

## 第2回 学校保健委員会 協議結果集計

### 運動の宿題の改善点

- ・運動はするけど記録を忘れてしまう児童がいた。音読カードなどに記入欄を設け、タブレットへの記入は学校の朝の活動前にいれるなどの工夫があると、良いと思いました。
- ・運動の宿題への積極的な取り組みを促す声かけや支援がもっと必要。養護教諭だけでなく、学級担任からも。日々の宿題の中に組み込むほうがよい。運動の宿題の課題点はメディアの課題点と密接に関係していることが、アンケートの結果からわかる。そのため、メディアの約束を守ることが運動の宿題の取り組み方にも影響してくると思う。
- ・今もありますがトレーニング効果のあるダンスなど、タブレットを見ながらでもできるものを。運動が苦手な児童も楽しめる要素のあるものを増やしていく。
- ・運動メニューや、やる運動の指定が学校からあったほうが取り組みやすいのではないかと思います。土日のみなど曜日の指定も良いと思います。
- ・運動しない子の運動習慣を付けるのが難しい。家庭の協力も必要なので、今のようにお知らせしていくのはいいと思う。

→改善策として、①各学級で連絡帳に運動の宿題を記入させるようにする。②朝の放送で運動の記録の記入を全校へ呼びかけ、各学級担任からも記入を呼びかけるようにする。③曜日や運動の指定については、スポーツ少年団の練習や家庭の事情もあり、不都合のある家庭も出てくるかと思われるため、どの運動をしたいか分からない子はリンク集から1つ選ぶように再度声かけをする。

### メディアの約束の改善点

- ・いいと思います。
- ・保護者と約束を決めることができたことはよかったです。メディア（SNS）をとおした人と人の関わりについては、情報モラルの学習と合わせて実践していくことが今後必要だと感じました。
- ・メディアがなくて楽しめる遊びの共有は大切だと思います。（暇つぶしにYouTubeという子も少なくないようです。）今回は、メディアの悪影響として眼科的な内容が取り上げられていましたが、メディア依存症のような心理的な影響？についても情報提供が必要だと思います。（保護者の反省からも出てきている。）
- ・スクリーンタイマーで時間制限をするのは、有効的だと思います。
- ・自分で時計をチェックするのはなかなか大変なので、タイマーなどのアプリを活用するのもいいと思いました。
- ・30分使ったらタイマーやアプリを使い知らせる。子ども自身にスケジュールをきめさせ、皆が見える場所に掲示しておく。自分で決めた事なら、守ろうとするかも。

→改善策として、①学校のタブレットにタイマーやアプリの導入をする。②メディア以外の遊びについて子ども達にアンケートをとり、結果を共有する。③情報モラルの学習を継続し、メディア依存症についても情報を積極的に発信する。

## 夜の歯みがきをていねいにしようの改善点

- ・継続するために、どんなことを工夫しているかを、みんなで共有出来ると良いと思います。
- ・3年生くらいになると自分のみの磨きですます子もいますが、保健指導員の方のお話を聞くと家庭での仕上げ磨きはまだ必要ということで、繰り返しの周知が必要だと感じました。
- ・はみがきが楽しくできるアプリがあれば、活用してみるのもいいと思います。朝の歯磨きも約束に追加できればいいと思いますが、朝は子ども達も保護者の方も余裕がないと思うので、夜の歯磨きの徹底が大事だと思います。
- ・虫歯にならなくなった。
- ・歯磨きの習慣はついたが、丁寧に磨けているかというとまだまだ磨けていない。子供自身が隅々まで磨く意識をもって磨けるように、仕上げ磨きの時に磨き残しの箇所などを声掛けしていきたい。
- ・水曜日(清潔検査)の朝はいつもより長めに歯磨きをしているので、やくそくに追加すると意識して磨けるかもしれない。
- ・学校での教育を継続してもらい、今まで以上に歯磨きの必要性を教育して頂ければいいかなと思います。
- ・アンケートを見ると、夜の歯磨きをしっかりしている児童が多く、良い傾向だと思います。朝の歯磨きまで約束に入れるのは負担が大きいのではないのでしょうか。歯磨きをする意義を子供達に理解してもらい、夜の歯磨きをしっかりすることを継続していきたいです。
- ・夜の歯磨きは、忙しい中でも声掛けや仕上げ磨きが習慣となり、歯磨きの習慣がついてきたように思えます。歯肉炎や歯石、虫歯予防につながっていると思います。変化のコメントで、丁寧に磨くようになった、習慣がついた、虫歯がなくなった。ことから実施の良かった点にある、歯医者さんから褒められるのは歯磨きの成果だと思います。これからは、朝も声掛けは忘れずにし、歯磨きをするときは鏡を見ながらするように促していけるとよいのかと思いました。
- ・毎日3回の習慣を身につけることが大切であるということで、アプリを調べてみたところ、子ども達が楽しく取り組めそうなアプリがあったので、活用してみたい。また、朝は時間がなくいそがしい家庭が多いようであるため、朝もていねいにみがく意識ができると一番良いと思うが、今まで朝磨けていなかった子が朝にも歯を磨くようになることを目標にしていくと良いのかなと思った。

→①学校のタブレットにアプリをいれて活用する。②朝の歯みがきを約束にいれるのは負担が大きいことから、朝はまず声かけをしていただくことを意識してもらい、夜の歯みがきの丁寧な実施を継続していく。

## オクレンジャーでの定期的なアンケートについて

- ・継続すると健康に良いと、みんなで実感出来て、将来的に継続出来る生活習慣にしていけるといいですね！ そのためにも、良い取組を知る機会があり、その取組を真似るための情報発信が大事だと思います。
- ・意識化をはかるためにもいい取組みだと思います。
- ・こうした取組みは、保護者に意識してもらう機会にもなるのでとても良いと思います。
- ・実施した方がよいと思います。
- ・振り返る機会を設けることで継続する意識も高まりそうです。
- ・チェックの機会があるのは意識付けの面から有効だと思います。
- ・定期的にアンケートがあることで、保護者の方の取組みへの意識も高まると思います。
- ・アンケートが多くて大変という意見をもらったことがあります。が、簡単なアンケートだったら、みなさん協力してくれると思います。
- ・簡単なアンケート、に賛成です。あまり詳しくされるとアンケートをやる気力が無くなります…。
- ・状況が把握できるので、良いと思います。
- ・他の家庭での取組み方や工夫などを知れる機会になり、良いと思う。
- ・簡単なアンケートなら皆さん協力して頂けると思うので実施すべきだと思います。
- ・オクレンジャーでのアンケートは良いと思います。個別懇談の前に実施していただけると、懇談の時に話し合えると思います。
- ・家庭への啓蒙になり、とてもいいと思います。
- ・アンケートの実施は良いと思います。アンケートの項目は、簡単にしていただけると助かります。
- ・今年度のアンケートは、初めてだったこともあり、項目が多く回答をするまでに時間がかかり、大変だと思うことがありましたので。
- ・アンケート項目が今年度は多くしすぎてしまったと思う。もう少し簡単なアンケートにして、保護者の方の負担なく実施できると、健康づくりにつながる一歩になると思うので、実施できるときには、項目について精査していきたい

**→来年度はいじめアンケート(保護者向け)がない月に、けんこうのやくそくについてのアンケートをオクレンジャーで実施する(2ヶ月に1回の頻度)。アンケート項目も精査して、簡単に回答できる内容にする。**