

第一回 学校保健委員会

令和5年6月16日(金)

川場小学校

本日の流れ

1. 挨拶、自己紹介
2. 学校保健委員会について
3. 令和5年度健康診断の結果
4. 本年度の活動テーマ
5. 情報交換 等
6. 指導講評
7. 次回開催について



2. 学校保健委員会について

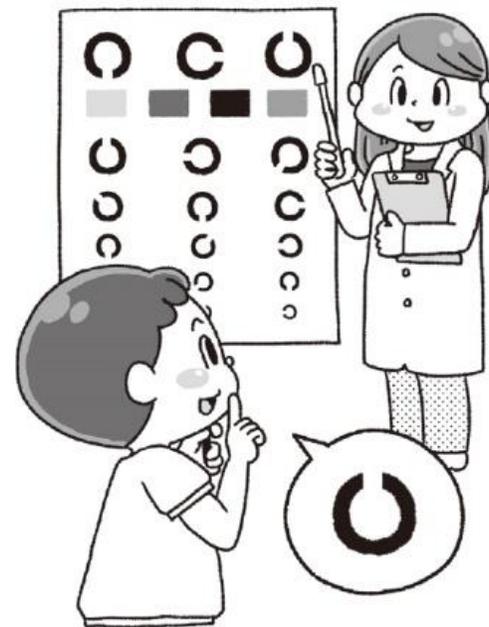
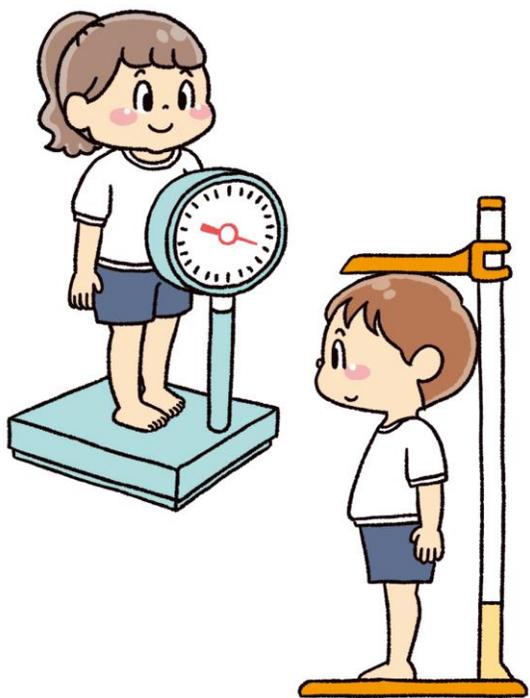
学校保健委員会とは

学校保健委員会は、学校における健康問題について研究・協議し、健康づくりを推進するために活動する組織。

委員会を通じて、学校内の保健活動の中心として機能するだけでなく、**学校、家庭、地域の関係機関などの連携による効果的な学校保健活動を展開**することが可能となることから、その活性化を図っていくことが必要である。

学校保健委員会での取組み

1. 学校保健・安全の計画に関する事項
2. 健康診断に関する事項
3. 疾病の予防に関する事項
4. 健康管理に関する事項
5. 心の健康に関する事項
6. 学校や家庭等の環境（美化・緑化・施設など）に関する事項
7. 通学や日常生活の安全に関する事項
8. 体力づくりに関する事項
9. 地域社会・家庭の学校保健への協力連携に関する事項
10. その他、本会の目的遂行上必要な事項



3. 今年度の健康診断結果について

① 発育測定(川場小・全国平均)



単位 : cm

学年		1		2		3		4		5		6	
		男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
身長	本校	117.8	114.6	123.2	122.2	126.6	128.1	135.3	138.7	140.7	141.5	146	148.4
	全国	116.1	115.8	122.6	121.3	127.9	127.3	133.4	134.8	139.4	141.2	146.3	147.2
体重	本校	24.5	20.6	26	25.1	26.3	27.2	33.6	35.2	37.3	36.5	40.9	41.3
	全国	22	21.5	24.9	24.3	28.4	27.4	32	31.1	35.9	35.4	40.4	40.3

※全国の値は令和3年度統計

②肥満度

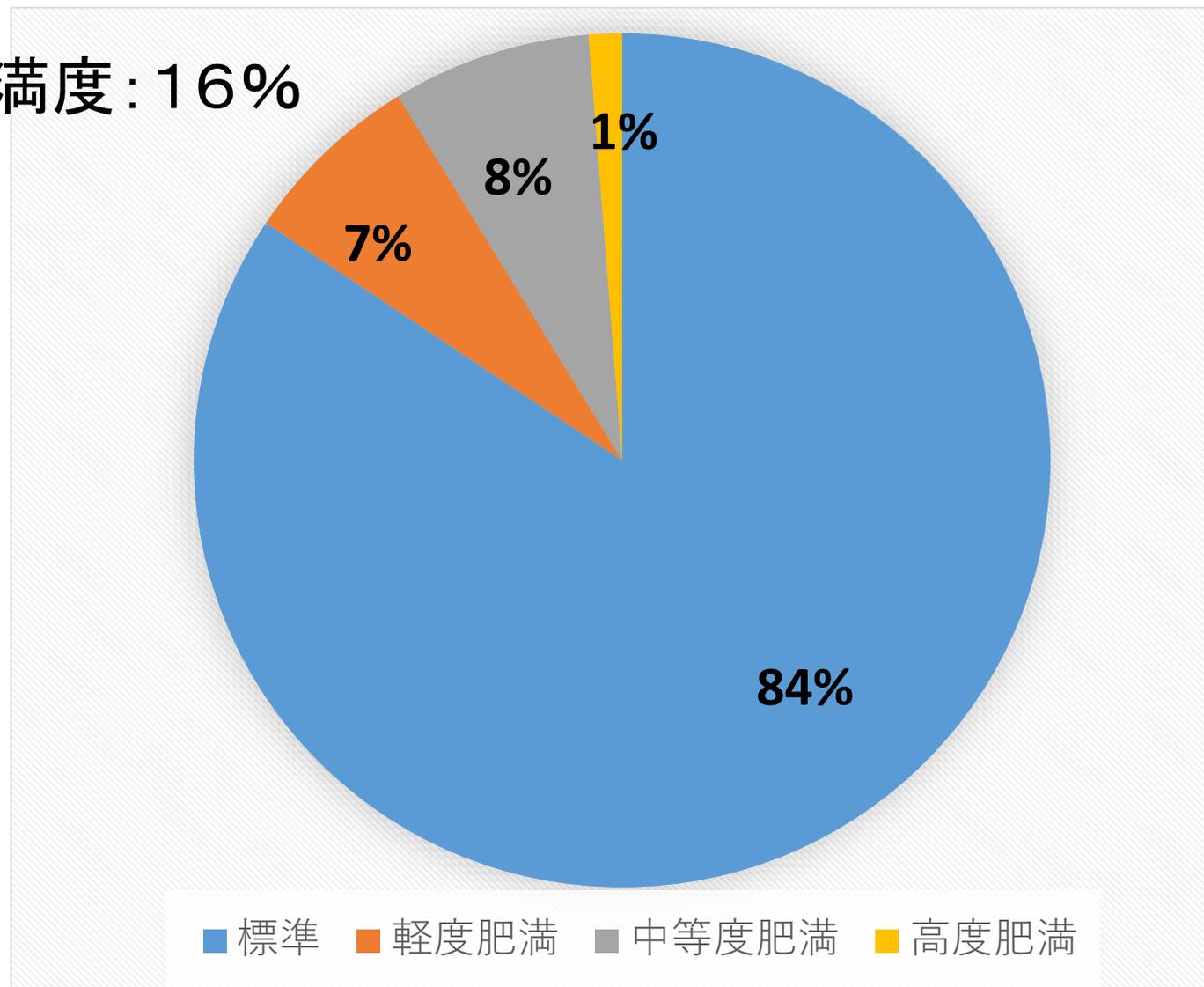
単位：%

学年	川場小	群馬県	全国
1年	12.3	6.7	5.9
2年	11.5	9.0	8.8
3年	6.9	11.4	11.7
4年	19.0	13.3	13.6
5年	21.4	15.4	14.2
6年	17.6	12.4	13.2

※県、全国のは令和3年度統計

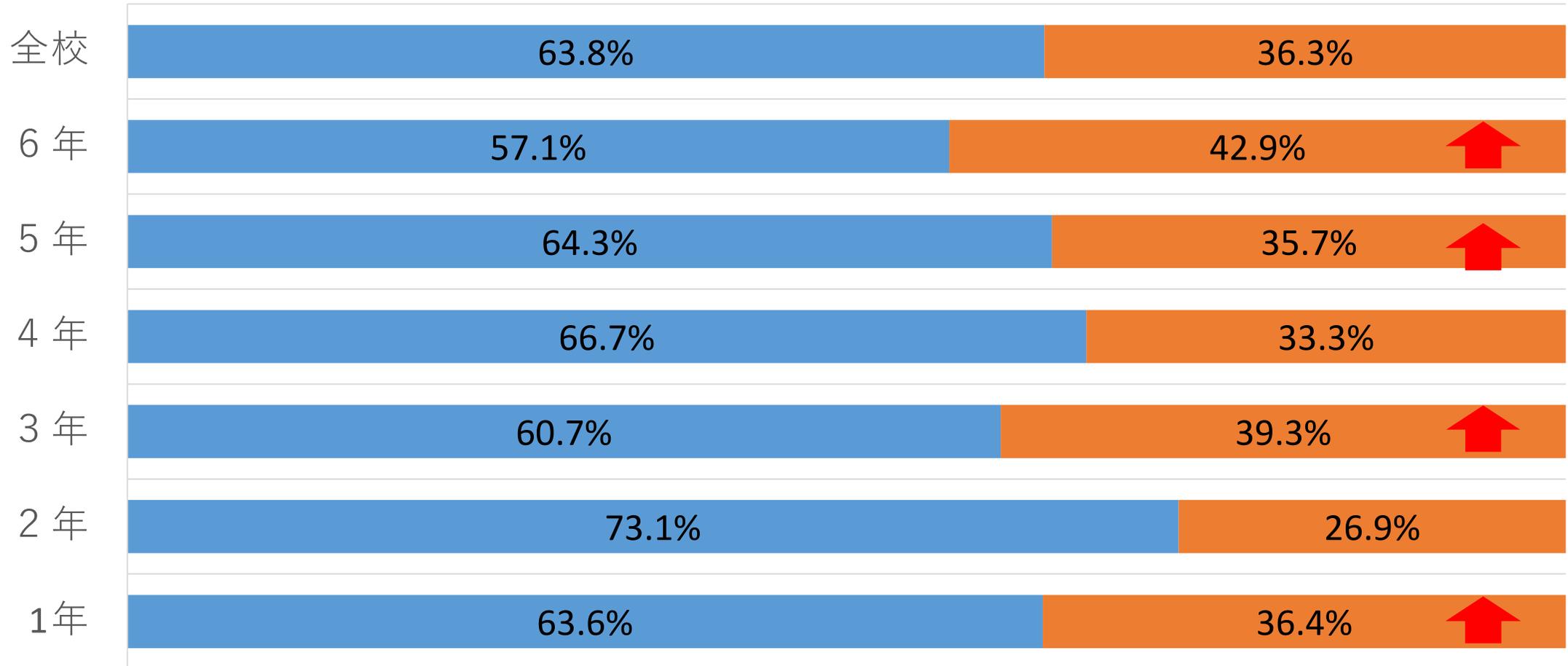
②肥満度

川場小 肥満度: 16%



③視力

■ A ■ それ以外



全国裸眼視力1.0未満 35.1%

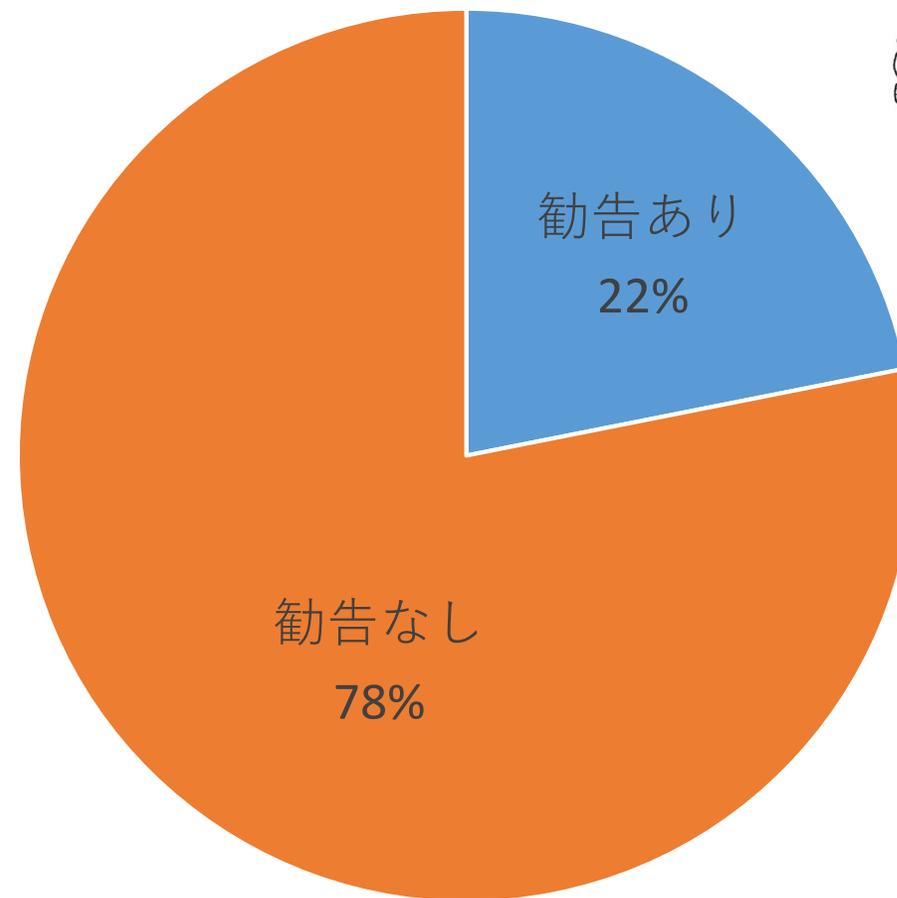
令和3年度全国学校保健統計

④歯科 う歯がある児童の割合



単位:名

	受診勧告した児童	受診勧告なしの児童
1年	6	16
2年	6	20
3年	6	23
4年	5	16
5年	7	21
6年	5	29



う歯のある小学生 全国平均 40%

令和3年度学校保健統計調査

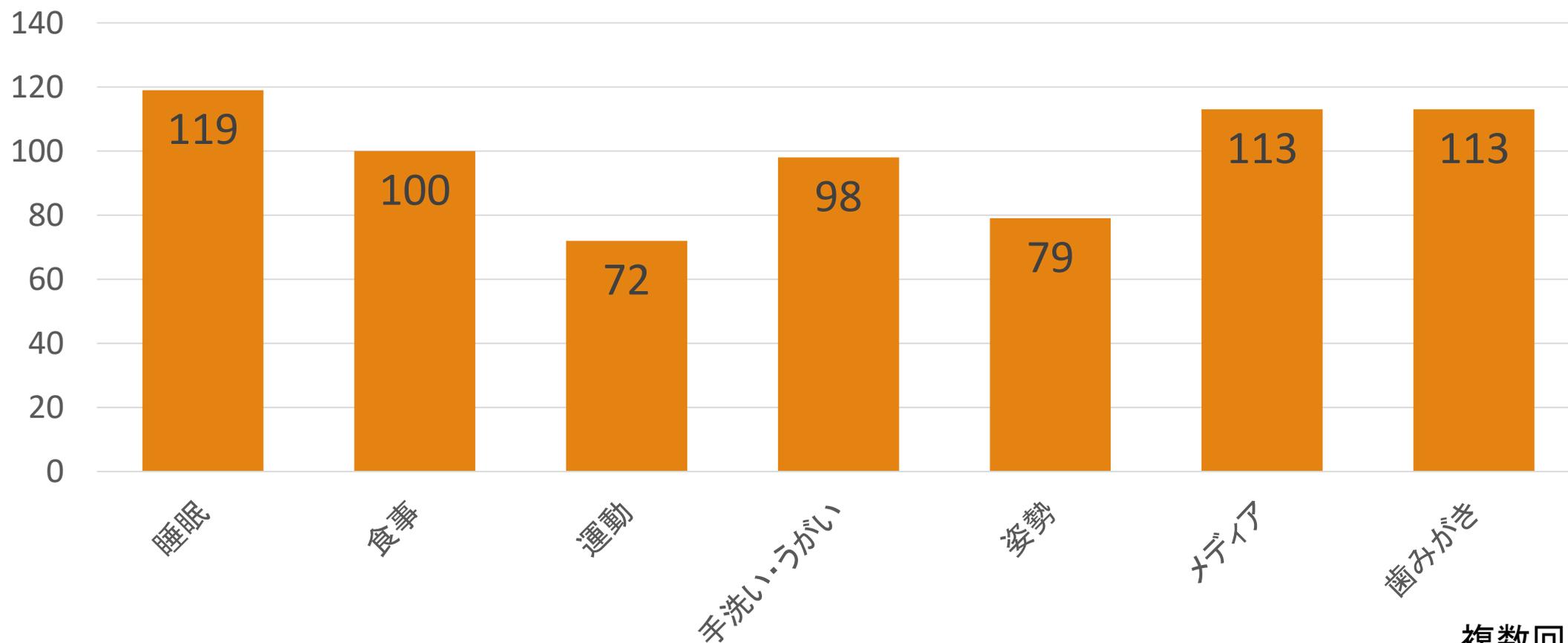


4. 本年度の活動テーマについて

保護者アンケート結果より

回答数:141名

①日頃からお子さんに声かけているのはどれですか？

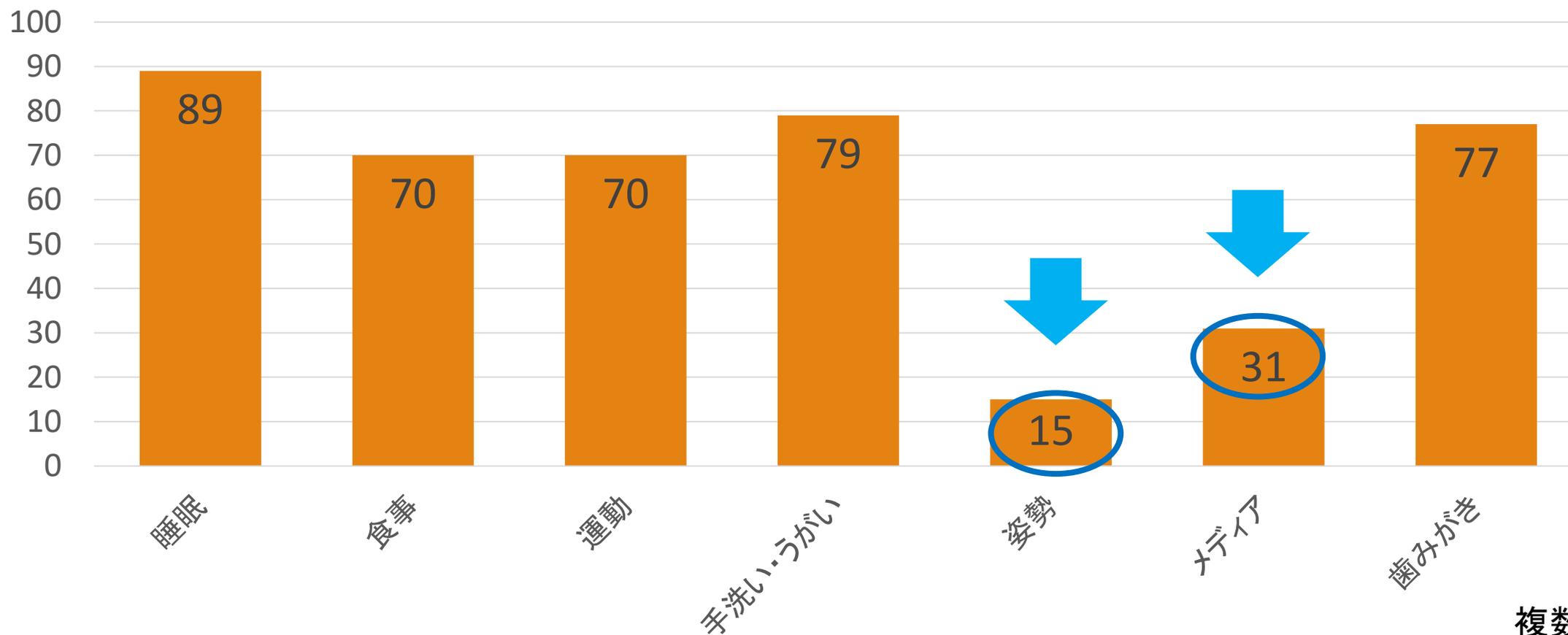


複数回答可

保護者アンケート結果より

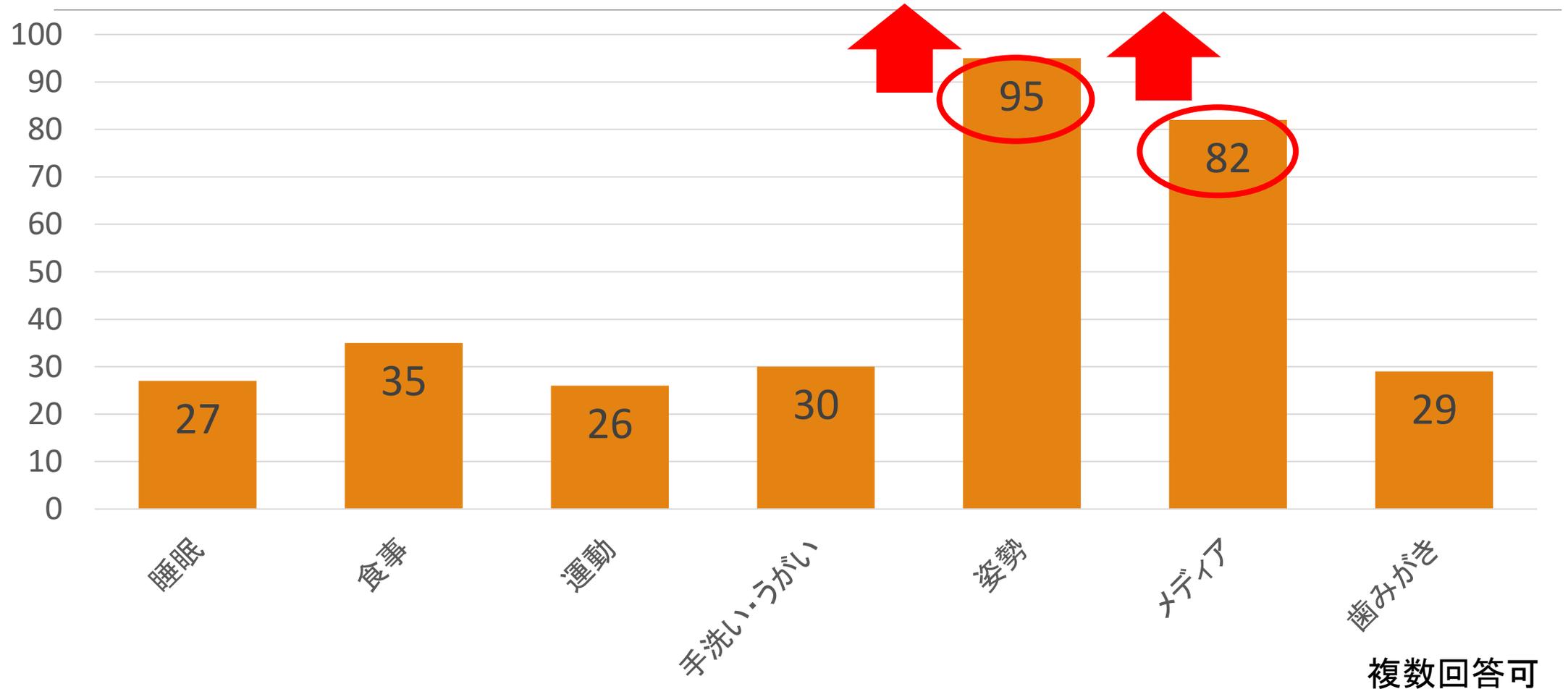
回答数:141名

②お子さんが意識して取り組んでいるものはどれですか？

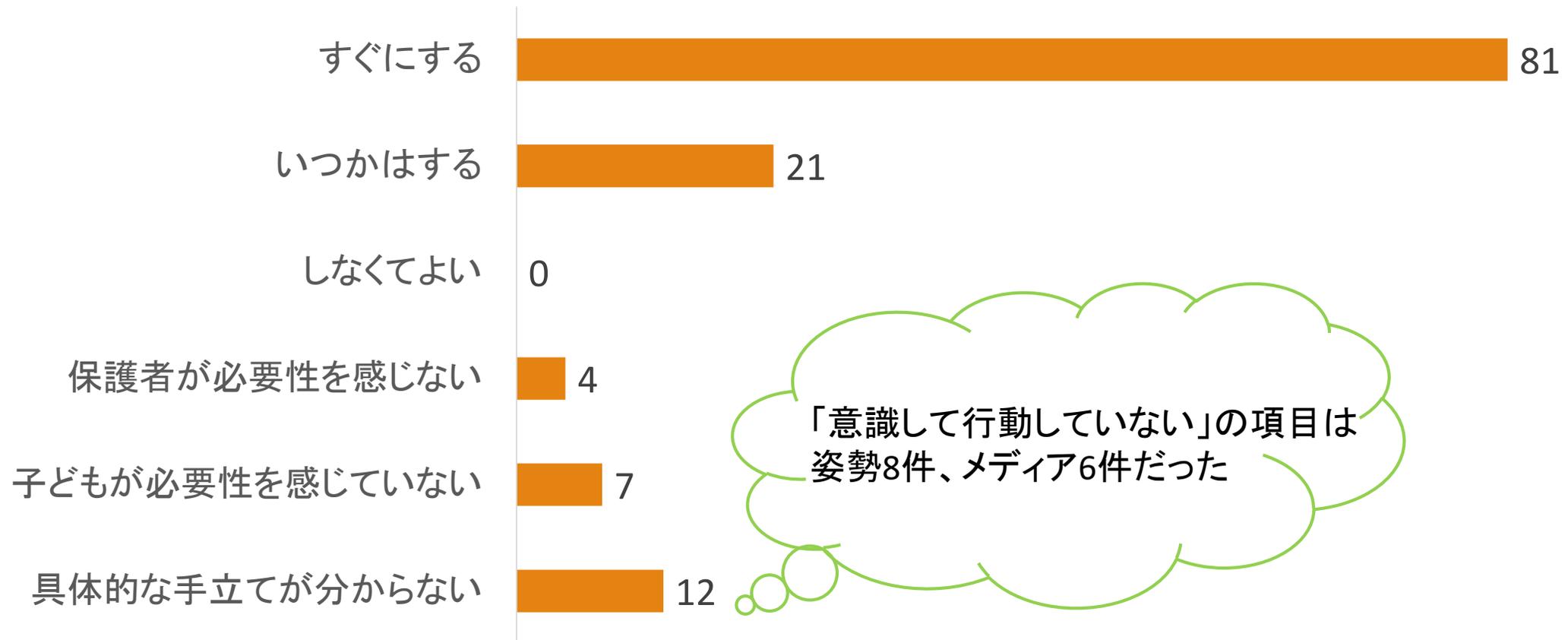


複数回答可

③お子さんが意識して取り組んでいないものは どれですか？



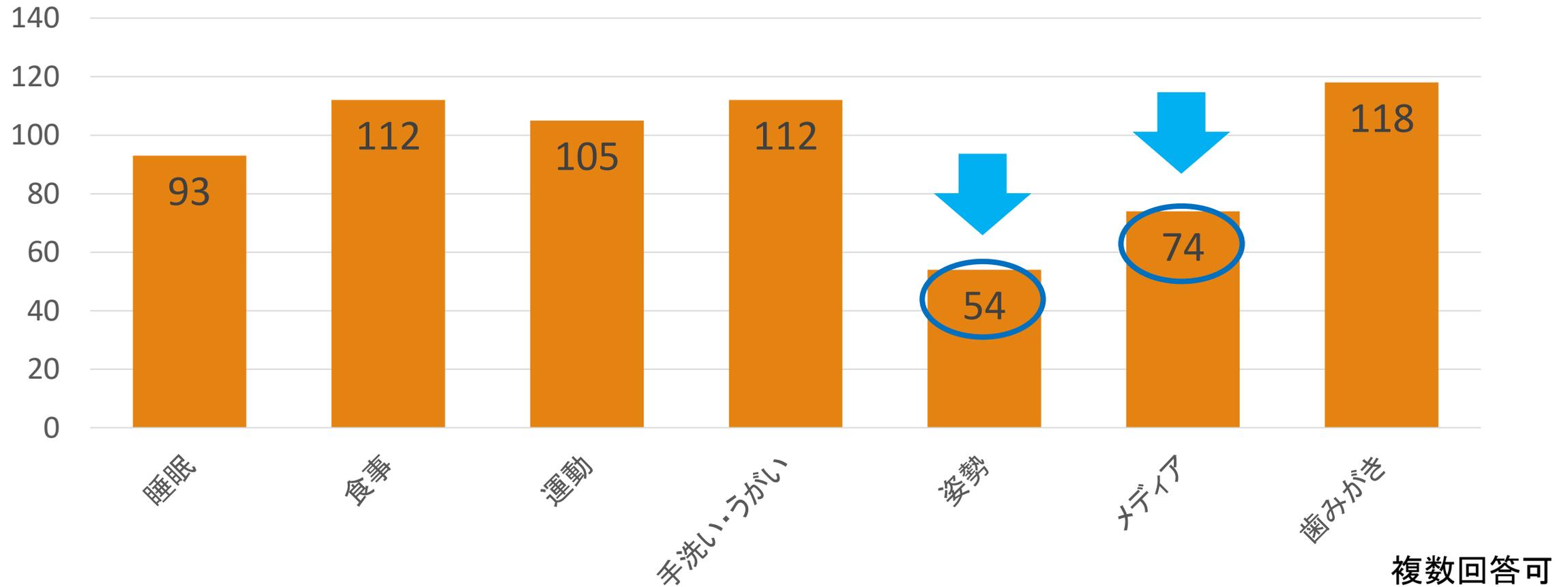
④「意識していない」という項目について改善に向けた働きかけをする予定はありますか？



児童アンケート結果より

回答数:147名

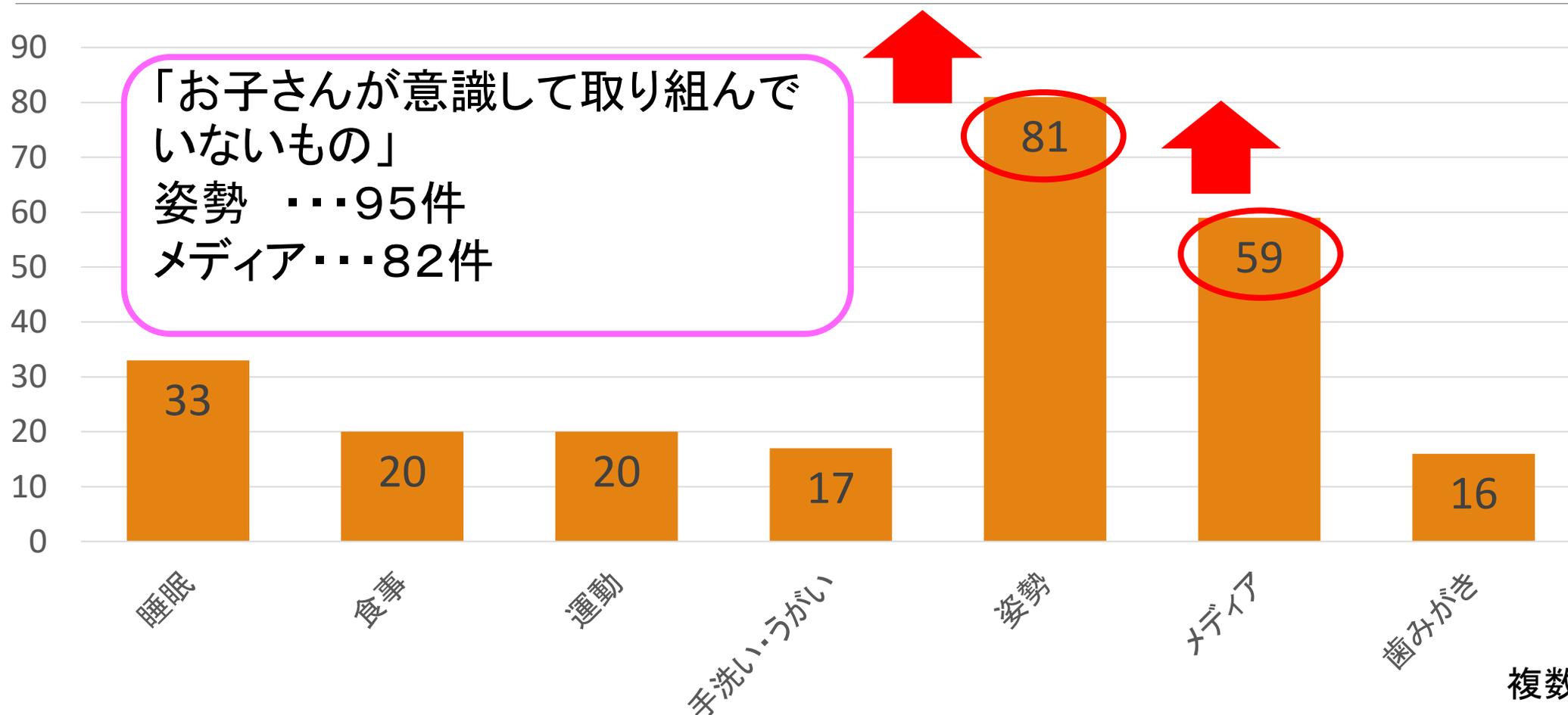
①ふだんの生活でできていること、頑張っていること



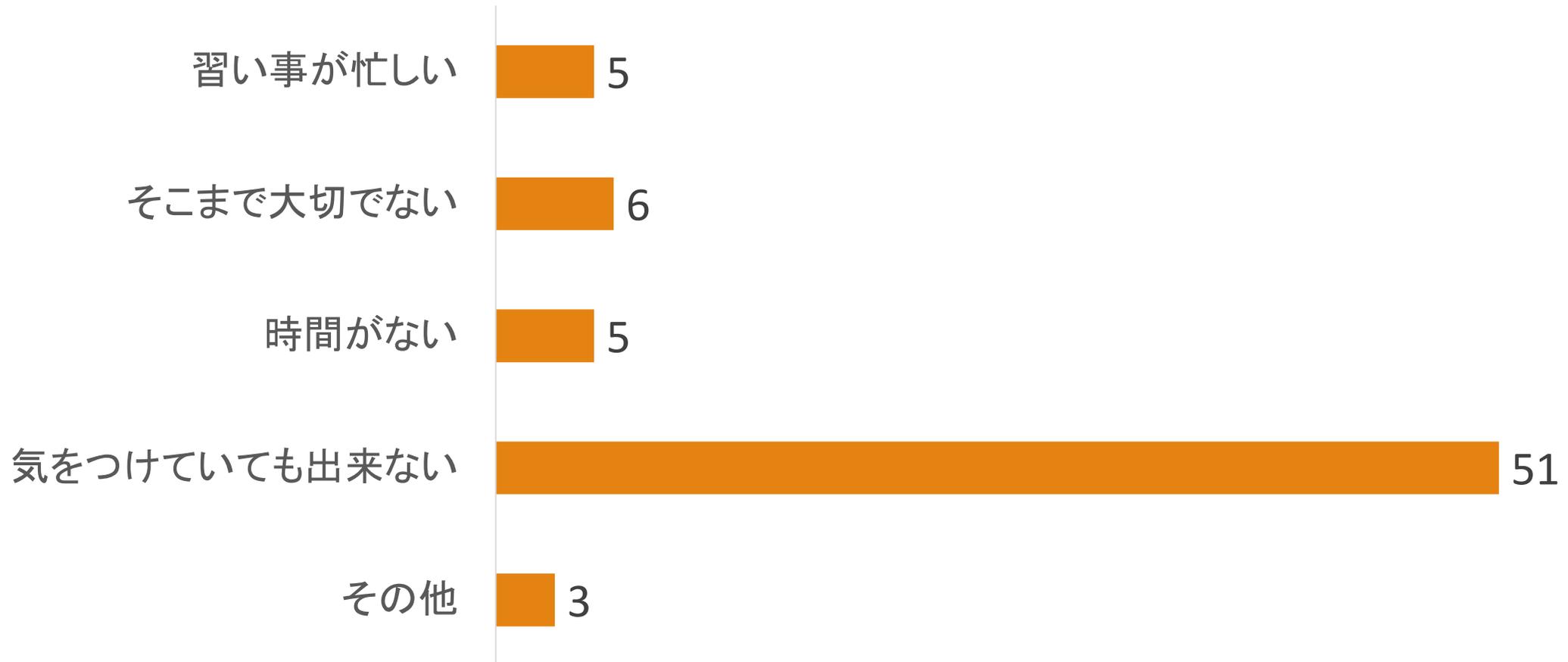
児童アンケート結果より

回答数:147名

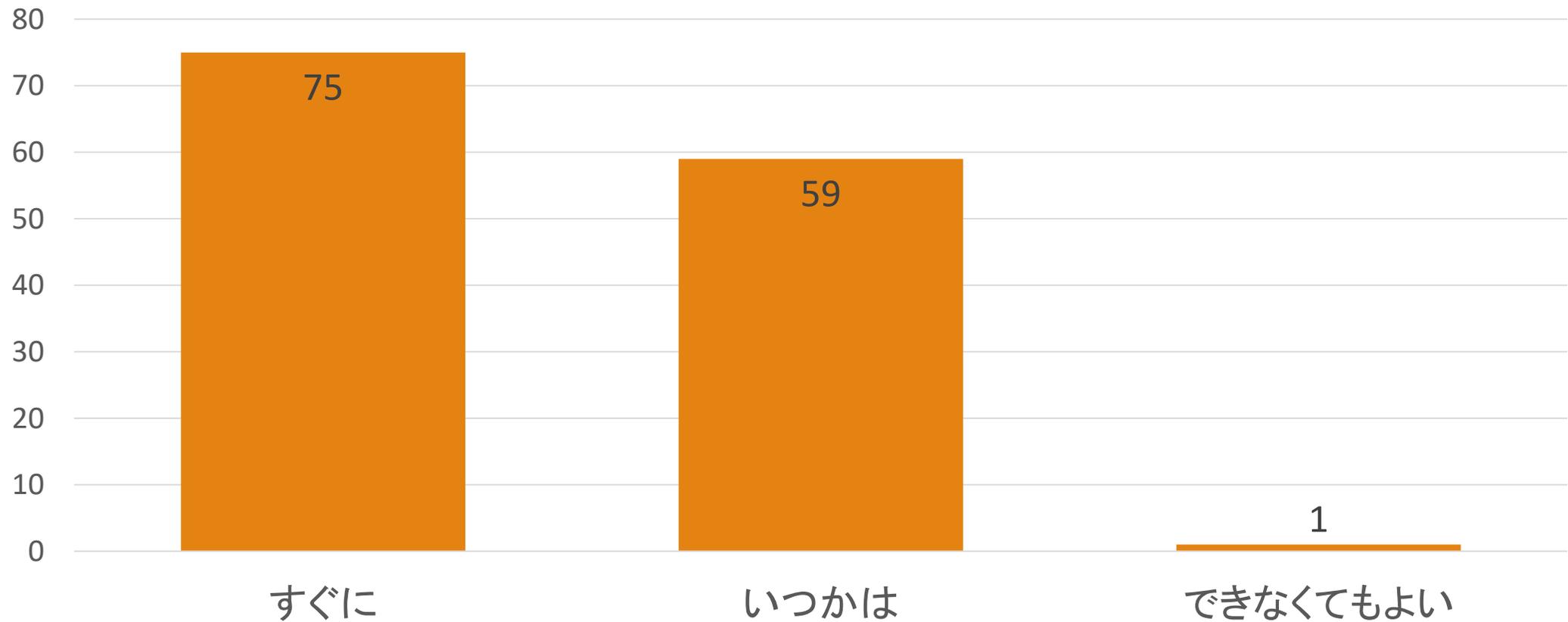
②出来ていないことや気にしていないこと



③できない理由は何だと思えますか？(4～6年)

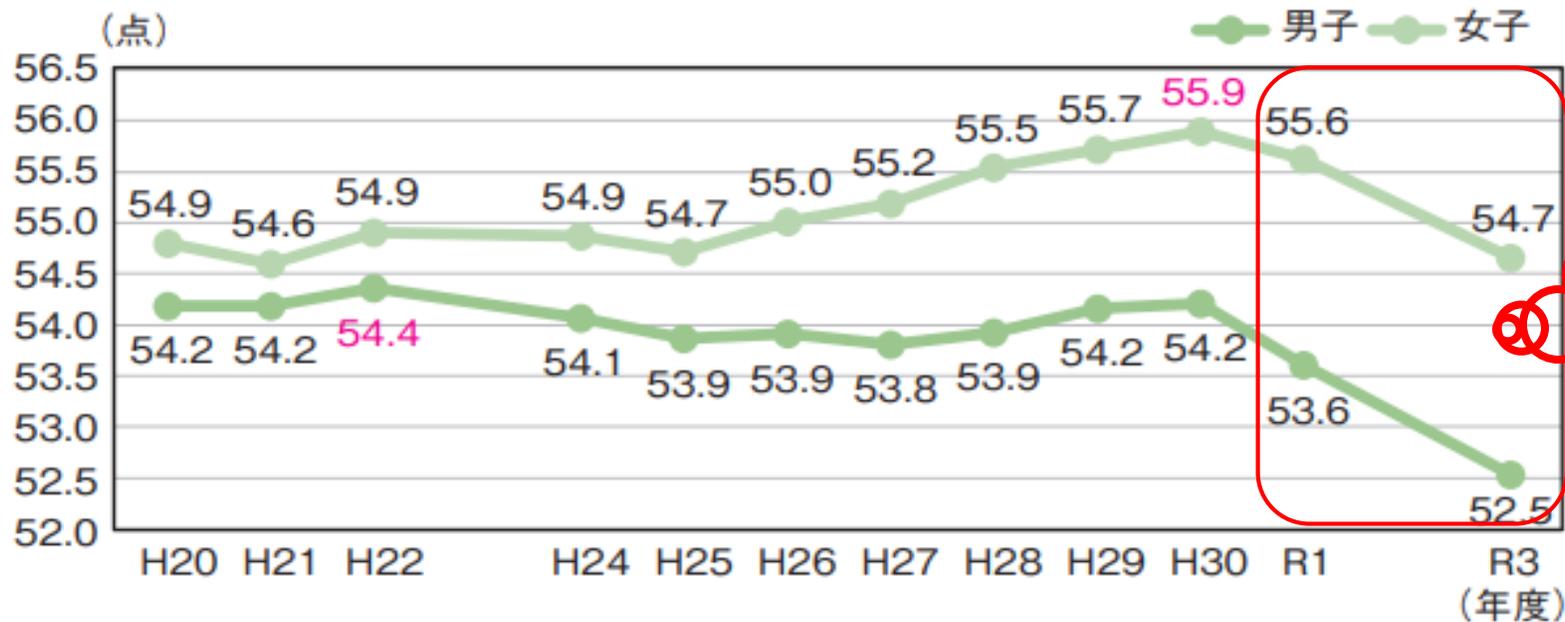


④できるようになりたいですか？



現代の子供たちはなぜ「姿勢」を保持できない？

筋力の低下



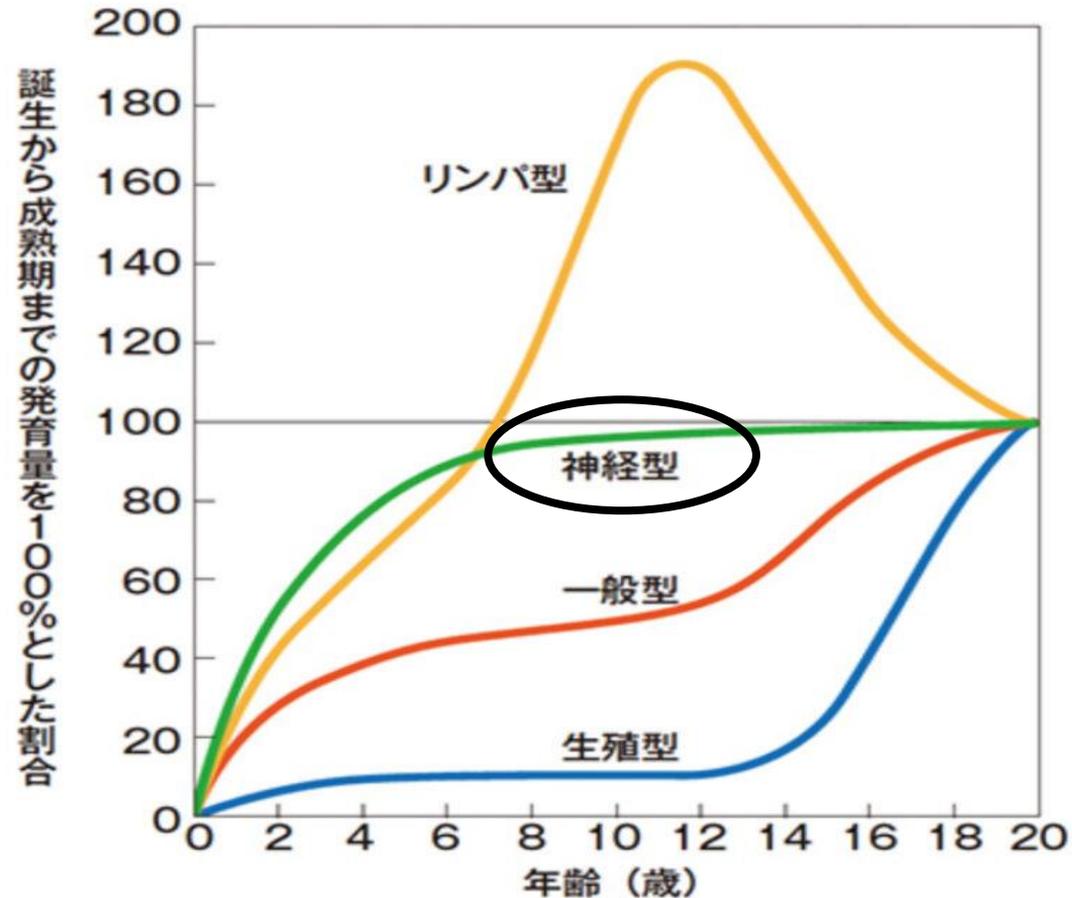
令和元年コロナ禍
以降著しく体力低下

現代の子供たちはなぜ「姿勢」を保持できない？

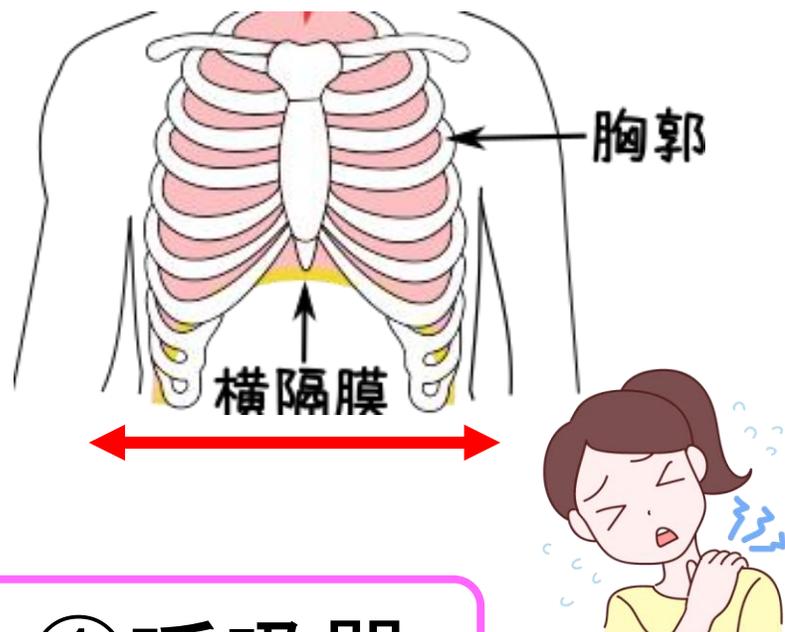
生活環境の変化



スキヤモンの発達・発育曲線

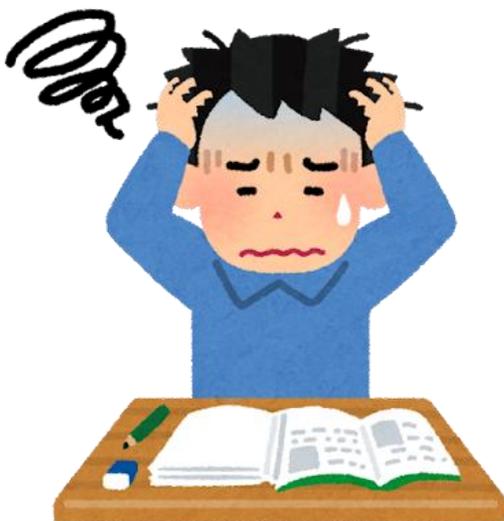


姿勢が及ぼす影響



①呼吸器

②勉強



③歯列

メディアと健康

①目の健康

○目の酷使による**ピント調節機能の障害**

○瞬きの減少による**乾燥**

○ブルーライト

 **ドライアイ**
眼精疲労



メディアと健康

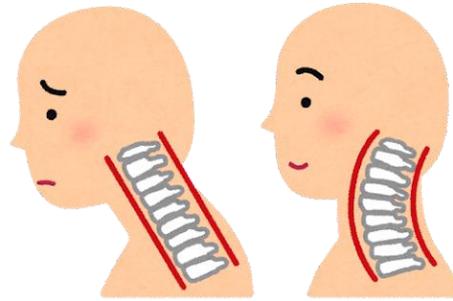
②肩・首

○前傾姿勢を長時間、毎日続けることで肩・首の
筋肉が緊張



肩こり

ストレートネック



メディアと健康

③精神的依存

- 自分の意志でやめられない
- 目の前のことに集中できない
- 強烈な不安に襲われる

 ネット・ゲーム依存

WHOが示したゲーム障害の主な診断基準	
ゲームをする時間や頻度を自分でコントロールできない	3つの条件に当てはまる状態が1年以上続く
日常生活でゲームを他の何よりも優先させる	
生活に問題が生じてもゲームを続け、エスカレートさせる	

今後の取組について

できていないと
分かっているけど
続けられない...

できていると
思っている

意識していない



継続して行動するためには
どうしたらよいか

変化のステージモデル

無関心期 ①そうしようと思わない



関心期 ②そうしようと思うが、今はまだやる気がしない



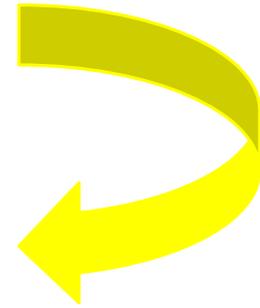
準備期 ③よし、やるぞ！（でも始めて間もない）



行動期 ④やり始めて間もない



維持期 ⑤その行動が維持している



「よい姿勢だと体が
痛くない！」

「ゲーム時間を少なくしたら
寝る時間が増えた！」

「よい姿勢になりたい」
「ゲームのしすぎはまずい」

健康行動
の有効性

健康に
関する
知識

危機感
期待感

自分事

重要性
重大性

○ 行動意欲の向上
○ 健康に関する価値向上

参考文献：行動科学を生かした集団・個別の保健指導

背すじピン！メディアと仲良しかわばっ子
～未来へつなぐ行動をしよう～

