

学校保健委員会からのお願い

1月9日(木)に関係者を招いて「学校保健委員会」を開催し、子ども達の健康安全に係る課題と、改善について意見交換を行いました。特に、ご家庭との関連が深い内容についてお知らせしますので、お子さまとご確認いただき、健康保持・増進の自己管理についてお話し合いをお願いします。



○他校に比べて大里中は残量が多い傾向にある。

○全学年男女の身長及び体重が、沖縄県及び全国の平均値に及んでいない。

- 好き嫌いもあるとは思いますが、子どもたちに人気な献立の日でも残量が多いので、量を食うことができない。
→ 様々な活動を通して成長するので、活動に必要なエネルギーと成長を促す栄養素はしっかり摂って欲しい。※学習を支えたり、発育発達を促す食事
- 偏食があり、特定の食材や味のみ慣れてしまっていないか。
- 白米の残量が多い。ふりかけ等で味をつけなければ、白米が食べられない子もいる。
→ ご家庭においても、様々な味覚を刺激する食生活を過ごして欲しい。

○参考動画「あこの栄養学kids」

- 成長期に必要な栄養 <https://www.youtube.com/watch?v=Qg9PB6y55-k>
- 残念な食事3選の紹介 <https://www.youtube.com/watch?v=3zTS- AKnfM>

○「視力0.6以下」の低視力者の割合が沖縄県・全国平均より高いが、矯正視力者の割合は低い。

- 黒板が見えづらく、学習への集中力が落ちたり、意欲が湧かないなど、学力の向上を妨げる原因になっていないか心配である。
- 夕方や夜間の歩行等、安全面の確保に課題は抱えていないか懸念される。
→ ご家庭に、メガネやコンタクトレンズによる視力矯正を求めたい。

○参考動画「日テレNEWS」

- 裸眼「1.0」未満の中学3年生は6割超、防ぐポイントは？
<https://www.youtube.com/watch?v=75vfzu22Xe8>

○「むし歯なし」は、沖縄県・全国平均より高いが「歯垢の付着」・「歯肉の状態」の状態から、口腔内環境はよくないという指摘がある。

- 歯垢の付着、歯肉炎が進むと、将来「歯が抜け落ちる」ことになる。
- 歯磨きのタイミングや磨き方など、歯磨き習慣が身につけていないと思われる。
→ 歯の大切さや歯磨きの必要性について、ご家庭での指導をお願いしたい。

○参考動画「歯のギモンを解決するチャンネル」

- 全身の健康には口腔ケアが重要
<https://www.youtube.com/watch?v=W-5ghulceeM>