

学校保健安全委員会だより

令和5年7月19日
水戸市立寿小学校

令和5年7月12日（水）、学校医の先生方、PTAの委員の皆さまにご出席をいただき、第1回学校保健安全委員会が開催されました。保健・安全・食育・体育各部から本校の課題や指導内容等について報告を行った後、学校薬剤師の鍋木正三先生より講話をいただきました。

各部からの報告

● 保健部

・ 今年度の健康診断の結果、肥満傾向の児童が全体の14.4%を占めた。肥満傾向の児童の割合は年々増えており、水戸市全体としても同様の傾向が見られる。外遊びの推奨やバランスの良い食事の大切さについて話していきたい。

視力については、裸眼視力Aの児童は74.1%であった。県の平均は60.5%であり、本校は目に良い生活ができていない児童が多いことがうかがえる。

● 体育部

・ 昨年度の体力テストの結果から、寿小の傾向として、「握力」と「ボール投げ」が課題であることがわかった。これらの力を高めるために、体育の準備運動中にグーパー運動を取り入れたり、お手玉スローを実施したりしている。また、体力テストの計測の仕方や試技の仕方について職員研修を実施し、児童への指導に生かしている。

● 安全部

・ 1・3年生を対象とした交通安全教室や通学班集会を実施することで、安全な登下校ができるよう努めている。

・ 校内やグラウンドの施設に危険箇所等がないか、月に一度、職員で点検をしている。1学期の対応として、転落防止のため、2階の窓が全開にならないような器具を設置するなどの対策をとった。

● 食育部

・ 年間の指導目標に基づき、給食指導を行っている。5月は1・2年生におはしの使い方について、6月は3年生に納豆に含まれる栄養の話、4年生にはよくかんで食べることの大切さについて話をした。

・ 学校給食摂取基準に定められた栄養価を満たすように毎月献立を考えている。残食が多くあるので減らすための取組について考えていく。

出席者からの感想

- 普段聞くことのできない校医の方々のお話を聞くことができ、とても貴重でありがたかったです。
- マイナンバーカードについて、自分自身でたしかかな情報をこまめに取り入れるよう気を付けていこうと思います。
- 生活リズムを整えていこうと改めて思いました。

1 いつもの薬がないってどういうことなの？

2 『賛否両論のマイナンバーカード』とりあえず作りますか？

学校薬剤師 鍋木 正三 先生

1 いつもの薬がないってどういうことなの？

現在、コロナの影響や医薬品の供給不安定さ、流通制度の課題などにより、薬が手に入りにくい状況が続いています。

処方された薬を、近いから、空いているからなどの理由で飛び込みで薬局に入ると、在庫がなくすぐに薬が手に入らない場合があります。たとえ混んでいても、駅前薬局（病院やクリニックの近くにある薬局）で薬をもらった方が安心です。



2 『賛否両論のマイナンバーカード』とりあえず作りますか？

政府の意向は変わる可能性があります。今のところ来年秋ごろには、保険証を廃止することになっています。賛否両論ありますが、マイナンバーカードを作り、保険証との紐づけを行うと良いかもしれません。その際、セキュリティは万全にすることを忘れずにしてください。決してカードに暗証番号を書くことのないように・・・。

マイナンバーカードを作り、保険証との紐づけができましたら、何らかの機会を受診した際に利用できるか確認してみると良いでしょう。

また、インターネットで「マイナポータル」と検索してサイトを開くと、マイナンバーカードの様々な情報が載っています。その中の1つに「診療・薬剤・医療費・健診情報の確認」ができます。ここで処方された薬について確認することができますが、処方されてから見られるようになるまで最大で40日ほどのタイムラグがあります。直近の情報を確認するためにも、「おくすり手帳」はしばらく併用することが良いのではないのでしょうか。

夏に薄着で野山などに行くとマダニに刺される可能性があります。野山などにいくときは、長袖、長ズボンを着て、肌の露出をおさえると良いでしょう。刺されてしまったときは、無理にとろうとせず、皮膚科を受診しましょう。【神代内科 神代秀爾先生】



近年、口腔機能が低下している子供たちが多いようです。口腔機能が低下すると、クチャクチャと音を立てて食べる、口からこぼす、適度な回数で飲み込むことができないなどの様子がみられます。夏休みの食事の様子をときどき観察してみてください。【宮内歯科医院 宮内千年先生】