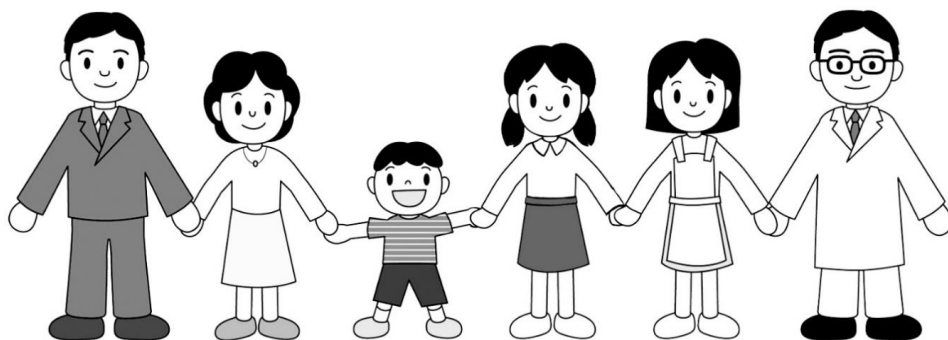


令和5年度 学校保健委員会



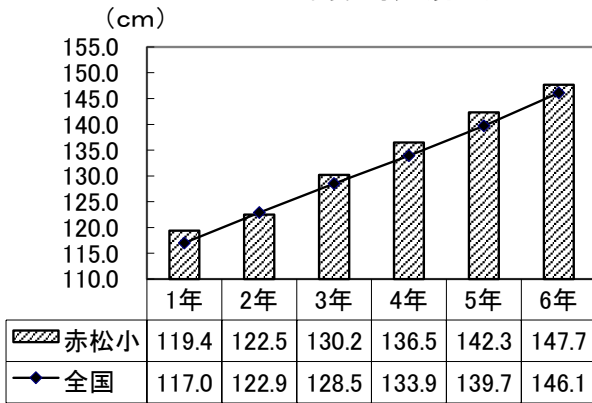
令和6年2月8日(木)

大田区立赤松小学校

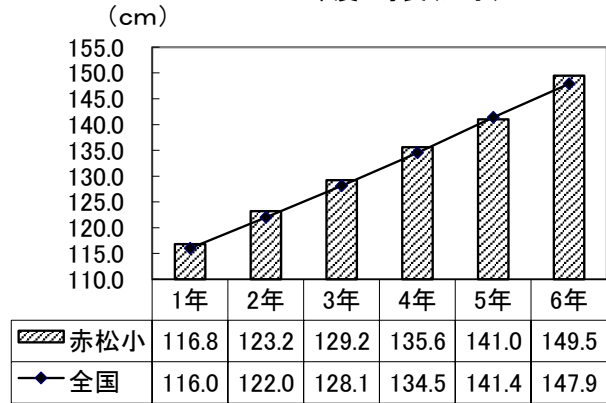
1 令和5年度 定期健康診断のまとめ

①平均身長・平均体重

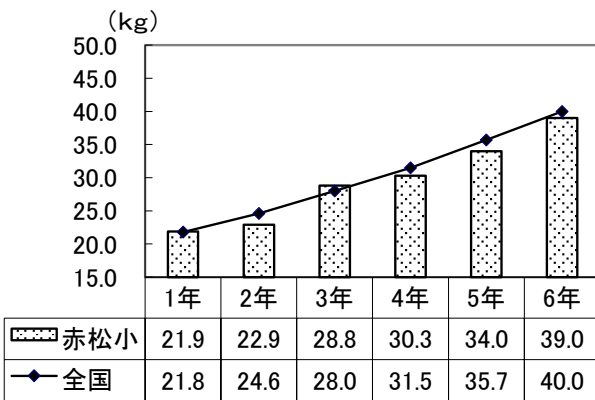
R5年度 身長(男子)



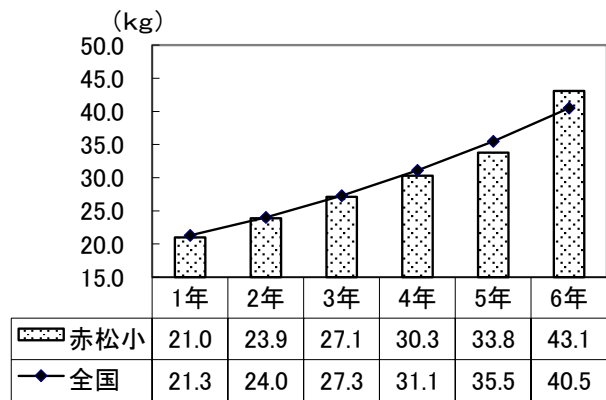
R5年度 身長(女子)



R5年度 体重(男子)



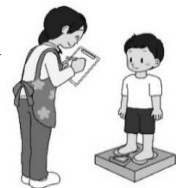
R5年度 体重(女子)



身長については、2年男子と5年女子以外は 全国平均を上回っている。

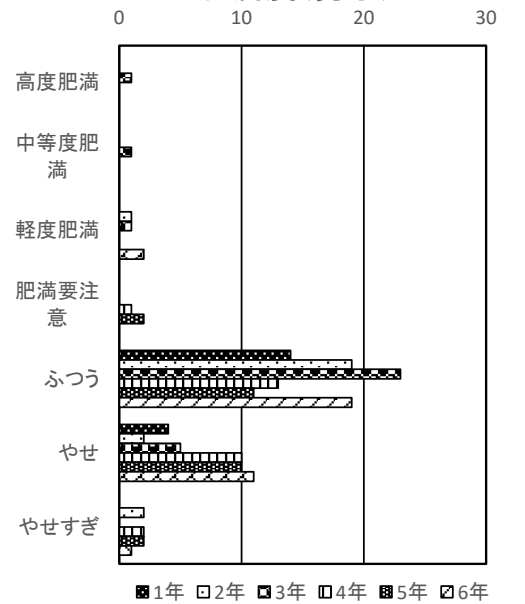


体重についても、2年男子と5年女子が全国平均よりを大きく下回り、体格的に小さいことが分かる。

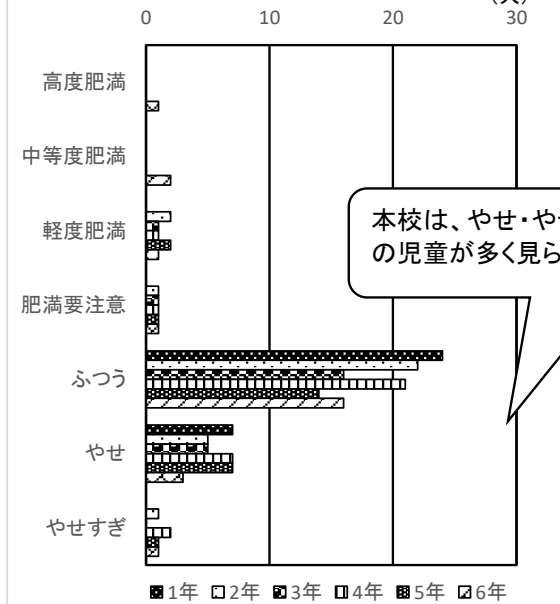


②肥満度

肥満度(男子)



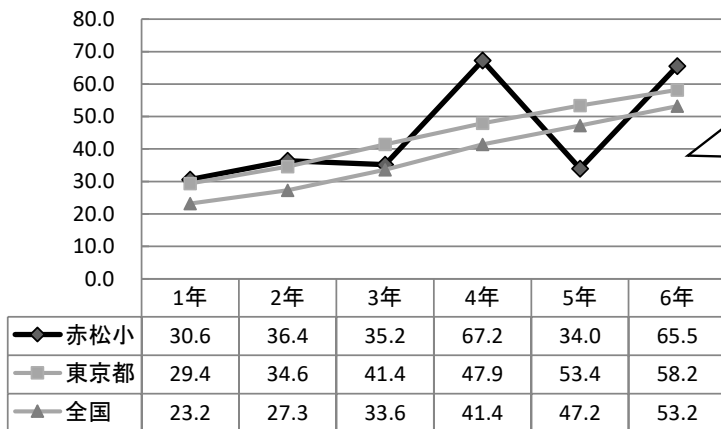
肥満度(女子)



本校は、やせ・やせすぎの児童が多く見られる。

③視力

視力1.0未満の割合(%)



4年生は、既に眼鏡を使用している児童が多く、使用していない児童でも視力検査時にCやD(0.7未満、0.3未満)が多かった。
5年生は4年生時も視力1.0未満の割合が突出して低かった。



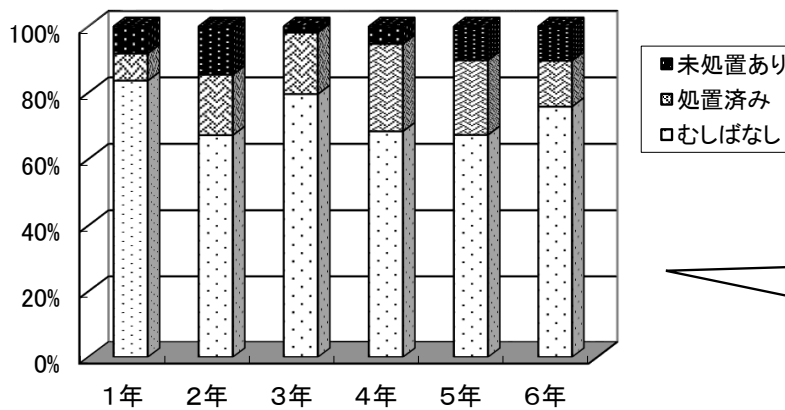
④内科・眼科・耳鼻科 (疾病・異常)

| | 1年生 | 2年生 | 3年生 | 4年生 | 5年生 | 6年生 | 全校 |
|------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----|
| 側弯 | | | | | | 1 | 1 |
| しゃがみ込み不可能 | | | | | 1 | | 1 |
| アトピー性皮膚炎 | 1 | | 2 | | 1 | | 4 |
| アレルギー性結膜炎 | | | 1 | | 1 | | 2 |
| 眼瞼皮膚炎・麦粒腫等 | 2 | 1 | | 1 | | 1 | 5 |
| 斜視・斜位 | | 2 | 1 | | 1 | 1 | 5 |
| 耳垢 | 2 | 4 | 1 | | 2 | | 9 |

(人)

⑤歯科 (齲蝕)

歯科検診結果(むしば)



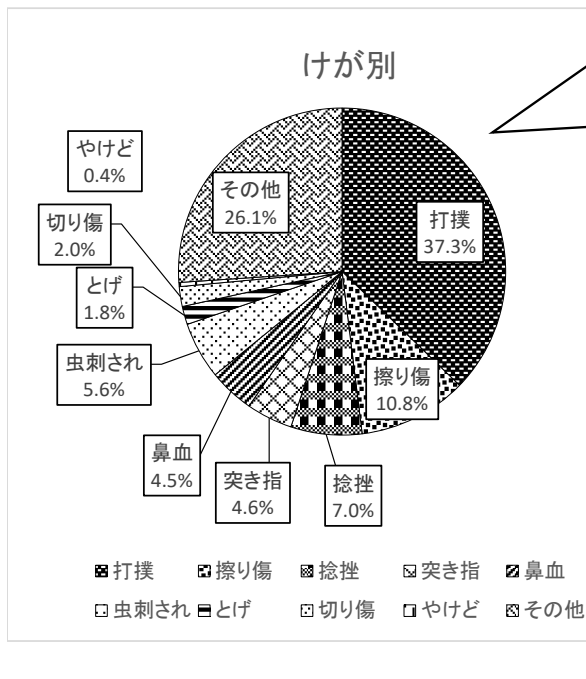
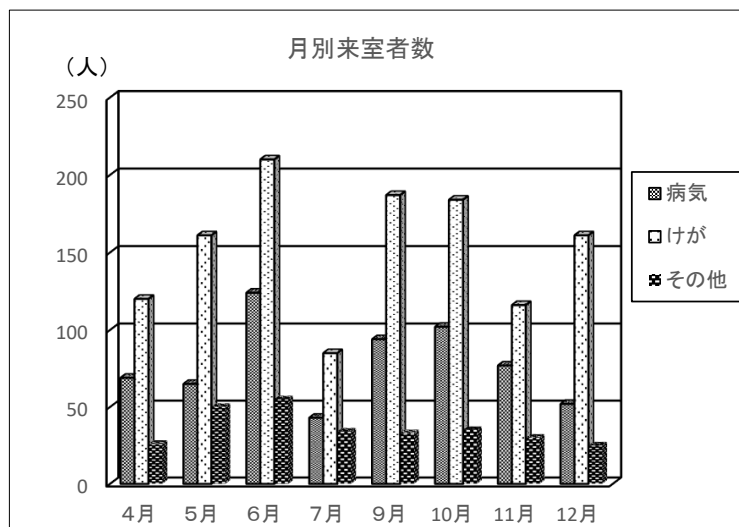
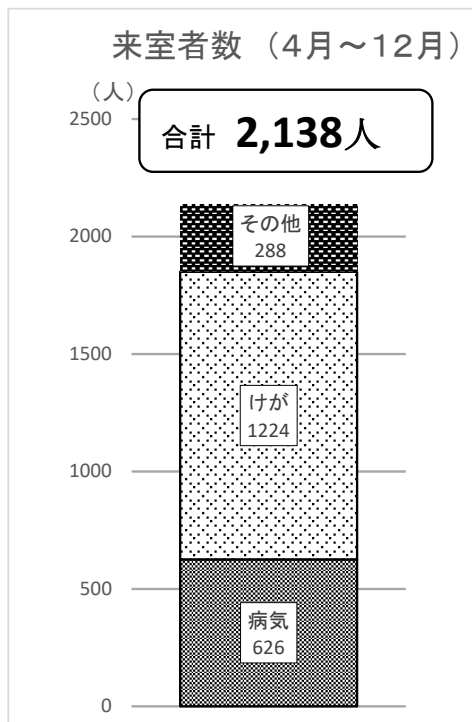
3年生は、2年生時も他学年よりむしばの少ない学年であった。

| | 1年生 | 2年生 | 3年生 | 4年生 | 5年生 | 6年生 | 全校 |
|-----------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----|
| 菌列・咬合 | 4 | 13 | 11 | 10 | 9 | 9 | 56 |
| 菌垢 | | 2 | 4 | 5 | 4 | 8 | 23 |
| 菌肉 | 1 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 16 |
| 要注意乳歯 | 3 | 3 | 2 | 1 | 3 | 3 | 15 |
| CO (要観察歯) | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 8 |

(人)



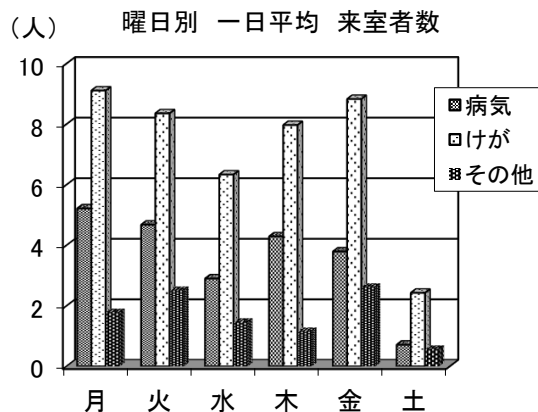
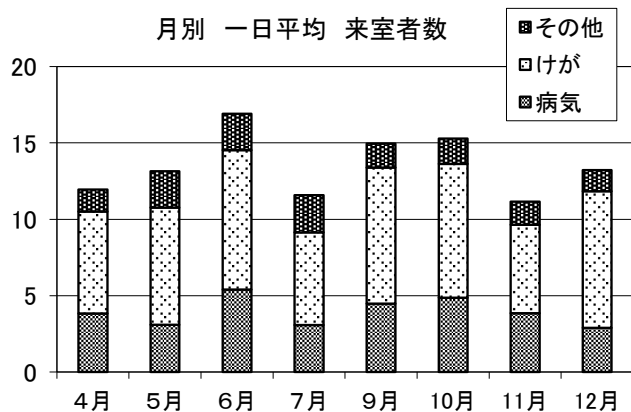
2 令和5年度 保健室利用状況まとめ



校庭がないことが、擦り傷が少ない原因と考えられる。その他には、ささくれやまめのほか、原因不明で手足が痛いというものを含む。



月曜日は、病気・けがともに来室が多い。また、6月の来室が多いのは、暑さ慣れていない身体の状態と、エアコン使用による冷えの影響が考えられる。



3 保健指導実施報告

①発育測定時の保健指導

- 〈9月〉1年生 『朝ごはんの話』
朝食が体のエネルギーになるから、朝食を食べて来よう。
- 2年生 『うんちの話』
便秘は体調不良のもと。うんちを出す5つの術を伝授する。
- 3年生 『セロトニンマンとよふかしマン』
心身のバランスをコントロールするセロトニン。朝食の食材を増やせ。
- 4年生 『睡眠列車』
メラトニン切符で睡眠列車に乗ると、成長ホルモン弁当がもらえる。
- 5年生 『脳の栄養』
脳のエネルギーはブドウ糖。朝ごはんですっかり栄養補給。
- 6年生 『脳の発達とセロトニン神経』
みんなの脳は発達中。特にセロトニン神経を育てよう。

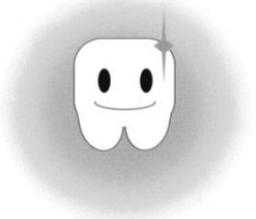


- 〈1月〉1年生 『よい姿勢』
みんなの姿勢はよいのか、目つぶり足踏みしてみよう。
- 2年生 『かぜやインフルエンザのうつりかた』
咳で出たウイルスは机や食べ物から手について口へ。
- 3年生 『イライラしたとき、どうする？』
紙芝居でストレスマネジメントの仕方を知り、友達に声をかけよう。
- 4年生 『怒りの温度計とアサーション』
自分と他人の怒りの温度は違うから、うまく気持ちを伝えよう。
- 5年生 『骨コソ貯金をしよう』
骨の役割と骨量を増やすための生活習慣について学習する。
- 6年生 『リフレーミング』
物事の考え方、受け取り方を変えると、楽になることもあることを知る。



②歯科保健指導

- 〈6月〉1年生 『大人の歯がはえてきた』 講師：大田区保健所歯科衛生士
2年生 『歯の働きとおやつのはらび方』 大田区保健所歯科衛生士
3年生 『ミュータンス菌と甘いもの』 養護教諭
4年生 『むし歯の成り立ちと歯のみがき方』 大田区保健所歯科衛生士
5年生 『全国小学生歯みがき大会』 DVD視聴参加
6年生 『むし歯や歯周病を防ぐために』 歯科校医



③その他の保健指導

- 〈6月〉5年生 伊豆高原移動教室前保健指導
〈9月〉6年生 とうぶ移動教室前保健指導
〈12月〉6年生 薬物乱用防止教室
〈2月〉6年生 喫煙防止教育

4 環境衛生検査

- ①水道水質検査
②給食衛生検査（学校薬剤師 年3回）
③ダニアレルギー検査
④教室環境検査（採光・照明、騒音、空気）（学校薬剤師 年1回）



5 『早寝・早起き・朝ごはん月間』の取り組み

石川県白山市の生活リズム向上プロジェクトで使われている『生活リズムモンスターたいせん日記』に取り組んだ。

〈5月〉ヨフカシー（早寝の取り組み）

生活リズムモンスターたいせん日記

ヨフカシー



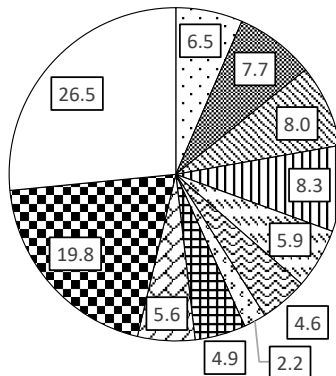
体力

180

こらげできなかった日は体力10かいふく

| こらげきほんこう | こらげきないよう | ダメージポイント |
|----------|------------|----------|
| 1 | 9時までにねる | 30 |
| 2 | 9時30分までにねる | 20 |
| 3 | 10時までにねる | 10 |

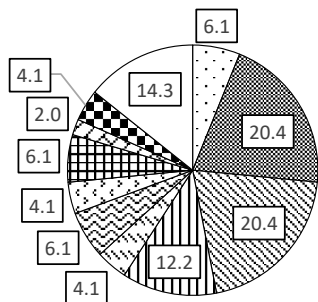
R5 ヨフカシー 全校



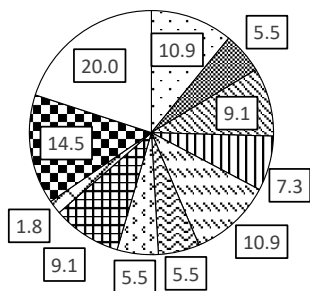
| | (%) |
|----------|------|
| 6日間で倒した | 6.5 |
| 7日間 | 7.7 |
| 8日間 | 8.0 |
| 9日間 | 8.3 |
| 10日間 | 5.9 |
| 11日間 | 4.6 |
| 12日間 | 2.2 |
| 13日間 | 4.9 |
| 14日間 | 5.6 |
| 倒しきれなかった | 19.8 |
| 未提出 | 26.5 |

- ・提出率は、全校で73.5%
- ・低学年のうち、9時半までに就寝している児童が多い。
- ・高学年は、10時までに就寝できない児童が多く、ヨフカシーを倒しきれない。

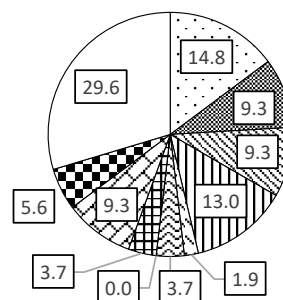
1年生



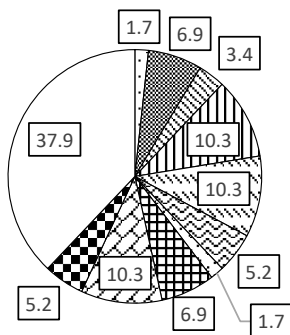
2年生



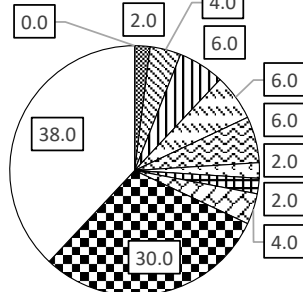
3年生



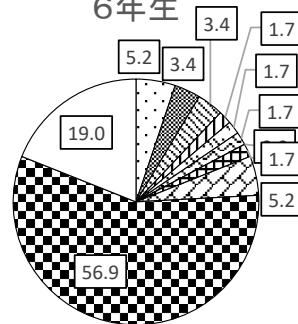
4年生



5年生



6年生



〈児童や保護者の感想〉

- ・普段から早寝なので、楽勝と言って取り組んでいました。
- ・ヨフカシーの存在のおかげで、いつもより早寝早起きを頑張っていました。
- ・6年になり、塾や勉強の為、早く寝る日がなくなり、体力が落ちたことを感じます。

〈10月〉タベネーゼ（朝ごはんの取り組み）

生活リズムmonsterたいせん日記

タベネーゼ



あまごはんをたべなかった日は、タベネーゼの体力が「10」かいふくしてしまう！

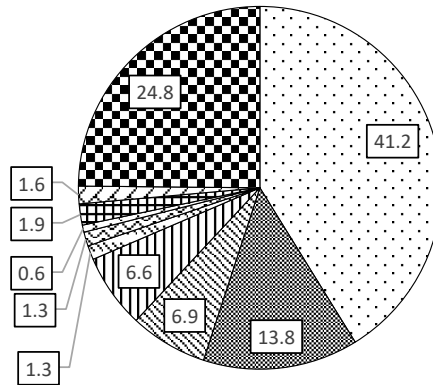
体力 200

こうげきできなかった日は体力10かいふく

例) パンやごはんだけだったら1色。ごはんとなっとうだったら2色。パンとたまご焼きとサラダだったら3色。

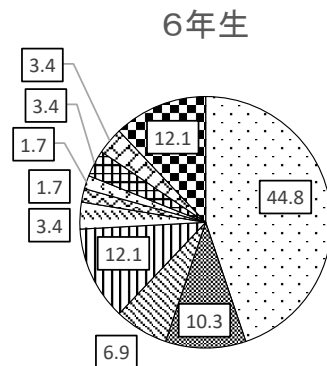
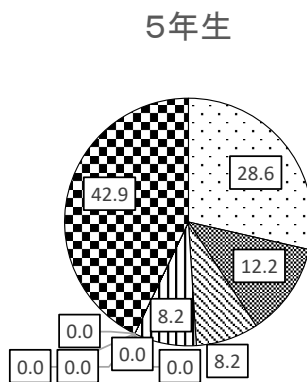
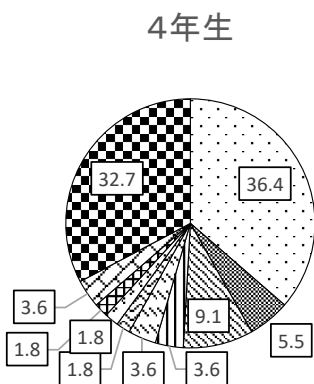
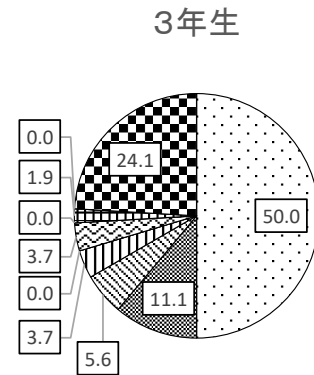
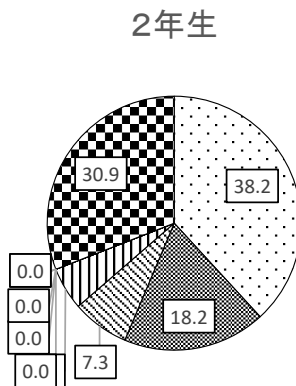
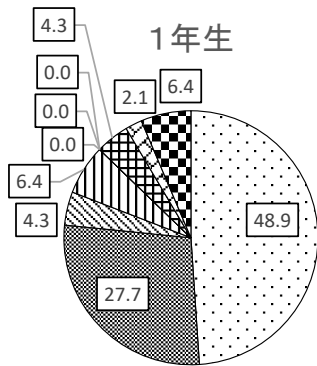
| こうげきはんこう | こうげきないよう | ダメージポイント |
|----------|--------------|----------|
| 1 | 朝ごはんを食べる（3色） | 30 |
| 2 | 朝ごはんを食べる（2色） | 20 |
| 3 | 朝ごはんを食べる（1色） | 10 |

R5 タベネーゼ 全校



| | (%) |
|----------|------|
| 7日間で倒した | 41.2 |
| 8日間 | 13.8 |
| 9日間 | 6.9 |
| 10日間 | 6.6 |
| 11日間 | 1.3 |
| 12日間 | 1.3 |
| 13日間 | 0.6 |
| 14日間 | 1.9 |
| 倒しきれなかった | 1.6 |
| 未提出 | 24.8 |

- ・提出率は、75.2%
- ・昨年は品数を問うたが、今年は栄養バランスを考えるものにした。
- ・ほとんどの児童が朝食は食べており、短い期間でタベネーゼを倒している。



〈児童や保護者の感想〉

- ・これまではパンとスープ(味噌汁または野菜スープ)の2品だけでしたが、このイベントから目玉焼き(ウインナー付の時)とヨーグルト(バナナ付の時)が加わりました。タベネーゼをたおした後も継続しております。
- ・朝ごはんを食べない日はなかったけど1色しか食べない日とかがあったので、毎日3色食べれるようにしたいです。
- ・朝ごはんは毎日3色たべているから健康的な生活ができていると思った。これからも続けたい。