

布施小学校保健委員会便り

おいちよう

平成28年
7月15日 発行

第1回 学校保健委員会開催

7月7日（木）に第1回の学校保健委員会が開催されました。定期健康診断や新体力テストの結果、生活てんけんカードの結果について報告をし、今後の取り組みについての協議を行いました。学校保健委員会は、次の委員をもって構成されています。



布施小学校保健委員会			目 的
専門委員	教職員保健委員会	PTA 保健委員会	布施小学校における学校保健の推進 向上を図るため、研究協議と連絡調整 をおこない、学校・家庭・地域の保健 活動と健康増進対策を 目的とする。
学校医 学校歯科医 学校薬剤師	校長・教頭 教務主任 体育主任 保健主事 養護教諭	PTA 会長 PTA 副会長 PTA 書記 PTA 会計 PTA 厚生委員	

布施っ子の体力の実態

多くの種目で向上が見られましたが、まだ千葉県平均を下回る項目が多いです…（96種目中34種目：35％）

男子は**握力**は県平均より高いですが、**長座体前屈・50m走**が県平均を下回る学年が多いです

女子は**反復横とび**、**シャトルラン**が全学年、県平均より高いですが、**握力・上体起こし**が県の平均を下回っています。

対策として

体育の授業では

- ☆子ども達が「わかった・できた・楽しかった」と感じる授業内容の工夫
- ☆運動量を確保した授業

教科外では

- ☆継続した運動（チーバくんマラソン）
- ☆3分間走
- ☆豊富な遊び時間の確保（青空タイム）
- ☆校内マラソン・大会
- ☆なわとび週間・集会
- ☆部活動への参加（3年生以上）

体を動かす機会を多く設け、体力の向上をめざしていきます

布施っ子の健康状況

むし歯のある児童の割合が全国平均より大変高いです。

全国平均 25.0％
本 校 70.6％



視力A未満の児童の割合は全国平均より低いです。

全国平均 31.0％
本 校 20.6％

体格の平均 <男子>

学年	1年	2年	3年	4年	5年	6年
身長	本校 118.1	123.5	132.0	139.2	140.9	149.7
県	116.9	122.6	128.6	134.1	138.9	145.5
体重	本校 23.4	23.8	29.8	38.2	43.1	44.2
県	21.4	24.0	27.4	30.9	33.9	38.7

<女子>

身長	本校 114.9	126.0	122.7	132.3	138.1	146.1
県	115.8	121.5	127.8	133.8	140.6	147.1
体重	本校 21.7	28.2	23.3	30.6	31.8	39.6
県	20.9	23.4	26.3	30.1	33.6	38.6

男子の方が県平均を上回っている学年が多いです。



平均は比べるためにあるものではありません。自分の体格を知って、バランスよく成長しているか、自分は今、成長のどの時期にあるかを知るためにあります。



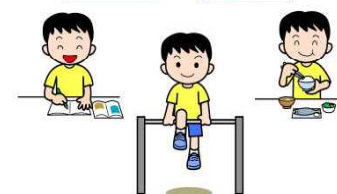
「朝食」「睡眠」「排便」の状況

生活てんけんカードの結果

毎日、朝ごはんを食べた
98.2％

朝6時30分までに起きた
82.3％

夜10時までに寝た
90.1％



毎日、排便があった
69.0％

朝、1時間の準備時間をとるために、起床時刻は6時30分より前に起きることが適正と考えます。そのためには、低学年は9時までに、高学年は10時までには寝ましょう。

参加者の意見・学校医からの助言

体力テストの結果、ソフトボール投げが低い。投げるといのは必要な行為なので重点項目として取り入れてほしい。

家でも親子でキャッチボールなどしていきたい

寝る時間が遅く登校しても目覚めの悪い子が多いです。家庭でも声かけをお願いしたい。



子どもが便秘気味で困っています。

排便は習慣をつけることが大切。トイレに座るだけでも腸の動きはよくなる。余裕ある朝の時間を。

どうしても生活リズムが乱れてしまいます。

熱中症は早い段階で休ませる事が大切。周囲が気をつけてみてあげてほしい。運動の際、水分の摂りすぎは下痢を起こしやすいので十分注意してほしい。

