

令和5年度
第 1 回
学校保健委員会



令和5年7月13日（木） 14：00～15：30

幸手市立権現堂川小学校

令和5年度 第1回学校保健委員会 次第

司会（長澤主幹教諭）

- 1 開会のことば（教頭）
- 2 挨拶（PTA 会長）
（校長） ＊指導者紹介を含む
（学 校 医 石塚先生）
（学校歯科医 丸山先生）
- 3 学校保健委員会会則と組織の確認（保健主事）
学校保健全体計画について
- 4 議事

（1）新体力テスト結果について（体育主任）

（2）定期健康診断結果について（養護教諭）

（3）令和5年度学校保健の取組について（養護教諭）
①歯科保健の取組について
②校区学校保健委員会の取組について
- 5 講話
『フッ化物洗口について』 学校歯科医 丸 山 真 司 先生
『子供に起こりやすいけがの手当てと対応』 学校医 石 塚 一 郎 先生
- 6 質 疑
- 7 感想発表（5，6 年代表・PTA 環境厚生部長）
- 8 謝辞（校長）
- 9 閉会のことば（教頭）

幸手市立権現堂川小学校学校保健委員会会則

第1条 本会は、幸手市立権現堂川小学校学校保健委員会と称し、事務局を権現堂川小学校内に置く。

第2条 本会は、児童・職員の健康を保持増進させるために必要な対策を目的とする。

第3条 本会は、前条の目的を達成させるために次の事業を行う。

- 1 学校保健計画の作成と実施
- 2 健康診断の事後措置、特に治療について具体的な実施計画の立案・実施と評価
- 3 疾病予防についての対策
- 4 学校行事の保健的な推進
- 5 健康生活の具体的な推進
- 6 児童・職員の保健衛生に関すること
- 7 学校環境衛生・保健・安全に関する調査・統計
- 8 健康相談及び家庭・関係機関との連絡・提携
- 9 保健思想の普及・啓発

第4条 本会は次の委員で構成する。

- ＜専門家＞ 学校医 学校歯科医 学校薬剤師
- ＜保護者＞ P T A会長・同副会長 環境厚生部員 各専門部正副部長
- ＜学 校＞ 校長 教頭 主幹教諭（教務主任） 保健主事 養護教諭
学校栄養士 体育主任 安全主任 給食主任 学級担任
- ＜児 童＞ 児童会長・同副会長 児童保健委員 5，6年児童

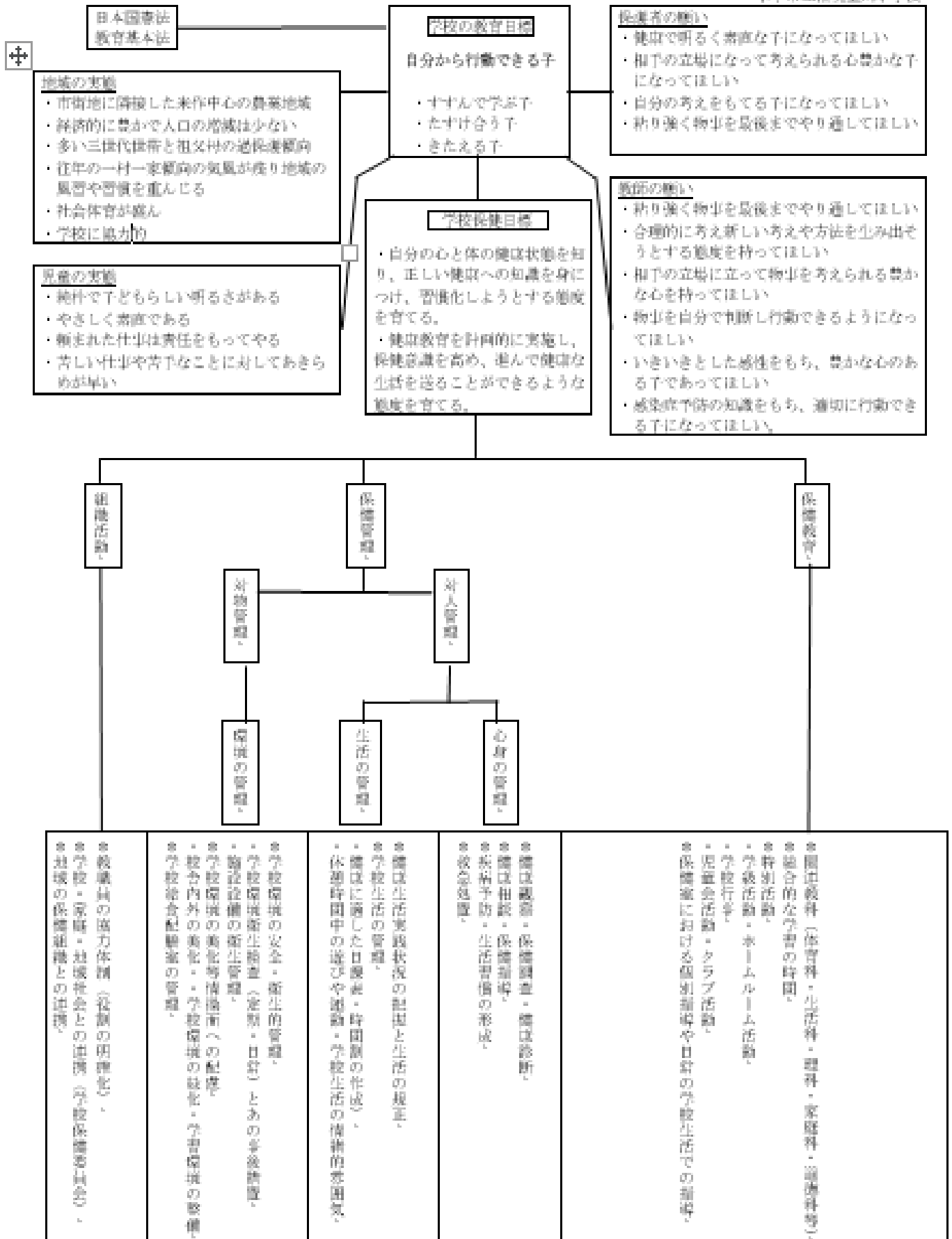
第5条 本会は、委員長1名(校長)、副委員長2名(P T A会長 環境厚生部長)を置く。

第6条 本会は、年2回を定例とする。ただし、必要のある時は臨時に開催することができる。

第7条 本会の事務処理は、職員保健部員があたる。

令和5年度 学校保健全体計画

幸手市立梅境堂川小学校



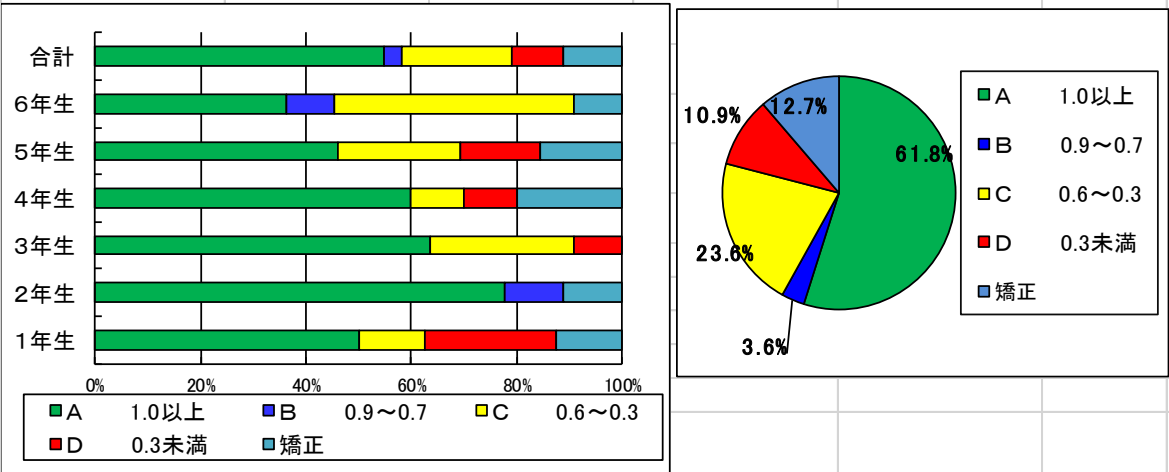
令和5年度 発育測定結果（4月測定）				
	男子		女子	
	身長(cm)	体重(kg)	身長(cm)	体重(kg)
1年	115.9	☆ 22.0	113.5	☆ 21.7
県平均	116.7	21.9	116.5	21.5
測定人数(人)	3	3	4	4
2年	118.3	23.4	☆ 122.4	☆ 24.6
県平均	122.6	24.6	121.9	23.8
測定人数(人)	5	5	3	3
3年	125.1	26.1	☆ 129.7	☆ 28.4
県平均	128.7	27.8	127.9	26.9
測定人数(人)	4	4	7	7
4年	133.3	☆ 32.2	☆ 136.0	☆ 35.1
県平均	134.2	31.5	134.5	31.0
測定人数(人)	3	3	5	5
5年	☆ 141.6	☆ 40.8	140.7	31.9
県平均	139.5	35.0	140.8	34.8
全国平均(人)	4	4	7	7
6年	144.9	38.2	144.3	☆ 40.7
県平均	146.7	39.8	147.3	40.0
測定人数(人)	7	7	3	3
※県平均は令和3年度のものです。		☆は県平均を上回るものです。		
本校は平均を出す対象者が少ないので、一人でも身長の高い児童や低い児童がいると、大きく左右します。				
また、今年度から4月の測定結果を発育曲線にし、健康カードとともに配布します。家庭で成長に異常がないかみてもらいます。身長の場合、－2SD以下を低身長の目安としています。				

栄養状態

	肥満(肥満度20%以上)		やせ(肥満度－20%以下)	
	人数	割合	人数	割合
男子	5	20.0%	1	4.0%
女子	3	10.0%	1	3.3%
合計	8	14.5%	2	3.6%

視力検査

学年	A 1.0以上	B 0.9～0.7	C 0.6～0.3	D 0.3未満	矯正	視力異常(B～D+矯正)
1年生	4	0	1	2	1	4
2年生	7	1	0	0	1	2
3年生	7	0	3	1	0	4
4年生	6	0	1	1	2	2
5年生	6	0	3	2	2	5
6年生	4	1	5	0	1	6
合計	34	2	13	6	7	23
割合	61.8%	3.6%	23.6%	10.9%	12.7%	41.8%
昨年度	64.6%	9.2%	7.7%	6.2%	12.3%	35.4%



その他の検診・検査

項目	対象	結果
内科検診	全学年	全員異常なし
尿検査	全学年	全員異常なし
心臓検診	1・4年生	全員異常なし
聴力検査	1・2・3・5年生	全員異常なし
色覚検査	4年生希望者	要受診1名

歯科健康診断結果															
	むし歯0の人 (すべて健全歯)			処置完了者 (むし歯はあるが 治療済)			未処置者 (むし歯あり)			要観察歯 (CO)あり			要注意乳歯 あり		
	男	女	計	男	女	計	男	女	計	男	女	計	男	女	計
1年	1	4	5	0	0	0	2	0	2	0	0	0	0	0	0
2年	5	1	6	0	0	0	0	2	2	0	1	1	0	0	0
3年	1	2	3	0	2	2	3	3	6	0	1	1	0	1	1
4年	1	2	3	1	0	1	1	3	4	0	1	1	1	0	1
5年	3	6	9	1	0	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1
6年	5	3	8	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	0	0
合計	16	18	34	3	2	5	7	9	16	1	4	5	1	2	3
%			62%			9%			29%			9%			5%
昨年度			65%			17%			18%			18%			6%

			1年		2年		3年		4年		5年		6年		合計	割合	昨年度
			男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女			
歯列 咬合	1	経過観察	0	0	1	2	1	1	0	1	2	2	2	1	13	23%	29%
	2	専門医の診断	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
顎関節	1	経過観察	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0%	0%
	2	専門医の診断	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
歯垢	1	若干付着	0	0	1	0	1	2	0	3	2	2	3	0	14	27%	37%
	2	相当付着	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
歯肉	1	経過観察	0	0	1	0	1	2	0	3	2	2	3	0	14	27%	40%
	2	専門医の診断	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
歯石			0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	2	8%	8%

1人あたりの歯保有数 (永久歯)			
	R3	R4	R5
1年生	0.00	0.00	0.20
2年生	0.00	0.00	0.13
3年生	0.00	0.00	0.00
4年生	0.00	0.27	0.13
5年生	0.14	0.09	0.09
6年生	0.60	0.00	0.00
全校	0.19	0.06	0.08

(単位%)

歯科健診要受診者の割合

■ 要受診者

■ 受診の必要なし

合計	21	34
6年生	3	7
5年生	2	9
4年生	5	3
3年生	6	5
2年生	3	5
1年生	2	5

歯科健診後未受診者の割合

■ 受診済み

■ 未受診(7月7日現在)

合計	13	8
6年生	2	1
5年生	2	0
4年生	3	2
3年生	4	2
2年生	1	2
1年生	1	1

(1) 令和5年度 権現堂川小学校 「児童生徒の新体力テスト」 平均値一覧 男子

幸手市内小中学校 男子		小学校					
		1	2	3	4	5	6
握力 (kg)	県標準値	9.40	11.04	12.82	14.59	16.66	19.46
	R5	10.5	9.7	13.5	15.16	17.5	21.07
	比較	1.10	-1.34	0.68	0.57	0.84	1.61
上体起こし (回)	県標準値	12.73	15.99	18.30	20.26	22.06	23.84
	R5	9.83	12.9	24.5	19.16	18.5	22.78
	比較	-2.90	-3.09	6.20	-1.10	-3.56	-1.06
長座体前屈 (cm)	県標準値	27.23	29.14	31.29	33.12	35.37	37.84
	R5	32.5	36.1	35.5	36.5	38	41.64
	比較	5.27	6.96	4.21	3.38	2.63	3.80
反復横跳び (回)	県標準値	29.02	33.23	36.99	41.16	44.91	48.00
	R5	35.16	36.5	41.5	42.5	49	49.64
	比較	6.14	3.27	4.51	1.34	4.09	1.64
20m シャトルラン (回)	県標準値	23.30	33.37	42.01	50.21	58.10	65.85
	R5	12.66	27.4	42	43	42	59.28
	比較	-10.64	-5.97	-0.01	-7.21	-16.10	-6.57
50m走 (秒)	県標準値	11.42	10.61	10.07	9.64	9.26	8.85
	R5	10.91	11.09	10.05	9.78	9.6	8.79
	比較	-0.51	0.48	-0.02	0.14	0.34	-0.06
立ち幅跳び (cm)	県標準値	117.04	128.59	139.23	148.32	157.30	168.18
	R5	133.66	129	155.75	158.66	169.5	166.28
	比較	16.62	0.41	16.52	10.34	12.20	-1.90
ボール投げ (m)	県標準値	8.33	11.36	14.82	18.32	21.65	25.05
	R5	13.83	9.7	11	18.5	20	21.64
	比較	5.50	-1.66	-3.82	0.18	-1.65	-3.41

(2) 令和5年度 幸手市 「児童生徒の新体力テスト」 平均値一覧 女子

幸手市内小中学校 女子		小学校					
		1	2	3	4	5	6
握力 (kg)	県標準値	8.88	10.45	12.21	14.00	16.46	19.42
	R5	8.5	12.5	13.07	17.3	17.92	23.16
	比較	-0.38	2.05	0.86	3.30	1.46	3.74
上体起こし (回)	県標準値	12.19	15.41	17.69	19.63	21.48	22.79
	R5	17	16.5	22.21	20.5	21.35	18.5
	比較	4.81	1.09	4.52	0.87	-0.13	-4.29
長座体前屈 (cm)	県標準値	29.79	32.14	34.76	37.20	40.13	43.58
	R5	29	36.5	39.64	45.3	49.92	48.5
	比較	-0.79	4.36	4.88	8.10	9.79	4.92
反復横跳び (回)	県標準値	27.60	31.59	35.20	39.41	43.17	45.90
	R5	31.5	37.16	39.07	42.9	46.5	43.83
	比較	3.90	5.57	3.87	3.49	3.33	-2.07
20m シャトルラン (回)	県標準値	19.79	26.83	33.17	40.90	48.46	51.92
	R5	10.5	16.33	37.57	47.8	53.85	45
	比較	-9.29	-10.50	4.40	6.90	5.39	-6.92
50m走 (秒)	県標準値	11.75	10.92	10.36	9.90	9.48	9.08
	R5	12.3	11.38	10.27	9.41	9.45	9.05
	比較	0.55	0.46	-0.09	-0.49	-0.03	-0.03
立ち幅跳び (cm)	県標準値	109.85	121.42	132.64	142.37	152.05	161.92
	R5	114.5	137	142.71	169	162.71	150.33
	比較	4.65	15.58	10.07	26.63	10.66	-11.59
ボール投げ (m)	県標準値	5.90	7.75	9.74	11.80	14.01	16.03
	R5	4.5	9.83	12.78	16.1	17.64	19.83
	比較	-1.40	2.08	3.04	4.30	3.63	3.80

新体力テスト結果【男子】

	1年		2年		3年		4年		5年		6年	
握力	6.8		13.23	○	12.25		16.38	○	16.29		18.29	
県標準値	9.33		10.99		12.78		14.56		16.66		19.44	
上体起こし	6.4		30.5	○	20.33	○	17		19.29		22	
県標準値	12.17		15.23		17.36		19.39		21.49		23.39	
長座体前屈	28.8	○	25.25		34.67	○	33	○	36.43	○	43.71	○
県標準値	26.58		28.54		30.37		32.29		34.47		36.89	
反復横とび	29	○	39.25	○	40	○	41	○	44.43		44.86	
県標準値	28.41		32.26		36.5		40.69		44.46		47.53	
シャトルラン	18		34.5	○	27.67		40		46.43		50.57	
県標準値	21.32		31.2		40.48		49.93		58.07		66.08	
50m走	12.04		9.85	○	9.23	○	9.32	○	9.61		9.06	
県標準値	11.48		10.66		10.09		9.65		9.27		8.86	
立ち幅跳び	118.2	○	134	○	162.3	○	156.5	○	145		167.6	○
県標準値	116.72		128.52		139.1		147.8		156.9		167.1	
ボール投げ	6.2		8.75		16	○	18.75		18.86		17.86	
県標準値	8.52		11.79		15.51		19.12		23.1		26.98	

- ・上段が令和4年度の結果です。
- ・下段が過去10年間の埼玉県の平均値（県標準値）です。
- ・県標準値を上回っている項目に○がついています。

新体力テスト結果【女子】

	1年		2年		3年		4年		5年		6年	
握力	10.67	○	11.94	○	14.4	○	15.57	○	14.5		20.71	○
県標準値	8.82		10.43		12.1		13.94		16.33		19.31	
上体起こし	9.67		23.13	○	16.6		19	○	17.75		24.14	○
県標準値	11.66		14.73		16.78		18.65		20.56		21.95	
長座体前屈	24.67		27.38		38	○	45.57	○	35.75		45.29	○
県標準値	29.14		31.61		33.94		36.3		39.28		42.3	
反復横とび	27		35.5	○	36.6	○	44	○	39		45.57	○
県標準値	27.03		30.66		34.74		38.74		42.35		44.92	
シャトルラン	9.33		21.88		36.5	○	39.43		35		49.71	
県標準値	18.33		25.11		31.96		39.54		47.32		53.57	
50m走	12.17		10.68	○	9.58	○	9.43	○	10.08		8.83	○
県標準値	11.8		10.95		10.39		9.92		9.5		9.11	
立ち幅跳び	121.67	○	122.63	○	152.8	○	165.7	○	128.8		166.7	○
県標準値	109.32		121.58		131.9		141.8		151.2		160.1	
ボール投げ	6	○	9.5	○	11.8	○	13.86	○	14.5	○	19.29	○
県標準値	5.86		7.72		9.69		11.82		13.97		16.1	

- ・上段が令和4年度の結果です。
- ・下段が過去10年間の埼玉県の平均値（県標準値）です。
- ・県標準値を上回っている項目に○がついています。

1 県標準値との比較

昨年度より向上

(R4) 記録が埼玉県体力標準値を上回るもの

男子	種目23/48種目(48%)
女子	種目31/48種目(65%)

(R5) 記録が埼玉県標準値を上回るもの

男子	種目29/48種目(60%)
女子	種目36/48種目(75%)

各種目の県標準値を越えた個数

持久力に課題

**柔軟性・瞬発力
高水準**

握力	7/12
上体起こし	5/12
長座体前屈	11/1

反復横跳び	11/1
2	
シャトルラン	3/12

立ち幅跳び	10/12
ボール投げ	7/12

学年ごとの県標準値を越えた個数

1年	9/16
2年	9/16(+3)
3年	14/16(+4)

4年	13/16(±0)
5年	12/16(±0)
6年	9/16(+7)

**6年生記録
大きく向上**

2 総合評価の割合

男子

総合評価(人数、人数比)				
A	B	C	D	E
2	0	1	0	0
66.7%	0.0%	33.3%	0.0%	0.0%
2	0	2	1	0
40.0%	0.0%	40.0%	20.0%	0.0%
2	2	0	0	0
50.0%	50.0%	0.0%	0.0%	0.0%
1	0	1	1	0
33.3%	0.0%	33.3%	33.3%	0.0%
2	0	0	1	1
50.0%	0.0%	0.0%	25.0%	25.0%
1	3	2	1	0
14.3%	42.9%	28.6%	14.3%	0.0%
10	5	6	4	1
38.5%	19.2%	23.1%	15.4%	3.8%

女子

総合評価(人数、人数比)				
A	B	C	D	E
2	0	1	0	1
50.0%	0.0%	25.0%	0.0%	25.0%
1	2	0	0	0
33.3%	66.7%	0.0%	0.0%	0.0%
5	2	0	0	0
71.4%	28.6%	0.0%	0.0%	0.0%
4	1	0	0	0
80.0%	20.0%	0.0%	0.0%	0.0%
4	3	0	0	0
57.1%	42.9%	0.0%	0.0%	0.0%
1	1	0	1	0
33.3%	33.3%	0.0%	33.3%	0.0%
17	9	1	1	1
58.6%	31.0%	3.4%	3.4%	3.4%

学校全体

総合評価(人数、人数比)				
A	B	C	D	E
4	0	2	0	1
57.1%	0.0%	28.6%	0.0%	14.3%
3	2	2	1	0
37.5%	25.0%	25.0%	12.5%	0.0%
7	4	0	0	0
63.6%	36.4%	0.0%	0.0%	0.0%
5	1	1	1	0
62.5%	12.5%	12.5%	12.5%	0.0%
6	3	0	1	1
54.5%	27.3%	0.0%	9.1%	9.1%
2	4	2	2	0
20.0%	40.0%	20.0%	20.0%	0.0%
27	14	7	5	2
49.1%	25.5%	12.7%	9.1%	3.6%

学校全体での総合評価の割合

項目	埼玉県の目標	R4 年度	R5 年度
A+B+C	80%	84.2%	87.3%

目標達成

3 まとめと今後の課題

- (1) 昨年度に比べ標準値を越えた項目が多い。(57%→71%) また、2年生、3年生、6年生は昨年度に比べ県標準値を超えた種目が増加した。
- (2) 体力合計点における総合評価 A+B+C が、男子も女子も8割以上で県の目標を達成している。R2年度は9割であった水準を目標に努力したが、7割にとどまった。さらなる体力の底上げを図り A+B の割合の増加をめざす。
- (3) この3年間感染症による運動制限の結果からか、高学年の体力低下が懸念されていたが、R5年度は県標準値を上回る記録が増えている。
- (4) 持久力に課題が見られる。朝マラソンが登校時間の変更に伴いなくなったことが要因の一つとして考えられる。2学期の持久走(体づくり運動)やチャレンジタイムのさらなる充実が求められる。
- (5) 児童の体力向上は、学校体育だけでなく社会体育も含めた家庭・地域での運動が不可欠な要素となっている。(クラブチームの参加なども大きい。) 学校・家庭・地域の協力のもとで、児童の体力向上を図っていきたい。
- (6) 体力向上には健康な体づくりが不可欠である。早寝・早起き・朝ご飯・おはようトイレの運動を進めつつ、食事や睡眠、休養などの健康面で家庭との連携を図りたい。

アウトメディアチャレンジについて

学校名（ 権現堂川小 ）

1 スマホ・ゲーム等を持つ(持たせる)ときの決め事(ルール)はどのようなものが必要だと思いますか？

- ・習い事の送迎の関係で持たせた。
- ・フィルタリング機能・電話は親とのみ
- ・LINE 等アプリも時間制限 1 日 30 分・親が見られる。8時半まで。
- ・中学校に向けてルールを決めていく。
- ・家族全体で協力!!! 父親の協力大事。
- ・食事中は消す。
- ・夫婦で話し合って、休日の午前中はノーメディア



2 現状で困っていること、または持たせたら困りそうなことはどんなことですか？

- ・お母さんだけが言っている。お父さんの指導に困っている。



3 家族会議でできそうなことはどんな項目ですか？

- ・なぜだめか根本理由を伝える。→親が伝えられる資料を。夫婦で話し合えるような資料を。
- ・子ども自身が気づく保健指導を学校と家庭が連携して。
- ・やってみた感想を児童同士家族同士で共有する。



アウトメディアチャレンジについて

学校名（吉田小）

1 スマホ・ゲーム等を持つ（持たせる）ときの決め事（ルール）はどのようなものが必要だと思いますか？

- 親の目の届くところで使用する（一緒についてあげて声かけ）
- YouTube をみる際はタイマー機能を使う（実際にやっけていてうまくいっている例）
- オンラインゲームで子どもがつながるのならば、親同士もつながるべき（家庭間で使用時間等の決め事をするのは親の役目）
- ルールを決めるのならば、親もそれを守るべき（一緒に取り組む）
- ルールを決める上で、なぜそれを守らなければならないのか？という理由を 具体的に説明し、理解させるべき。



2 現状で困っていること、または持たせたら困りそうなことはどんなことですか？

- インターネットなど、外からの情報の影響
（メディアリテラシーの問題）



3 家族会議でできそうなことはどんな項目ですか？

- 家族会議をまずやること自体が大切
- 家族の何気ない会話の中で、普段から話題にできることが理想であるが、それができない家庭もあるから、家族会議を提案することで、話し合う機会をもつことができるのではないかな？



アウトメディアチャレンジについて

学校名（ 八代小 ）

1 スマホ・ゲーム等を持つ（持たせる）ときの決め事（ルール）はどのようなものが必要だと思いますか？

- 怪しいサイト・アプリはつながらない。
- 親子で一緒にルールを作る。
- 使用時間、使用場所を決める。
- 家族との時間を持つ。
- 就寝時間に影響がないように早めに辞めさせる。



2 現状で困っていること、または持たせたら困りそうなことはどんなことですか？



- YouTube がとまらない。
- 親の知らない子とのやり取り。
- 事件に巻き込まれないか

3 家族会議でできそうなことはどんな項目ですか？

- なぜ、やりすぎることが良くないのかを説明する。ただ、「ダメ！」ではない。
- コミュニケーションを持つ場を意識して持つことが大切。



4 その他

- まだメディア機器（ゲーム機、スマホ等）を持たせていない。逆に、友達からおいて行かれないか心配。
- 依存になってしまうのが怖い。テレビで入院治療をしている子供の様子を見た。保護者もいろいろな知識を持つことが必要→保護者向け講演会も良いのではないかな？→でも、本当に必要な保護者は見に来てくれない。。。
- 子どもにとって、先生に褒められることはとてもうれしいこと。ワークシートの先生からの一言でもやる気につながっている。
- 親がいくら言ってもやめられないので、物理的にメディアから離れるようにしている（一緒に公園に行く、お菓子作りをするなど）。メディアの他に楽しいことがあるとよい。親の協力が不可欠。

アウトメディアチャレンジについて

学校名（ 東中学校 ）

1 スマホ・ゲーム等を持つ（持たせる）ときの決め事（ルール）はどのようなものが必要だと思いますか？

- ・サイトの時間制限
- ・学習時間の確保
- ・終了時間の制限。11時に親の寝室で充電させる等
- ・問題（成績が落ちる等）がなければOK
- ・家族と出かける機会を増やす
- ・安全のために渡したのでルールがないし、やる時間がない。



2 現状で困っていること、または持たせたら困りそうなことはどんなことですか？



- ・時間等のルールを決めても守らない
- ・取り上げても誰もいないうちに探し出してやってしまう（仕事をしているのでそこまで監視できない。）
- ・スマホが魅力的すぎる
- ・困っている家庭と、そうでない家庭の差がある
- ・反抗期もあってなかなかルールを守ってもらえない

3 家族会議でできそうなことはどんな項目ですか？

- ・中学生になると、話し合いが難しいかも…
- ・テーマがあれば…



【権現堂川小 感想】

- ・改めて健康について考えさせられるよいきっかけとなりました。
- ・アウトメディアについても子供のみだけではなく、家庭での課題も見えたので、夫婦間でもしっかりと話し合っていきたいと思いました。
- ・みなさんの貴重な意見が大変参考になりました。どこもスマホ・ゲームの使いすぎに困っていて、いかにルールを決められるか、話し合う環境がもてるように学校にも協力を頂きたいです。また、視力低下に関する話をもっと聞きたかったです。(結果報告だけでなく、未来にできること。)
- ・自分としては家庭で放任だった為に失敗した経験があるので、小中学校の子供達にはいい経験をしてほしいという思いがあります。どう生きてても自分の人生一度きりの人生でやりたいことを見つけてやり続ける、その為には、何かをすると何かをやらない、メディアの使い方はそこに集約されるかなと思っています。必要なことが増えているので、メディア化が避けられないこれからの時代に難問ですが、学校家庭が協力してともに取り組みましょう。

【吉田小 感想】

- ・仕事と家庭の中でせわしく過ごしているので、このような機会に立ち止まって考えていることの大切さを痛感しました。いつも家族のコミュニケーションをより丁寧に、深い信頼関係と理解し合えることができる家族会議にしていきたいと思いました。今回のように学校関係者と保護者、さらには保護者・家庭同士が課題を共有し、解決に結びつけようとするつながりも重要だと思いました。忙しいからこそこうした気づきを皆で大切にできればと思います。
- ・今日はアウトメディアチャレンジについて話し合いができ、勉強にもなりました。これからは親がついていけない程、メディアなどが加速するんだと思います。その為にも日頃から家庭での話し合い、コミュニケーションが必要で大事なんだと。また、家庭だけでなく、学校でも一緒に考え、どうすれば子供たちがルールを守って生活していけるのか考えなければならないと思います。資料等を参考にし、子どもと親と一緒にアウトメディアについて学べる授業があるといいですね。

【八代小 感想】

- ・養護教諭の素晴らしい取組の紹介と資料を用意していただきありがとうございました。
- ・「マンネリ化」という話もあるが、マイナーチェンジしながら継続していく価値はあると考える。
- ・メディコンビンゴ、ネット依存度チェックリストはとても良いと思いました。
- ・子供がYouTubeに依存していて困っている。子供が自分でルールを決める、長時間のネット利用はどんな悪影響があるのか親子で一緒に考えるのが良いと思った。
- ・ビンゴは楽しみながらできそうだ。

【東中 感想】

- ・メディアの利用については、子どもたちの年齢が上がるにつれて、利用に制限をかけるのが難しくなってきたが、家庭とのコミュニケーションの取り方について考えたいと思いました。
- ・自分のところでは問題がないので、あまり考えなかったことをいろいろ話し合えて良かったです。
- ・今後取り上げてほしい議題は特にありませんが、勉強のやる気を上げるには？ということをやってもらえたらと思います。

【指導講評（吉田小学校薬剤師：関谷 陽子 先生より）】

- ・コロナ禍の影響もあり、閉鎖的สังคมの中で問題が重大化している。
- ・ご家庭でコミュニケーションをしっかりとっていくことが大切である。
- ・メディアの使用時間が増えることにより、睡眠不足が増加している。発達や健康にとって睡眠時間をしっかり確保するところは非常に重要である。
- ・食事と睡眠というのは関係性が深い。お子さんの便がしっかり出ているかよく確認しましょう。
- ・メディアの使用時間が増えると便秘も増加する。運動不足や食生活等の乱れから排便リズムが乱れる。
- ・便は健康のバロメーター。お子さんの排便をしっかりチェックしましょう。

令和4年度 第3回アウトメディアチャレンジ 感想・意見

【児童】

- ・時間を意識しながら行動できたと思います。
- ・AとBに挑戦しました。Aのときはちょっとだけゲームをしたけど、ほかは全部守れました。今度のチャレンジの時には全部守れるようにがんばります。
- ・メディアを使う時間などを改めて見直すことができました。いろんなコースに挑戦することができました。しかし、寝る時間がどうしても遅くなってしまうので少し早く寝れるように努力したいです。
- ・休みの日では起きる時間や寝る時間が遅くなってしまったので、休みの日も早寝早起きを心がけたい。
- ・Aをチャレンジすると家族との会話の時間や習い事の練習の時間が多くなった。アウトメディアチャレンジがなくてもインターネットを使う時間を減らせるように頑張りたい。

【保護者】

- ・ノーメディアで難しいコースが達成できるから「良い」のではなくて、時間は有限で大切なもの、だから上手に使えるといいね、ということを、これから根気強く教えてあげたいと思いました。
- ・空いた時間でも外遊びは、あまりできなかったので体力作りの為に、外遊びの時間を増やしていきたいです。
- ・計画を立てることで、メディアの利用時間を意識しながら使用していたので良かった。チャレンジウィーク以外では、利用時間が増えてしまうこともあるので、声掛けをしながら親子で引き続き行っていきたい。
- ・1年生なのでよくわからずにやっていたかなと思います。
- ・タブレットの持ち帰りがあるので勉強の邪魔になりました。
- ・なかなか子供自身も自分に規制をかけられず、こちらからもできるようにうまく促せなかったことが多くありました。
- ・Eコースという目標が甘すぎるような気がしますが、世の中的にはこのレベルなのでしょうか。
- ・アウトメディアチャレンジを繰り返し行ってきたことで、定着してきたように思います。親子間でメディアについて話し合うきっかけにもなり良かったです。アウトメディア期間外でも決めたルールが当たり前になるよう、親子で取り組んでいきたいです。
- ・前までアウトメディアの期間は、しっかりとやっていたけれど、アウトメディアの回数が多くなると真剣に取り組まなくなりました。回数を少なくして、アウトメディアをするとどういったメリットがあるのかななどを事前に話し合った上で取り組んだ方がいい結果になるのではないかと思います。
- ・数年前に川島隆太先生の講演を聴いて、スマホは、脳の成長、活性を妨げるといった話を子供達に伝えていかなければいけないと思いました。このような内容を子供が知った上でのアウトメディアでしたら、有効的なのではないかと思います。家庭でその様な話をしても、なかなか聞いてくれないので、学校の先生からお話をしていただけると子供も興味深く話をよく聞くとおもいます。

