

ほけんだより

8・9月

令和5年8月28日
志津川小学校保健室
第8号



※バックナンバーは、
本校ウェブページで
ご覧いただけます

なが なつやす お こども げんき こえ こうしゃ もど
長かった夏休みも終わって、子供たちの元気な声が校舎に戻ってきました。
なつやす ちゅう せいかつ もど つか かん こ
夏休み中の生活リズムが戻らず「疲れた」と感じるお子さんもいるかもしれませ
ん。そんなときこそ、「早寝早起朝ごはん」が大事です。朝ごはんは、毎日のエ
ネルギーの源になるので、しっかり食べて、2学期も元気に過ごせるようお声
掛けください。



ほけんもくひょう きそくただ せいかつ
8・9月保健目標 : 規則正しい生活をしよう



……保健室からの配付物とお願い……

① 「夏休みの健康生活調査」を配付しました。(全学年)

なつやす けんこうせいかつちょうさ はいふ ぜんがくねん
夏休み中のお子さんの健康状態について御記入いただき、9月2日(金)までに学級担任へ
ていしゆつ ねが ていしゆつ さい れんらくふうとう こりよう
提出をお願いいたします。提出の際には、連絡封筒を御利用ください。

② 「受診報告書」の提出

じゆしんほうこくしょ ていしゆつ
夏休み中に治療や検査をしたら、受診報告書の提出をお願いします。



③ 生活リズムチェック(3～6年)・ルルブルエコチャレンジシート(1・2年生のみ)

なつやす ちゅう とりく ねんせいじょう せいかつ ねんせい みやぎけんきょういくいいんかいしゆさい
夏休み中の取組みで、3年生以上は生活リズムチェック、1・2年生は宮城県教育委員会主催「ル
ルブル(しっかり寝ル・きちんと食ベル・よく遊ブ・健やかに伸びル)エコチャレンジシート」を配付
しました。取り組みが終わりましたら担任まで提出をお願いいたします。

★令和5年度学校保健委員会を開催しました

7月28日(金)に今年度1回目の学校保健委員会を開催しました。
学校医の先生方、PTA副会長、各学年委員長、本校職員が出席し、
児童の健康状態や健康課題、感染症予防、給食指導等について報告、
協議、情報交換を行い、学校医の先生方より御指導をいただきました。



<報告(一部抜粋)>

I 健康診断結果…①1学期の身体計測の結果から、身長は1年男子・4年生女子が県や全国平均を大きく上回っている。体重は、多くの学年が、県や全国平均を大きく上回っているが、特に3・4年生女子が大きく上回っている。体力向上と肥満解消に向けた取組のひとつとして、体育科を中心に、たてわり活動や体育の時間、外遊び、水泳学習等、工夫しながら行っている最中である。

②昨年度より、視力低下が若干良くなってきている。

③児童の8割以上が健全歯のみで、治療済みも含めると9割以上がう歯を所有しておらず、口腔の健康に対する家庭の意識の高さを感じられた。

今後学校歯科医 阿部先生の御指導の下、予防に力を入れていきたい。

「全国小学生歯みがき大会」に参加し、う歯予防の意識が高まった。

III 給食指導…コロナ以前の給食風景に戻っている、栄養教諭や各学級担任と連携した食育の推進を図っている。

<指導助言>

学校医：本田先生より

時代が違ってきて、コロナ蔓延から運動をする環境の減少、食べ物の充実、メディアの普及もあり肥満につながっている。予防対策が大事である。メディアコントロールは良い取組。最近歩きスマホも多いので、みんなで考えていかなければならない。これらを改善するためには、家庭の協力が不可欠である。平年より高い温度のため、熱中症に気を付けてほしい。

学校歯科医：阿部先生より

志津川小学校の子どもたちは以前に比べ、むし歯は減っている。家庭でも頑張っていて、意識が高くなっていることの表れだと思う。できてしまったむし歯は夏休み中に治療をしてほしい。全国小学生歯みがき大会は、是非今後も参加して、口の中に興味をもってほしい。

学校薬剤師：小坂先生より

コロナが5類になり、世の中の意識も変わってきて、緩くなってきている。家族間に広まっている傾向にあるため、まだまだ予防は必要である。水質検査は、問題なしである。



がっ ほけんぎょうじ
～8月の保健行事～



8月29日(火) 身体計測(身長・体重) 全学年実施します。

・計測結果は、「健康の記録」でお知らせします。