



すこやかな心と体を育てるために・・・ — 第1回 学校保健給食委員会から —

校長 柳井 昌子

2学期が始まり3週間がたとうとしていますが、まだまだ暑い毎日が続いております。お子様の体調管理にはくれぐれもご注意いただきますようよろしくお願いいたします。また、校内作品展には多くの皆様にお越しいただきましたが、この夏休みに子どもたちは、作文、感想文、習字、図工、理科の作品など、様々な課題や宿題に取り組み、夏休みに付けた力が2学期からの学習に生かされています。作品については学校からそれぞれの作品展等に出品し、がんばりが表彰されることを願っているところです。

さて、子どもたちが毎日元気に活動するためには、すこやかな心と体を育てていくことが大切なことです。本校でも専門的な立場や保護者の立場から様々な意見をいただき、子ども一人ひとりのすこやかな心と体を育てるために具体的な方策を講じることを目的として学校保健給食委員会を開催しています。9月5日に今年度第1回目の学校保健給食委員会を開催し、学校医、学校歯科医の先生方、保護者の代表、保健センターの方々に参加いただき、本校の保健、給食等に関する指導や取組状況、課題等について議論しました。専門的な立場から次のようなご助言をいただきましたので、ご家庭においてもご協力よろしくお願いいたします。

- ・児童数が多いので給食の後、学校では歯磨きが難しい状況であると思うが、歯を正しく磨く方法を教える歯みがき指導をすることは大切である。
- ・全国的に顎が小さくなってきているようであるが、早く食べる習慣の影響もあると思う。顎の発達と知能の発達の関連はあるので、よくかんで食べることが大事である。
- ・かむことを大切にするためには、もう少し給食の時間を増やして、しっかりかんで食べるように指導することも大事なことである。
- ・離乳食だけでは栄養面が不足する傾向があり、乳児期から食べ方の癖がつく。乳児期からかむ力をつけていくことが大事なことである。
- ・乳歯・永久歯の入れ替わる時期は、かみづらいこともあるが、よくかんで食べるという意識をもつことが大切である。
- ・バランスよくきちんと食べている子どもは、落ち着きがあるという成果も学会で発表されているので、家庭でも取り組んでいただけたらよい。
- ・食事時にテレビを見るために横に向きながら食べると、かむことへの偏りが見られるので気をつけた方がよい。
- ・学校から戻ってお腹がすいている場合は、お腹は空きすぎるといらいらするので晩御飯に影響がないようにおやつを調整して食べるということも必要である。
- ・食が細いことは、内科的に異常なければ焦らなくていいのではないかと。成長曲線の範囲にきちんと入っていれば心配することはないと思う。
- ・3歳くらいまでに言葉のシャワーをたくさん浴びていると言葉の発達にはよい影響を及ぼす。

○秋の交通安全運動

9月21日から30日まで、秋の交通安全運動が実施されます。

日頃から保護者や地域の方々の見守り活動をしていただいているとともに、通学路や安全歩行について指導しておりますが、交通量の多い本校では、ご家庭においても次のことについて、ご注意願います。

- 決められた通学路を通りましょう。
- 交差点や道路への飛び出しに気をつけましょう。
- 大人が子どもの手本になりましょう。
- めいわく駐車や自転車の放置をやめましょう。

○災害に備えて

台風などの非常変災にかかる災害に備えて、持ち出し品やわが家の防災メモなどについて、日頃から準備や確認をしておきましょう。

○学級参観・懇談会を実施します

- 9月19日(木) 1. 3. 5年 なかよし学級
- 9月27日(金) 2. 4. 6年
- 6年については、参観後に修学旅行の説明会をします。

○まだまだ暑い日が続きますので、お茶を十分もたせていただきますようお願いいたします。また、食事や睡眠をよくとるようにお願いします。