



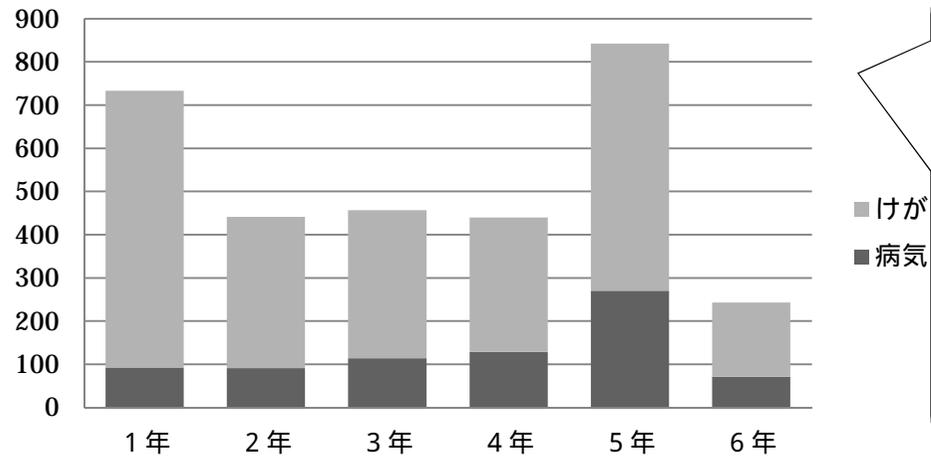
平成31年3月8日
練馬区立田柄小学校
養護教諭 浅川沙織

早いもので一年が過ぎようとしています。この一年で子供たちは、体だけでなく、心の成長も各場面で見る事ができました。保護者の皆様には、一年間ご協力いただきありがとうございました。右記にチャレンジカードのまとめを載せましたが、良い生活リズムが子どもの笑顔、元気の源です。裏面の振り返りを親子でやっていただき、ぜひ良い生活リズムで、新しい学年をスタートさせてください。

先月(2月)の感染症状況・・・インフルエンザ(35名)、感染性胃腸炎(1名)、溶連菌感染症(1名)
先月、5年生でインフルエンザによる学年閉鎖がありました(感染者21名)、その後他学年に拡がらず落ち着いた状況が続いています。また今年は感染性胃腸炎による流行は見られませんでした。

一年を振り返ってみました。

一年間の保健室来室状況



低学年では擦過傷、中高学年では打撲と捻挫のけがが多かった。

目立ったけが(体育)
・バスケットや跳び箱での突き指。ハードルで転倒し擦過傷
(休み時間)
・校庭でボールにあたり打撲、走っていて転倒し、擦過傷など

今年度病院に行ったけがは、47件ありました。
(内訳) 1、骨折(18件) 指(8件)、腕・手首(6件)、足首(3件) 他
2、捻挫(13件) 指(6件)、足首(4件)、腕(2件) 他
3、打撲(6件)、擦過傷(5件)、挫創(切り傷)(3件) 他

1月に2回目の取り組みをしました。

1月のげんきアップチャレンジ月間 ご協力ありがとうございました。

チャレンジカードの振り返りより

児童 保護者の方の振り返り

新たに始めたテレビ・ゲームの目標時間の設定について(高学年)

テレビを平日はあまりつけないようにしました。健康な毎日になったと思います。(4年)
○テレビの時間を気を付けてくれることで、他の家族へも良い影響があります。ぜひ続けてくれると嬉しいです。
テレビやゲームなどの時間をけじめをつけてやりたい。(4年)
○ゲームはいつてもできてしまうので、やりがちになります。車移動や出掛け先には持っていくなどのメリハリを付けようと思いました。
ゲームの時間を1時間減らし、早寝早起きができた。(5年)
今までとは違い、テレビゲームの使用時間という観点からも自分の健康を見直すことができた。この期間中だけでなく、これからも続けていきたい。(6年)
『テレビやゲームの時間を意識することができてよかったという振り返りが多くあった一方で、目標の設定時間がそもそも長すぎるという保護者からのコメントもありました。目標をどうするかということを変更して事前にしっかり親子で話し合っただけでチャレンジできると良いことを感じました』

今回、高学年はテレビゲーム・睡眠以外に一つ自分で課題と感じているものにチャレンジしようと取り組みました。そこでは(運動45%、姿勢36%、朝食15%、排便4%)という結果で、運動(外遊び)が不足していると感じている児童が高学年では一番多いことが分かりました。外遊びの楽しさをいろいろな活動を通して実感させるとともに、大切さを伝えていければと改めて感じました。この課題については、ご家庭と連携を図りながら、校内でもまた検討していきたいと思います。

低学年より

げんきアップになったらはやねはやおきができました。(1年)
○この期間便意がなくてもトイレに座るようになり、ほぼ毎日排便するようになりました。(2年)
外遊びをたくさんするようになったら、夜にはぐっすりねむれた日が多かったので、カードがなくてもみにつけられるとよいと思います。(3年)
○昼間、運動をして体を動かせば夜自然と眠くなるということを理解できたのはよかったです。
「この期間は特に早寝、早起きを意識して行動している姿が見られた、冬休み明けの生活リズムの見直しになりよかったという保護者からのコメントが多くありました。ご家庭で意識し、取り組み、声掛けをしていただきありがとうございました。」