

第1回学校保健委員会 報告

7月7日（水）に第1回学校保健委員会を開催いたしました。新型コロナウイルス感染症対策のため参加者の人数を調整して実施いたしました。学校医や学園の職員の方、保護者の代表の方、本校職員が集まり、健康診断の結果や学校環境衛生検査の結果についての報告、肥満予防に関する協議を行いました。



本校では、肥満傾向の児童生徒の割合が増加しています。今回は「肥満予防と解消に関する取り組み」について協議をし、たくさんのご意見やご助言をいただきました。

学校歯科医より

噛むことが苦手な児童生徒への指導について

- 噛み応えがある食材を取り入れる、噛めるような食形態や噛むことを意識させる食形態にするとよい。
- 噛める、噛めないは個人差がある。どのくらい噛めるか、噛むことが得意か不得意か、その子に応じた噛む回数を把握して指導するとよい。



学校薬剤師より

服薬の影響について

- 体重を増やす作用がある薬はある。子ども、家庭、学校が協力して体重をコントロールしていくことが大事。



学校医より

ストレスで過食になる児童生徒への対応について

- ストレスの発散を運動や外に出る機会を作るなど、食べること以外で行うことがよい。
- 睡眠をとることは重要。睡眠をとることは、規則的な食事にもつながる。



- コロナ禍で子どもたちが身体を動かす機会が減り、夜遅くまでゲームやメールなどをして睡眠不足になり、朝食をとらない子が目立つ。
- どんな食事がよいのか、睡眠時間はどのくらいとるか、個人で違うため具体的に示していくことが大事である。



保護者より

- 家庭ではバランスよく食べることに気を付けている。
- 肥満指導は、学校や家庭、さらに事業所などとも連携が必要だと感じる。
- 姿勢の悪い子どもが多いように感じる。姿勢の指導も大事にしてほしい。

