開くので目が疲れる。
- ・ ダニ検査をしているが、換気がとても大切である。換気しないところにアレルギーが多い。

### ○「生活についてのアンケート」結果から

- ・ 病院に、「元気がない」と相談に来る子どもが何人かいて気になる。
- ・ 自分が中学生だった時を振り返ると、反抗期の不満があったが、柵原地区の子どもたちには、思ったより「いらいらする」と答えた子どもが少ないと思った。それより、「眠い」の方が多い。
- ・ ゲームやテレビの時間も多し、姿勢も悪い。
- ・ 西小ではノーメディアに取り組んだ。
- ・ 子どもたちは一緒に遊んでいても会話がな。学力や視力は、メディアと関係がある。ノーメディアの取組は大切。
- ・ 子どもどうしのコミュニケーションをとらせるよい方法はないだろうか。
- ・ ゲームや携帯電話の約束を守らせる方法は？  
→ まず買わない。家庭でルールを決めて、守らなかったら使わせない。
- ・ 外遊びについては、安全面から大人が子どもたちに制限をかけているのではないか。学校で「なわとび」の楽しさを感じさせてやれば、家でもするのではないかと思う。スポ少・つり・スキーなど、楽しいことをゲーム以外の楽しさを経験させる。
- ・ 子どもたちは、子どもをとりまく環境により、楽しいものがあるばとびつく。もっと魅力的なものがあればそちらに向くのではないか。
- ・ 先回りして色々なものを除去することが本当に良いことなのか。危険を知らない、熱さを知らない子どもになるのではないか。
- ・ 一番大事なのは、親子の関わり。子どもの様子をよく見る必要がある。

子どもたちの健康や安全を守っていくためには、学校と家庭そして地域が協力して取り組んでいくことが何より大切だということが再確認できました。今後柵原中学校区全体で取り組めること、各学校で取り組むことなど具体策を立て実践につなげていきたいと思ひます。ご家庭での御協力も必要となりますが、よろしくお願ひします。

