

ほけんだより



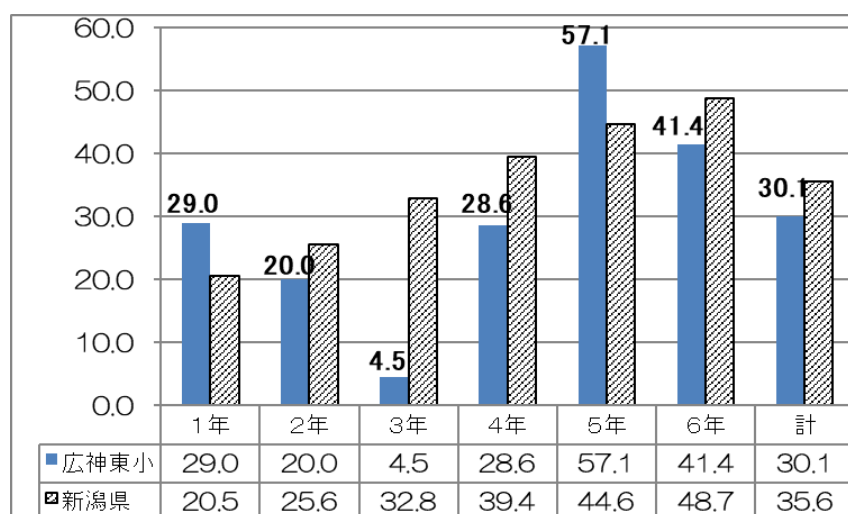
令和4年10月17日
広神東小学校 保健室

秋を感じる気候となりました。1日の中で気温差が大きく、自律神経の働きも乱れやすくなります。気温差の影響もあってか、発熱やかぜ症状で欠席するお子さんもみられます。半袖姿で動きまわる子もいれば、長そでパーカーを着ている子もいて、様々です。着脱しやすい服装で、気温に合わせた衣服調節ができるとよいと思います。また、睡眠・栄養を十分にとり、規則正しい生活リズムで生活できるようにご配慮をお願いします。

10月の保健目標：目を大切にしよう！



【広神東小学校 令和4年度 裸眼視力 1.0 未満の割合（％）】



4月の健康診断の結果はグラフのようです。視力 1.0 未満の児童の割合は県平均と比べ、良い傾向です。学校でもタブレットを活用して学習する場面が多くなっています。家庭でも意識して目を休める時間を作っていくことが必要です。

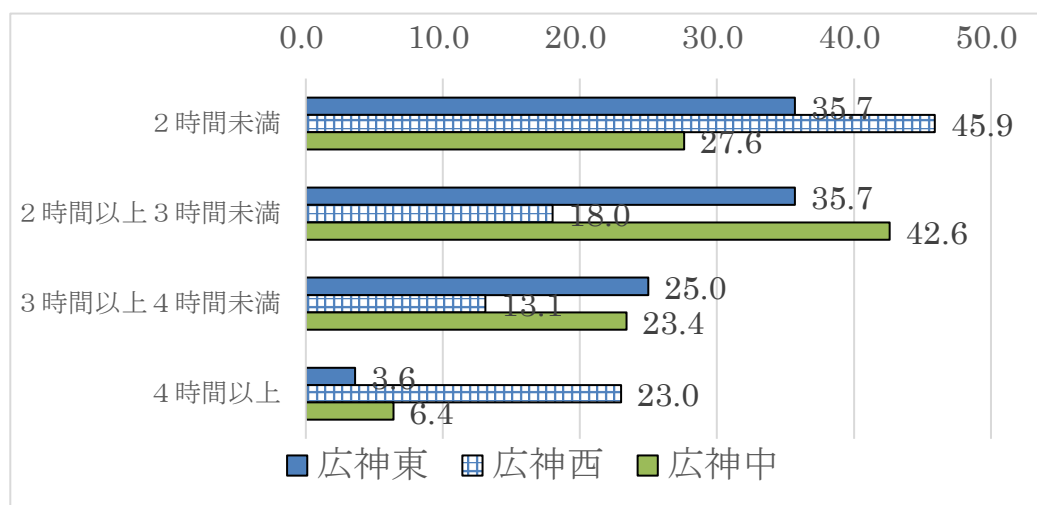
4月の検診で受診が必要なお子さんにお知らせをしましたが、受診報告がない人は再検査をして、2学期の結果をお知らせしました。早めの受診をお願いします。

「お口の健康教室」がありました。



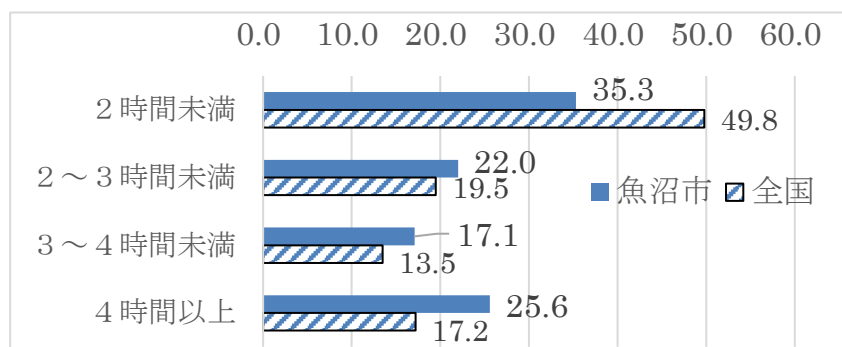
10月6日、1，3，5年生に新潟県歯科保健協会の歯科衛生士さんから、歯の健康についての指導をしていただきました。新型コロナウイルス感染拡大防止のため、実技が行えなかったことは残念でしたが、自分の口の中を鏡で観察したり、正しい歯の磨き方、デンタルフロスの使い方を教えていただきました。むし歯の原因となる糖分について、飲み物の中に含まれる砂糖の量を角砂糖の模型で確認し、驚いていました。歯周病についても知識を深めることができました。

広神地区 小中メディアアンケート結果



毎年、広神地区児童生徒対象に行っているアンケートです。上記は4年生以上の児童の平日のメディア利用時間を調べたものです。小中で共通して取り組んでいる「メディア利用1日2時間まで」が守れていると答えた児童は35%でした。昨年度と比べると8%以上増加しています。「4時間以上」の長時間の利用者の割合も8%減少しています。メディアを上手に利用しながら、それだけにならない工夫を、家庭でも継続して取り組んでいただくようお願いします。

全国学力テストの調査結果



小学生1日当たりのメディア時間を全国と比べると、魚沼市の小学生は、2時間以上のメディア時間が多くなっています。また、家庭学習時間1時間以上の割合を比べると、魚沼市は10%以上低くなっています。メディア時間の調整は、学習時間や学力にも影響していることがわかります。

保健委員会の活動から

メディア時間の改善が課題であることから、児童朝会で全校のみんなにメディアとの上手なかかわり方について考えてもらいました。紙芝居を通して話題提供をし、若あゆグループで話し合ってもらいました。どのグループも、メディア以外に楽しむ方法や、メディアをやりすぎない工夫について、考え、話し合うことができました。

