

ほけんだより 臨時号

柳井市立柳井中学校
2024年3月11日 17号

第2回 学校保健安全委員会

2月6日(火)に令和5年度第2回学校保健安全委員会を開催しました。

今回は学校医3名、保護者の方7名、教員6名が参加しました。

今年度最後の学校保健安全委員会となり、保体部さんの軽快な司会のもと、保健体育委員会の発表、各部から今年度の取組についての報告、学校医からのご指導など、様々なお話をさせていただきました。



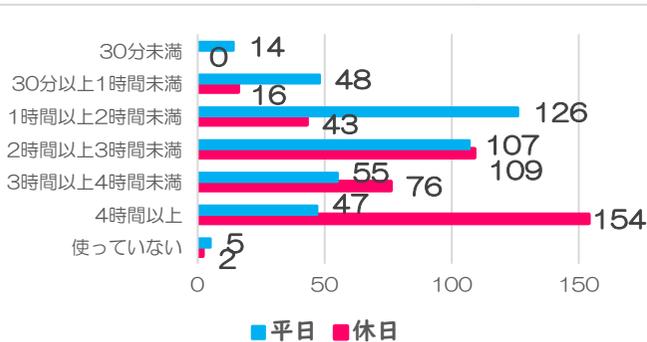
生徒保健体育委員会からの発表

保健体育委員会の今年度の取組について、生徒が報告しました。

柳井中生がメディア(スマートフォンやタブレット、ゲームやパソコンなど)と上手に付き合っていくために、メディアコントロールについての取組を実施しました。

① アンケート結果について (一部抜粋して掲載します)

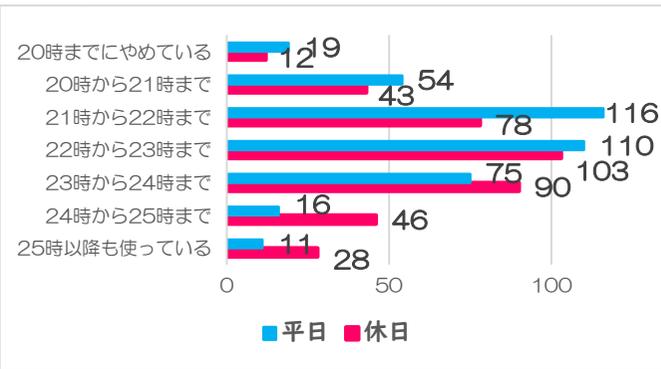
Q メディアを何時間使用していますか？



平日は、自由時間に限りがあるので、睡眠時間の減少や学習への支障が心配されます。

また休日は、使いすぎてしまう傾向にあると同時に、メディアの使用が習慣化されてしまっているため、無意識にメディアを触ってしまっているのではないかと考えられます。

Q 夜、何時間までメディアを使用していますか？



次の日に学校や部活があっても、切り替えられず、なかなかやめられないことがわかり、メディアが生活の中から切り離せなくなっているようです。



② 文化祭の展示について

今年度あらたに、柳井中学校区で統一した、メディアに関するルールが取り決められました。『柳井中学校区 メディアコントロールのための3つの約束』です。展示や動画を用いて、3つの約束も合わせて発信し、柳井中生の意識改善に結びました。ぜひ、ご家庭でも呼びかけをよろしくお願いいたします！

『メディアコントロールウィークのための3つの約束』

- メディアの使用については、家族の方とルールを決めましょう
- メディアの使用は、寝る1時間前までにしましょう
- 学習以外のメディア使用時間は、1日2時間(休日は3時間)までにしましょう



各部からの報告

治療勧告後の受診率（特に歯科検診）がなかなか上がらないので、是非早期の受診をお願いします。

保健部

●学校保健活動状況

- 1 健康診断の実施
 - 2 交通安全関係
 - 3 組織活動・・・学校保健安全委員会、委員会活動
 - 4 環境衛生検査関係
 - 5 保健指導関係
 - ・ブラッシング指導
 - ・薬物乱用防止教室（3年生対象）
 - ・性に関する指導（2・3年生対象）
- その他
職員研修（緊急時対応について）の実施
日々の食物アレルギー対応について



体育部

令和5年度新体力テスト 結果報告

昨年度の結果と比較して、多くの項目で全国平均を上回っていました。

- 準備運動や補強運動の強化・徹底をしている。
- 実施時期の検討や使用道具の改善など、環境整備を行った。
- 保健体育委員会と協働して、運動習慣の確立を目指している。



生活調査の結果より・・・

日常生活（食事や睡眠やメディアの使用など）において課題を抱える生徒が増えているので、リスクの見える化や習慣化できる取組を考案し、「自律するための力」を育みたいと思います。



保護者の方へお願いします！！

生徒指導部

2学期中旬～ SNS関係のトラブルが急増しています！！

わかり次第、速やかに対応していますが、そのほとんどはネット上で行われているため、把握が難しいのが現状です。



事が起きてからでは遅いです。

お子様のためにも、ご家庭でスマホの使用状況など、確認をお願いいたします。

教育相談部

不安や悩みを抱える生徒の早期発見・早期対応や不登校生徒への対応について

- ・生徒支援委員会（週1回）
- ・教育相談（学期1回）
- ・陽だまりルームの活用
- ・Fit検査（5月と10月）
- ・職員研修「教育相談の在り方について」
- ・SC（スクールカウンセラー）による授業「SOSの出し方について」（1年生対象）
- ・高校0年生のカウンセリング
 - 3年生を対象にアンケートを実施し、高校進学に不安を感じている生徒へSCがカウンセリングを実施しています。

学校医からの受指導

～ 内科医 大久保先生より ～

現在、新型コロナウイルスやインフルエンザなどの感染症が流行していますね。新型コロナウイルスは、昨年の5月から第5類に分類されています。しかし、日常生活の中で密になる場面は多くあるため、感染のリスクはなくなりません。密になる場面では、やはり注意が必要です。学校においては、受験や行事の際などに留意して、うがいや手洗いなどの感染対策をしてください。

また、生徒の発表や検診での様子を見て、自分たちの頃とは違い、とても真面目で素直な印象を受けています。しかし、その反面、いろいろ抱え込むことで、昔とは違った健康課題が増えていることもたしか。時代の変化ですね。



～ 耳鼻科医 松田先生より ～

マスクをつける生活が長かったことで、本来もつべき免疫力が低下し、様々な感染症にかかりやすくなっている気がしますね。かかることで免疫力はあがるので、難しいところですが。大切なのは、『周囲に感染させないために、どのような行動をとることが必要か』です。家庭でぜひ考えてみられてください。

また、親も子も『我慢力』を是非アップさせてほしいと思います。しかしながら、今の子どもは、自分の気持ちや感情を吐き出すことも大切で、加えて相手の気持ちも理解できるようみとることが必要です。忙しい中であると思いますが、親子の時間をつくっていただき、感情のままに伝えるのではなくしっかりと話してお互いの気持ちを理解できるようにしてあげてください。



～ 薬剤師 山本先生より ～

最近気になっているのは、オーバードーズ（薬を決められた用量を守らずに過剰摂取すること）です。SNSで不確かな情報が出回っており、興味本位でやってみたというケースがあります。医師・薬剤師を介さず、薬を受け取れるような取組が進んでおり、安易にオーバードーズを行えるようになってきているのが現状です。こうした中で、学校でどのようなことを教えていくべきか、考えることが必要です。自分で情報を得て勝手な判断をしないように、そして第一に、命の保証ができないことをしっかりと伝えてあげてください。

また委員会でのメディアに関するアンケート結果はとても興味深いものでした。一人ひとりの時間の使い方を可視化したり、アンケート結果を公表することで、子どもたちがどう思うか、考える時間をつくるとおもしろいのかなと思いますよ。



学校医の先生方、ありがとうございました！

保護者のみなさま、是非今後の参考にしてみてください。

