

講話を聞いて各単Pで感じたこと、また、現在取り組んでいる活動などのまとめ①

今回の講話を聞いて各単Pの健康安全委員が感じたことや、現在実際に取り組んでいる活動などを、他の単Pの参考になればと思い、ここに掲載させていただきます。現在取組を行われている学校は、活動はそのまま継続し、さらに本書で新たな活動等を検討いただいたり、活動していない学校は新たな取り組みの実現に向けて本書をご活用ください。

【A 小学校】

本校において、楡木小学校で実施している取り組みを導入するには、保護者に基本的な生活習慣の重要性を周知していくことがまず大切だと思います。本校の養護の先生にお話をさせていただいたり、保健だよりに繰り返し掲載していただくなど、保護者への啓発を行っていき、導入に進んでいけたらと思います。PTAも全面的に協力していかなばと考えます。



【B 小学校】

今回の研修を参考にし、先生たちと連携しながら、広報誌で朝食の重要性や“食”に少しでも興味が持てるような記事を掲載して、啓発していこうと思います。

【C 中学校】

本校でも、ノートスケジュール形式で起床時刻・就寝時刻・勉強時間など記入して提出するようになっていますが、生徒たちに啓発を行っていき、「早寝・早起き・朝ご飯」の重要性をもっと認識して欲しいと思いました。PTA発信で啓発するとすれば、年に4～5回発行している広報誌がありますので、その中でテーマごとに少しずつ掲載していく方法もあると思いました。

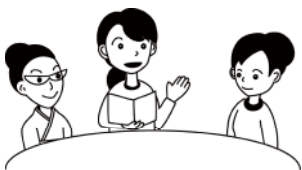


【D 小学校】

本校でも学校・保護者からの意見を聞き、今後の取り組みを考えていきたいと思っています。

継続できる内容の取組、学校・地域との連携及び保護者の協力、他校との情報交換といったことが、十分にできるようPTAが率先する。

今回の楡木小学校の実践内容を参考にし「継続は力なり」と言える内容の組み立てを行うとともに、保護者・学校が一丸となり取り組む姿勢が大事であると思いました。





【E 小学校】

本校では、保健だよりや掲示板による呼び掛け、月に1～2回の聞き取り調査などの活動をしており、給食時のマナー向上などに心がけておられます。

なお、地域の特産物を用いた家庭科の調理実習や老人会の方たちとのふれあい給食、保護者試食会などもあっています。

【F 小学校】

本校では「食育について」の講演会をしました。

講演で「食育」を進める上で必要なことは、保護者や子どもたちがエネルギー摂取量と運動量を意識することだということが分かりました。

これからの活動としては、子どもの日頃の食事・間食及び運動量についてのアンケート調査を実施し、その結果を基に食育を進めていく予定です。



【G 小学校】

(1) 学校保健委員会での取り組み

よい生活習慣づくりが健康に関わることを理解し、よりよい生活習慣を身につけようとする態度を育成することをねらいとして、平成24年度は「噛むことの大切さを知り、健康な体を作ろう」とテーマを決めて5・6年の児童・保護者・職員を対象に、児童保健委員会の発表・児童給食委員会の発表・東区役所保健師の方からの講話を実施した。

(2) 給食時の取り組み

24年度は給食時に、「かみかみタイム」を設け、「1日30回×2セット・しっかり噛んで能力アップ!」に取り組み、日常でよく噛むことの大切さを意識し実践した。

(3) 今後の課題

学校と保護者の協力体制を深める意味で、メールでの周知連絡は有効なアイデア。本校でもぜひ取り入れて、児童が学校で学んだことを各家庭での日常生活で少しでも生かせる環境を作るために、PTAの健康安全に関する委員会の必要性を検討していきたい。



【H 小学校】

本校では10月26日に「親が変われば子どもは変わる」との演題で講演会を開催しました。今回、本校では講演会という形で保護者が“食”について考える機会を設けましたが、「すこやかカード」など他の学校が実践されている取り組みや、講演会の内容など学校間で情報を共有し、その情報の中で自分の学校で実践できる項目があれば取り組んでみるという活動ができればよいと思いました。

本校で開催した「食育に関する講演」の有効性を提案するとともに、他校で実践されている取り組みについて、今回のレポートで確認したい。



【I 小学校】

今後、本校では①就寝時刻の問題（早寝早起き）最低8時間の睡眠が必要
②朝食の重要性（赤・黄・緑）必ず食べること
まずはこの2つのテーマをクリアしていきたい。



【J 小学校】

咀嚼（そしゃく）が弱くなると唾液の量が減り、嚥下（えんげ）しにくくなり、消化しにくい状態で胃に届き、栄養素を摂取できないまま排泄されることになり内臓の機能も弱くなる。また、顎（あご）の発達が足りず乳歯から永久歯への生え変わりの際、歯並びが悪くなる可能性がある。学校では、この現状を把握したうえで、以下の取り組みを検討しています。

- ①咀嚼（そしゃく）60回の推奨
- ②咀嚼（そしゃく）が必要となる硬い食べ物（根菜類など）の提案
- ③食事の際のコミュニケーションの推奨（食事中はテレビをつけないなど）
- ④保護者への情報周知

※簡単にできそうではありますが、まずは家庭と学校が同時に取り組んでいけるよう、提案・情報を共有することが大切だと思います。



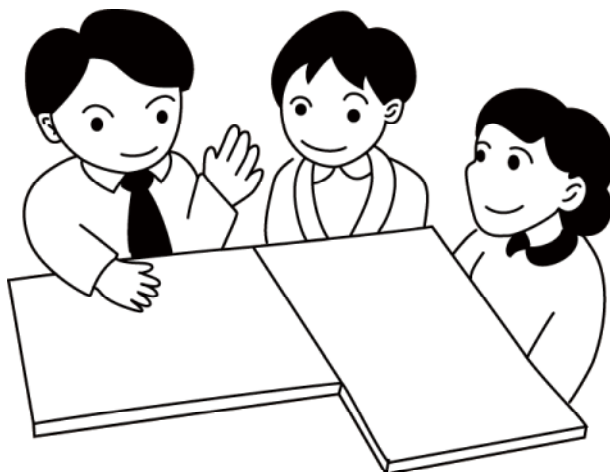
【K 小学校】

本校では、自分たちで植えた野菜を給食で食べるという取り組みを行っています。PTAでも、今回のような講習会を本校でも開催し、学校と協力しながらすこやかカードをぜひ取り入れたいと思いました。



【L 小学校】

今回、聞いたこと・感じたことを、まずは自分の学校で照らし合わせて児童の現状把握を優先して行い、“食育”だけにこだわらず、生活の乱れがないか、どのような対応がよいのかなどを、学校と協力して検討していきたい。



【M 小学校】

今年は、学校の中に給食室ができたということもあり、保護者の方にも学校の給食を食べていただく機会を持ってもらおうと、給食試食会を実施しました。

講師に栄養教諭の先生をお招きし、本校でも心がけている「食事・肥満・体力づくり」と食の大切さを、今一度考えるよい機会がもてたと思います。

今後とも、学校と家庭と一緒に食生活を考える、このような取り組みを続けていけたらよいのではないかと考えています。

※紙面の都合上、全健康安全委員からの紹介はできませんでしたが、各学校ともに子どもたちの健やかな成長のために努力しておられる様子が伝わってきました。皆様の学校でも、本書をご覧になり何か一つでも得るものがあれば嬉しい限りです。

～さいごに～

PTA だけではできない！学校だけでもできない！

PTA と学校が協力して初めてできることがたくさんあります。

大人の都合で物事を考えるのではなく、

子どもたちの未来を支えているのは我々大人たちなので、

子どもたちのため、大変だと感じるのではなく、

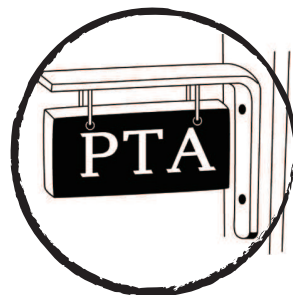
子どもたちの健やかな未来を信じて、

我々も楽しく活動をしていきましょう。





みんなで支えよう「未来の宝」



平成 25 年度 熊本市 P T A 協議会 健康安全委員会

本書は、熊本市 P T A 協議会のホームページに掲載いたしますので、
適宜、ダウンロード等を行い、有意義にご活用ください。

平成 26 年 2 月 発 行