

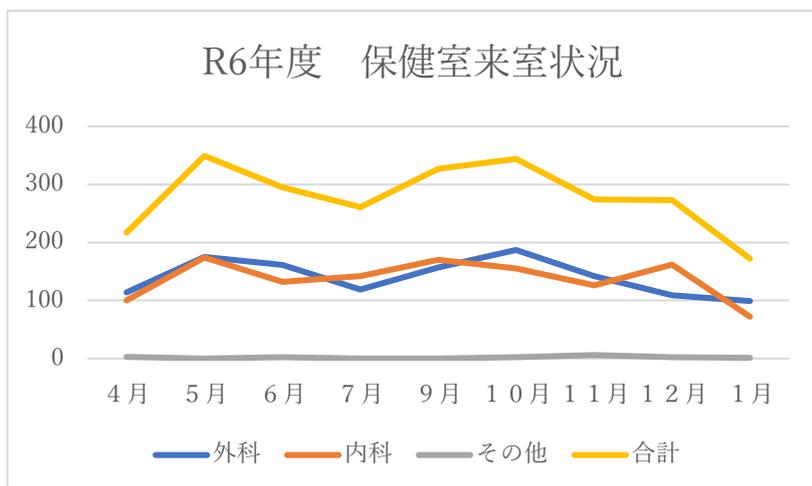
ひだまり 3月号

令和7年2月28日
江戸川区立大杉東小学校

3月の保健目標

1年間の健康生活の振り返りをしよう

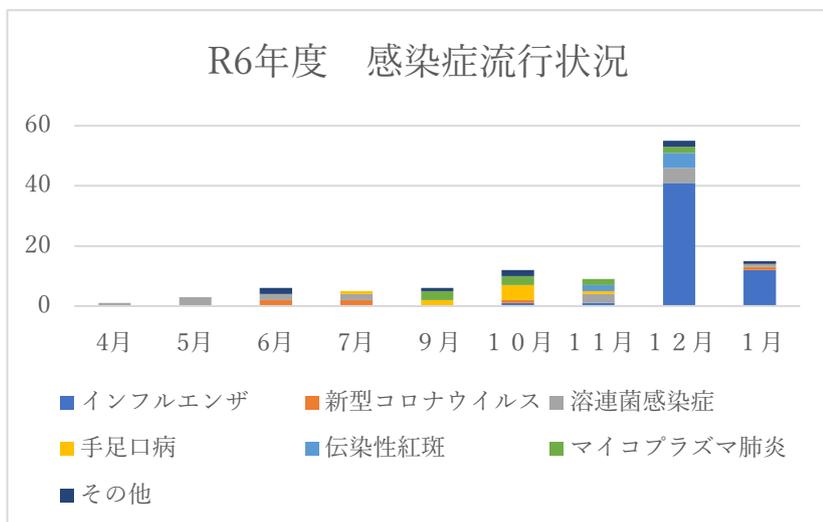
～保健室来室状況からの振り返り～



令和6年度の保健室来室状況は左図のとおりです。全体的に5月と10月頃の来室が増えています。疲れが出る時期であることも要因の一つと考えられます。

また、6月と10月頃に外科の来室が多いのは、水泳や運動会、竹馬運動会に向けて練習が始まることに関係しています。12月の内科が外科に比べて多いのは、感染症の流行が考えられます。今年度は、インフルエンザが12月に流行しました。

～治癒証明書からの振り返り～



令和6年度の感染症流行状況は左図のとおりです。昨年度と比べると、胃腸炎や新型コロナウイルスの感染は本校においては少ない傾向にありました。一方で、手足口病、伝染性紅斑、マイコプラズマ肺炎の流行が拡大しました。インフルエンザにおいては、昨年度同様冬に流行が拡大しました。

※左図は治癒証明書を元に集計しております。実際の感染状況と

手洗いうがいなどの基本的な感染症対策、けがの予防、食事・睡眠などの生活習慣、むし歯予防など、毎日をより良く生きるために気を付けるべきことはたくさんあります。これらすべてを継続していくことは、当たり前で実は難しいことです。今の健康状態を継続することはもちろん、その中でも、さらに良くできるところを一つ見つけて、少しずつ改善することが大切です。

保健給食委員会 ～1年間の取組～

保健給食委員会では、石けん補充や給食黒板の記入、お昼の放送といった毎日の活動に加えて、フッ化物洗口用の動画作成や低学年に向けた牛乳パックの片付け動画、睡眠啓発ポスター作成など、児童の実態に即した新たな取組を行ってきました。

3学期の最後には、児童集会を開いて保健・給食クイズを出し、健康について楽しく学べるように工夫しました。



学校保健委員会

2月25日（火）に学校保健委員会を開催しました。ご参加いただいた保護者の皆様、ありがとうございました。

本会では、始めに養護教諭より、本校の定期健康診断結果と健康教育活動についてご報告させていただきました。その後に、管理栄養士や睡眠改善インストラクターなどの資格をもつ篠原絵里佳さんを講師としてお招きし、睡眠についてご講演いただきました。

日本人は睡眠時間が短いと言われています。ご自身の睡眠やお子様の睡眠に悩んでいる方も多いのではないのでしょうか。今回の講演では、科学的根拠を交えながら睡眠改善のヒントになる内容が多く盛り込まれており、日々の生活の中ですぐ実践できる内容ばかりでした。

詳細は、「学校保健委員会だより」として3月中旬ごろにHPに掲載する予定です。

健康努力児童 表彰

2月17日（月）の朝会で、日頃から健康づくりに励み、大きな成果をあげている6年生2名が、健康努力児童として表彰されました。おめでとうございます。