



～ひかり～



3月生活目標：1年間のしめくりをしよう

令和6年3月6日 文責：校長 徳弘

## 学校保健委員会開催 - 歯の健康づくり -

2月1日(木)放課後、「中村小学校学校保健委員会」を開催しました。この会は、学校保健法等に基づき、学校における保健安全活動や児童の健康に関わる問題について協議し、心身の健全な発育発達や健康づくり活動の推進を図ることを目的としています。

今年度は、全ての乳歯が永久歯に生え変わる大切な時期と重なる小学校期における「歯の健康教育～生活習慣と歯科衛生～」をメインに、本校児童が歯科検診でお世話になっている学校歯科医の本田先生(本田歯科医師)にご出席をいただき、保健委員会の子ども達、管理職、養護教諭、保健委員会担当教諭が参加して行いました。前半は保健委員の子ども達からの活動報告と質問、子ども達が退室した後半は学校保健の取組や保健室経営、歯科教育の現状と取組報告をして、それぞれ先生からご指導を受けました。

### ◆本田先生に教えていただきたいこと(子ども達からの質問)◆

- ①むし歯になりにくい歯みがきの仕方や食べ物、生活の仕方について
- ②歯並びが悪くなる原因と予防について
- ③歯の打撲やケガ(損傷)をした時の対応方法について
- ④歯科医になろうと思った理由ややりがい、大変なことについて



### ◆学校保健・健康教育(歯科を中心に)について〔養護教諭(上原)から〕◆

- ①学校保健計画と保健室経営計画
- ②食教育・性教育に関する指導計画
- ③各種健康診断結果と傾向・課題等について…特に歯科健診結果
- ④歯科健康教育…「生活カード」「歯磨きカード」を活用した望ましい

生活習慣づくりの取組や歯みがき指導・フッ素洗口等の取組 他各協議の中から、本田先生からは次のようなご指導をいただきました。



★給食の献立ボードはとて面白い取り組み。固い食べ物、噛む食べ物、カルシウム・ビタミン類が歯によい食べ物で、そのことを知り食生活を意識することで歯の健康につながる。

★できるだけ砂糖が入っていない食べ物を選び、だらだら食べず食べる時間を決めること。

★健康な歯をつくり守るのは親の責任。幼少期(乳歯)の時から仕上げ磨きはとても大切。年に1~2回程度の受診で予防と治療を。歯の打撲や損傷の場合は、すぐに受診すること。

★食べたら歯を磨く習慣を。特に歯・口の健康のために夜の歯みがきは絶対にして欲しい。

歯みがきは5~10分程度、1本ずつ丁寧に歯の面に沿って磨くこと。歯と歯の間も糸ようじを使うとよい。

★生活カードによる生活習慣の指導は大切で、しっかりできている子はおそらく歯磨きもできている。

歯みがきの興味・習慣付けにアプリ「ポケモンスマイル」(日本歯科医師会)も利用すると良い。

★今やフッ素は多彩な食品等に含まれ健康な歯を守るのに役立つ。フッ素コーティングを勧める。

★中村小学校の児童の課題として歯肉炎がある。歯と一緒に歯ぐきも磨いて予防したい。



子ども達からの質問④では、歯科医をしているお父様の姿を観て歯科医になる志をもって努力したこと、患者さんによって症状も違うので歯科医として常に患者さんのことを考えながら辞めるまでが勉強！といった本田先生ならではの含蓄のあるお話が聞けました。

## 全国体力・運動能力調査結果 <<5年生>>

毎年、小学校5年生と中学校2年生を対象に実施している全国体力・運動能力調査の結果がまとまり、学校に届きましたのでお知らせをします。

本校では学校教育目標の中の「たくましく」を具現化するために、6年間を見通した年間指導計画に沿った体育授業と季節毎に重点と力点を入れる体育的行事や取組の充実により、遊びや運動・スポーツを好きな子どもを育てると共に、体力・運動能力を高めることに力を入れています。

5年の5月に実施する本調査は、4年間の本校の取組みの検証の一つの資料となります。

<<表・グラフ等は省略>>

★男子は過去最高値を出した昨年度には及びませんでしたが、8種目中5種目で全国平均を上回り、合計値も全国比+1.6Pでした。体育授業に意欲的で活性化しています。

★女子は平成30年度以降の上昇傾向が今年度も引き継がれ、8種目中7種目で全国平均を上回る安定感で、合計値も平成26年度以降最高値の全国比+5.1Pでした。

今回の結果を自信と励みに、運動やスポーツの楽しさ・喜びを味わえる体育授業・体育的活動により、子ども達が多彩な運動経験を積んでいくことで、バランスよくそして個性や能力に応じて体力・運動能力が高まるよう取組を進めていきたいと思えます。

**入賞おめでとう！ 令和5年度人権作文コンクール：高知県教育委員会**

●奨励賞● 6年：下村 「いじめという犯罪」



## 児童会の良き伝統を引き継いで～来年度前期児童会役員決定～

2月15日（木）、来年度前期の児童会役員選挙を決める立会演説会と選挙が行われ、伝統ある中村小学校児童会を引き継ぎ、新たにリーダーとなる新しい役員が決定しました。

中村小学校に赴任して3年間、私（校長）はこの立会演説会をいつも楽しみにしています。立候補する子ども達の学校を分析し、これからの方向性を踏まえた志を感じる演説、温かい友愛心によって立候補者の人間像やよさにふれながら期待を込めて推薦をする子ども達の説得力のある演説にいつも感動します。これは中村小学校の良き伝統の一つです。

2月26日（月）の児童朝会では、全校児童が見守る中、役員交代式がありました。今年度後期児童会役員で活躍した5人の所感をご紹介します。

### ★会長 西澤（にしざわ）さん [6年] ★

私は「みんな仲良く笑顔いっぱいの中村小学校」にしていけるために、あいさつ運動に力を入れてがんばりました。レベル5のあいさつを広めるために3年生以上の学年にも協力してもらい取り組むことができました。児童会の役員をして、全校をまとめていくためには、早くから動いて自分から行動するということの大切さを学びました。これから前期の児童会役員には、全校が過ごしやすいような学校をつかっていくための取り組みを考えて実行してほしいと思っています。半年間ありがとうございました。

### ★副会長 長崎（ながさき）さん [6年] ★

私はあいさつ運動を3年生以上から参加するようになり、児童朝会でスライドで発表したり、「4つのあ」を意識することを心して取り組みました。児童会は責任感が必要で、休み時間をけずって一生けん命取り組まなくてはけません。しかしその反面、やりがいを感じられる特別な役割だと学びました。また、児童会を通して何でも積極的にチャレンジする力や、前に出てはきはきとわかりやすく伝える力が付きました。半年間ありがとうございました。

### ★副会長 下村（しもむら）さん [5年] ★

ぼくが児童会役員をして、よく考えて行動すること、時間をみながら行動することを深めました。そして、みんなを指導するむずかしさを学ぶことができました。それを学ぶことができたのは、児童朝会の司会の時です。しっかり声を出し、まちがわないうのがむずかしかったです。この経験を6年生になっても生かしていきたいです。

### ★書記 藤近（ふじちか）さん [6年] ★

私が後期児童会で心してがんばったことは人権教育参観日で発表した人権のスライドです。説得力を上げるためには、印象に残るようにするためにはどうすればいいのか、なやみながら作成しました。この半年間で、今まで経験したことのないことに失敗をおそれず、チャレンジする力がついたと思います。あいさつ運動をする中で、自分からレベル5のあいさつをする人が少ないと感じたので、改善してほしいと思っています。半年間ありがとうございました。

### ★書記 乾（いぬい）さん [5年] ★

この半年間、私は後期児童会で全校がレベル5のあいさつができるようにあいさつ運動などを行う取り組みをしました。児童会に入るまでは、自分で行動できず周りを見て行動していたけれど、児童会の仕事などをしているうちに自分で行動できるように成長しました。これからも時間をみて行動する力をつけることに取り組みたいです。児童会役員をして思ったことは、児童会の仕事は、自分だけでなく周りの人のためでもあると思いました。





今回の演説会では、立候補者から、後期児童会役員5人の児童朝会、各種学校行事、校内放送等における司会や発表、日常の学校生活での態度やリーダーシップの素晴らしさに尊敬やあこがれの心をもっていた内容が多く語られました。下級生や同級生からそのような思いや眼でみられていた5人の頑張りと活躍に心から拍手を送りたいと思います。

また、中村小学校児童会のリーダーに選ばれた新役員の5人は、当選した喜びを胸に、きっと一人一人のよさを生かし、心と力を合わせてよりよい中村小学校の校風を創造してくれるものと期待しています。来年度前期役員5人の抱負と決意をご紹介します。

★会長 入川（いりかわ）さん [5年] ★

私が思う今の中村小学校の課題は、児童の関わりが少なく、いろいろな意見を取り入れていないことだと思うので、これからは、今よりも全校レクを多く実施したり、全校の意見を使ったり、児童会の意見を取り入れる時は、きちんと利用しながら活動していきます。半年間よろしくお願いします。

★副会長 中平（なかひら）さん [5年] ★

私は、自分も持っている経験を使って、一生けん命がんばります。例えば、今学校では、悪口や暴力をしている人がいます。そんな学校はしている人だけ楽しくて、他の人は楽しくない学校になってしまいます。だから明るく楽しい学校にしていきます。そのために、児童会メンバーで積極的に声かけをしたり、注意をしていきます。半年間よろしくお願いします。

★副会長 松本（まつもと）さん [4年] ★

私が副会長になってがんばりたいことは、高知県一の学校にするために集まりと安全をがんばりたいです。集まりを全校でよくするためにポスターを作り、よびかけたいと思います。これからの行事の中で大変なこともあると思いますが、半年間でこれくらい大変ということを知りたいなと思っています。自分から大きな声であいさつをし、みんなが気持ちがいい一日になれるようにがんばりたいです。

★書記 佐竹（さたけ）さん [5年] ★

中村小学校はあいさつが課題だと思います。だから、ぼくはあいさつ運動に力を入れて、地域の人にも「さすが中村小学校」と思われるあいさつができるようになりたいです。そのために、あいさつ運動の時は、児童会メンバーと協力し、みんなの見本になるようなあいさつをしていきたいです。中村小学校が高知県一の学校になるように、全力であいさつ運動やおはボラ活動に取り組んでいきたいです。半年間よろしくお願いします。

★書記 松本（まつもと）さん [4年] ★

私が前期児童会書記になって取り組みたいことは、あいさつ運動です。私はあいさつ運動に取り組んで自分からあいさつをし、していない人には呼びかけをしたりして、えがおで楽しみながらレベル5の気持ちのいいあいさつをつくっていきます。次に書記になってがんばりたいことは、児童朝会や学校行事の時、前に出て発表することをがんばりたいです。きんちょうせず、みんなに聞こえる声で前に立って発表をしていきます。

