

# 学校保健委員会だより



平井中学校 健康保健部

2月14日(金)に、第2回学校保健委員会(参加者21名)が行われました。参加者のみなさんには、大変お世話になりました。貴重なご意見をありがとうございました。

学校保健委員会で話し合われた内容につきまして、下記のとおりご報告いたします。



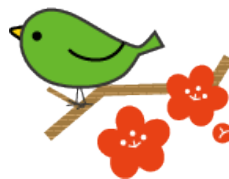
## 1 今年度の取り組みと次年度への課題について

### ① ヘルスチェックの結果から

- ・朝食の喫食率は、77%という結果で、昨年度3学期の80%から減少している。成長期における朝食の大切さを継続して呼びかけていきたい。
- ・SNS・ゲーム等の利用時間が2時間以上になっている生徒が年々増加傾向にある。スマートフォンやパソコンを介したソーシャルメディアの利用の仕方・付き合い方を大人も子どもも学んでいく必要がある。
- ・心身ともに「健康」と感じる生徒の割合は、1学期と比べて増えた(64%)が、自分の事が好きと答えた生徒は低下した(22%)。次年度は心と体のバランスが取れるような保健教育を強化していきたい。

### ② 食育について

- ・環境教育「食品ロスを減らそう」の取り組みの一環として、給食の残量を減らそうとする意識が高まってきている。子どもたちが学校だけでなく家庭でもその意識を持って食事と向き合えるような取り組みをしていきたい。
- ・バイキング給食では、楽しく・美味しく・感謝の気持ちを持って会食することができてとても良かった。



## 3 指導・助言

### 学校医 神尾政彦先生より

- ・最近、問題となっている新型コロナウイルスによる肺炎については、正確な情報が伝えにくい現状があるので、デマや一部の報道に惑わされないでほしい。飛沫感染が中心と考えられているため、学校や家庭でできることは、手洗いやうがいといった基本的なことをしっかり行うこと。抵抗力や免疫力を高めることも何よりの予防となるので、風邪やインフルエンザの予防と同様に、当たり前のことを当たり前に行ってほしい。

### 学校歯科医 石津貞之先生より

- ・ウイルスも細菌も粘膜を介して感染する。「歯みがき」は、口腔内環境を整え、病気になりにくい状態を作るので、継続してほしい。
- ・平井中学校の生徒のう歯(虫歯)保有者は少ないが、茨城県のう歯保有者は増加傾向にある。フッ素で洗口することで、歯のエナメル質が強化されたり、再石灰化を促し虫歯の予防になるので、フッ素洗口を行ってほしい。

### 学校薬剤師 君和田理恵先生より

- ・最近、呼吸器系の風邪を患っている患者さんが多い。咳が長引くと、咳喘息につながったり、体力をとっても消耗するので、無理せず早めに医療機関に受診をしてほしい。

