

# ほけんだより 12月

保護者の方へ

学校保健給食委員会  
報告号

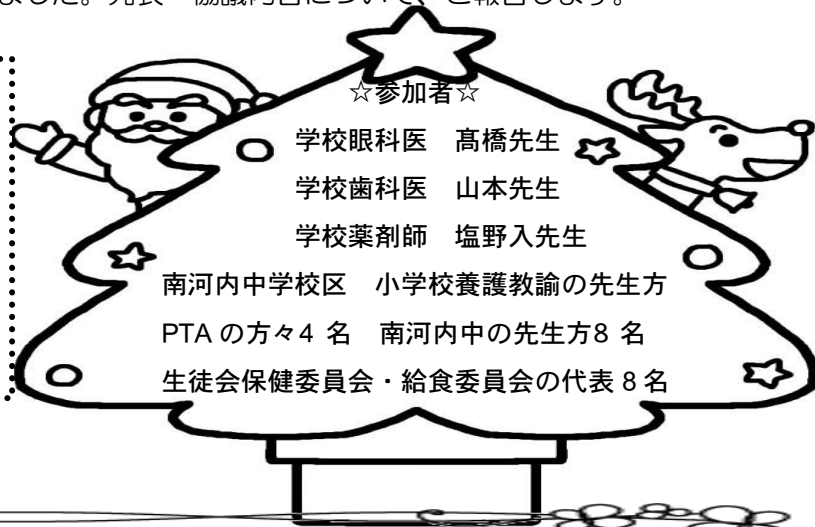
2018. 12. 25

南河内中学校 保健室

11月29日(木)学校保健・給食委員会を行いました。発表・協議内容について、ご報告します。

【次第】

- 1.開会の言葉
- 2.本校の健康課題についての発表(保健・給食委員会)
- 3.研究協議
- 4.学校医の先生より
- 5.校長先生より
- 6.閉会の言葉



【健康課題について】 ○視力低下者がたくさんいる

→37名(17.5%)が昨年より視力低下している。また、視力がAだった人の割合が54.4%で、昨年度より6%低下している。

○授業中・給食中など姿勢が悪い人が多い

→立腰タイムで、良い姿勢について伝えているが、普段の生活でなかなか改善が見られない。



研究協議テーマ「普段から良い姿勢を保てるようになるために、

どのような取り組みが必要か？」



	本人ができること	家庭でできること	学校でできること
協議内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・毎日鏡をみて、姿勢を直すようにする</li> <li>・毎日運動をする</li> <li>・手に「姿勢を正しく！」と書く</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食事を全員で食べ、皆で姿勢を意識する</li> <li>・家でストレッチして筋肉をつける</li> <li>・ソファを廃止する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・友達の姿勢をみて、自分もきちんとできているか確認し合う</li> <li>・授業の最初の挨拶の後、保健委員が一声をかける</li> <li>・姿勢がよい人を紹介する</li> </ul>
	地域・小学校でできること		委員会として今後行いたいこと
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・小中連携で継続</li> <li>・小学校のうちから良い姿勢の定着 →「良い姿勢とは？」保健指導実施 →立腰タイムの継続</li> <li>・姿勢が悪いとどうなるのかを学ぶ</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>★立腰タイムを継続して行う</li> <li>★肘をつかないように注意する</li> <li>★友達同士声かけをして意識する</li> <li>★姿勢がよい人を紹介する</li> </ul>

頂いた意見を参考に、南河内中のみなさんが良い姿勢を保てるようになるため、委員会で、学校でできること一つ一つに取り組んでいこうと思います。

様々な立場から意見を頂きました。参加者の皆様、ありがとうございました！