

ほけんだより

令和6年7月19日 No. 5
江戸川区立篠崎第五小学校
校長 山田勇一郎
主任養護教諭 小澤 弘美

不安定な天気が続き、湿度も高いため体調を崩している子供たちも多くいます。今年の夏も厳しい暑さが見込まれています。いつも以上に体調管理を進め、夏休み中の健康を維持していきましょう。

夏休み中の水泳指導や補習授業(チャレンジタイム)には必ず、水筒の持参をお願いします。子供たちがすぐ水分を摂れる環境にしていきたいと思えます。御家庭の御協力をよろしくお願いします。



7/12(金) 学校保健・給食運営委員会開催

7月・8月
保健目標

あつ ま せいかつ
暑さに負けない生活をしましょう。



学校保健・給食運営委員会の報告

令和6年7月12日(金)に開催いたしました、学校保健・給食運営委員会の報告をいたします。この会は、児童の心身の健康安全または、学校給食に関する身近な課題について協議し、児童の健康づくりを推進するとともに、学校給食の質の更なる向上を図るために開催されます。

<出席者> ・学校医2名 ・学校薬剤師1名 ・学校評議員3名 ・PTA副会長3名
・給食民間委託業者「天竜」代表(栄養士含)3名 ・学校側3名(校長・副校長・他1名) 計15名

学校給食について ..学校給食の取り組みについて報告..



会社紹介



今年度から給食民間委託業者が「株式会社東京天竜」に変更になりました。「食にまごころを」を掲げ、栄養士とともに子供たちに「安心、安全、おいしい」給食を届けています。

給食の栄養管理については、江戸川区で定められている標準食品構成や栄養基準値を満たすように調整しています。

【献立】

旬の野菜や果物などを取り入れ、行事食や手作りパンなどバラエティに富んだ献立を心がけています。

【食に関する指導】

食材体験を通して、身近な食材に興味、関心をもてるようにしていきたいと考えます。

《えびと玉子のちらし寿司》



《ちゅうかちまき》



《1年生: グリンピースのさやむきにチャレンジしよう》



《2年生: とうもろこしの皮むきをしよう》



★児童の感想★

- ・粒の色がすべて違いました。
- ・ひげの触り心地が良かったです。
- ・皮むきの時と茹でた後のにおいが違いました。

【食物アレルギー対応】

・原因食材（対応人数）

卵（1）、魚類（1）、ごま（2）、
ピーナッツ（3）、カシューナッツ（2）、
くるみ（4）、アーモンド（1）、
果物類（4）、グレープフルーツ類（1）
甲殻類（1）、野菜類（2）、
飲用牛乳のみ（後期乳糖不耐症）（2）、
やまいも（2）、その他（1）



※食経験が少ない。

→いろいろな食材を家庭でも食べることが必要。

例：果物（メロン、バナナなど）

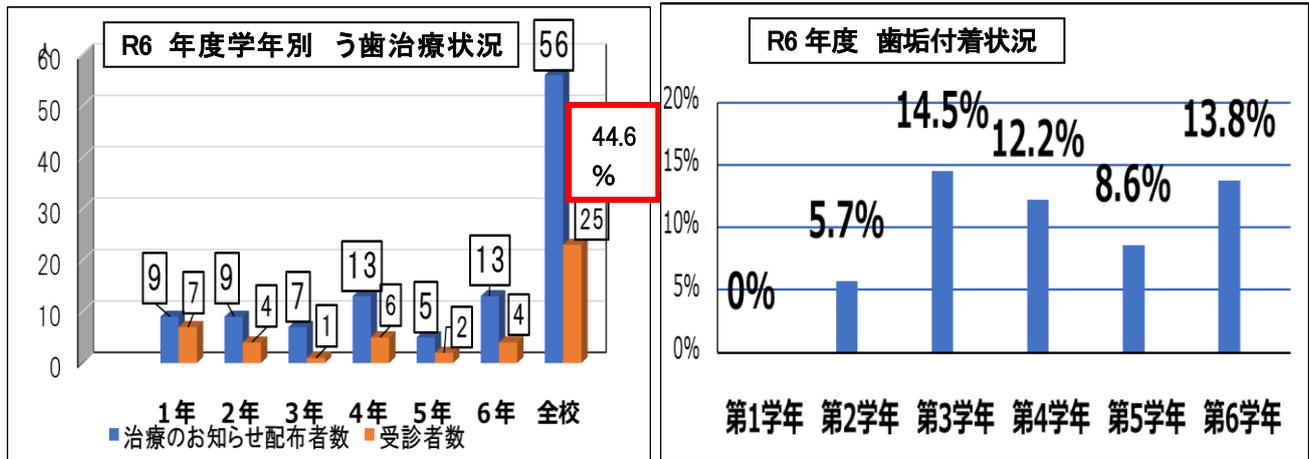
種実類（くるみ、ピーナッツ、アーモンドなど）

本校では、毎年、入学や進級に合わせてアレルギー対応委員会を開催し、アレルギー内容の確認を行っています。保護者と共通理解を図り、職員で周知し、除去食の提供を行っています。

入学説明会においても、いろいろな食材を家庭でも食べる機会を増やしてほしいとお願いしているところではありますが、除去食対象児童以外で、給食中、アレルギー症状を発症する児童もいます。

給食では、いろいろな食材が使われ、また、ドレッシングなども手作りとなっています。ご家庭での様子について何かあればご連絡をお願いします。

学校保健について ..健康診断報告..(生活習慣については、ほけんだよりで随時報告いたします。)



◆4月の歯科検診後、う歯治療のお知らせを配布しましたが、今日現在で44.6%の人が歯科医院受診をし、治療を行っています。むし歯のない健歯と処置完了者を含めると82.3%でした。1年生の健歯者が多かったため、昨年度よりも、う歯保有者は下回っています。

◆歯垢付着状況では、3年生以上が昨年度よりも歯垢付着の割合が増えています。歯垢が、むし歯や歯肉炎の原因となるため歯みがきが重要になってきます。夏休み中に歯みがきの習慣化を目指しましょう。

<眼科校医 玉城先生より> ..人生100年時代、切れ目なく目を大切に..



区では3歳児検診の充実を図るため、6月10日を「子供の目の日」としている。学童期では、近視が将来の目の病気のリスクを高めることから、近視の進行予防の取り組みが進められている。「外遊びを増やす、タブレットの使い方、姿勢をよくする」ことが対策として挙げられている。目は、見える見えなだけでなく、身体的、精神的、認知症にも影響を与える。『アイレイルチェック』で目の健康寿命を延ばすことが大切です。子供たちの視力低下の進行を防ぐことが将来の健康につながります。

<歯科校医 長嶋先生より>

歯科検診結果については、検診時にたまたま歯みがきをしてこなかった人もいると思う。今、若年性歯周病患者が増えている。健康寿命を延ばす観点から目と同じように区の取り組みとして『はつらつチェック』（フレイル）を行っている。節目で実施される区の歯科検診は進んで受けてほしい。給食後の歯みがきが開始され、また3年生で行う「健口歯ブラシ」も例年通り行い、歯科保健の向上に努めたい。

《給食後の歯みがき》



<学校評議員より>

・家庭での生活習慣が大切と思う。PTAの方でも広めてほしい。

<PTA 副会長より>

・1年生では、グリーンピースのさやむき体験活動をしたことで、野菜嫌いのため進んで食べなかったが、興味を示すようになり、食べるようになった。体験活動は良いと思った。

・野菜が苦手だったが、給食の味付けが食べやすいため食べられるようになった。また、タブレットを見る時間が長いと感じる。外遊びを積極的にさせたい。歯科では、かかりつけ医による定期検診も行いたい。

