



元気いっぱい やる気いっぱい 笑顔いっぱい

せのうえ

瀬上小学校だより

令和5年10月11日(水)
第11号(地域回覧版)

文責:校長 高橋哲也

地域で支える“子どもたちの健康” ～学校保健委員会～

9月21日(木)、校医の先生方、PTA役員の皆様をお迎えして学校保健委員会を開催しました。この会は、地域の皆様と一緒に子どもたちの健康状態を確認し、体力向上や健康増進につなげることを目的として、毎年、開催しています。

今回、話題となった主な内容は、以下のとおりです。

- 前年度に比べて、肥満傾向児の割合が下がっている。
- 給食での野菜調理法を工夫した結果、残菜量が減ってきている。
- 裸眼視力の低下が目立っている。
- 全国や県の平均に比べて、むし歯のある児童の割合が高い。(未処置の割合も高い。)

“目”も“歯”も一生使う大切な体の一部です。お子様の健康保持、増進に向けたご家庭でのご協力をよろしくお願いいたします。

来年の入学をお待ちしています！ ～就学時健康診断～

9月28日(木)、来年度に入学を控えたお子様が対象となる就学時健康診断を行いました。6年生ボランティアのサポートもあって、どのお子様も安心して健診を受けることができました。ご多用の中、校医の先生方には大変お世話になりました。ありがとうございました。

全体会では、福島市保健所の保健師さんから講話をいただきました。

～楽しい学校生活を迎えるために～

- ① 1日のスタートは朝が大切！ からだのリズムをつくりましょう。
 - ・ 朝ごはんをしっかり食べましょう。
 - ・ 食後の歯みがきを忘れずに
 - ・ 登校前(朝)のトイレの時間をしっかりととりましょう。(便秘は大敵！)
- ② メディアはルールを守って使いましょう。
 - ・ お子様とルールをつくりましょう。例)1日2時間まで 等
 - ・ 自然に親しむ時間も大切にしましょう。
- ③ お手伝いの習慣をつくりましょう。
 - ・ 自分のことは自分で行う。そして、お手伝いを(家族の中での役割分担)
- ④ あたたかい見守りで“こころ”を育てましょう。
 - ・ 「いつも見てるよ。大丈夫だよ。」のサインがお子様に届くかわりを
- ⑤ 家族みんなで健康的な生活を心がけましょう。
 - ・ ご家族皆さんで生活習慣を見直すよいチャンスです。
- ⑥ 感染症の予防に努めましょう。
 - ・ まだまだ油断できません。予防接種も忘れずに。



入学前のお子様に限らず、大切にしたいと感じる内容がたくさんありました。ぜひ、参考にいただければ幸いです。よろしくお願いいたします。

朝夕めっきり涼しく(寒く?)になりました。インフルエンザも心配される時期です。子どもたちの元気な笑顔が、私たちの何よりの原動力です！ 体調をくずさないよう、ご家族皆様でお気をつけください。