

令和6年度

学校保健懇談会

北区立西浮間小学校



令和6年度 学校保健懇談会

- (1) 学校保健年間計画
- (2) 定期健康診断の結果と事後措置
- (3) 保健室利用状況
- (4) 環境衛生検査の結果
- (5) 給食について
- (6) 運動について
- (7) 学校での児童の生活の様子
- (8) 学校医・学校歯科医・学校薬剤師の先生からの指導・助言

★令和6年度 学校保健懇談会（学校保健委員会）資料について

(3) 保健室利用状況、(4) 環境衛生検査の結果、(5) 運動については、令和5年度の結果を掲載しています。

また、東京都や全国のデータは令和4年度のデータを掲載しています。

学校保健懇談会（学校保健委員会）は、

児童・生徒、学校職員、学校医など、保護者、地域関係者などが健康づくりに関して意見を交換し、協議・研究するとともに、積極的な実践活動を行う組織活動として位置づけられています。



(1)学校保健年間計画

- 目的 1. 児童および職員の健康の保持増進を図る。
 2. 学校教育が円滑に実施されるように環境を整える。
 3. 自分の体のことが分かり、心や体の健康づくりを目指し、実践できる児童を育てる。

月	保 健 行 事	保 健 目 標	保 健 指 導 内 容		環 境 管 理
			低 学 年	高 学 年	
4月	発育測定 1・4年 心臓検診 1・2・3・5年聴力 検査 内科健診	◎自分の体の 様子を知ろう	◎健康診断を正しく 受ける ・身長・体重・の測り 方 ・聴力検査・歯科健 診 ・心臓検診の受け方 ・腎臓検診の意味	◎健康診断を正しく 受ける ・身長・体重の測り 方 ・聴力検査・歯科健 診 ・心臓検診の受け方 ・腎臓検診の意味 ◎自分の成長を確か める	◎日常の水質検 査 ◎机・椅子の調 整 ◎飲料水水質検 査
5月	視力検査 耳鼻科健診 眼科健診 内科検診 聴力健診 歯科健診	◎じょうぶな 体をつくろう	◎外で元気に運動 する ・運動と睡眠 ・運動と食事 ・健康な体の育成	◎運動と体の成長 ◎心の成長	◎日常の水質検 査 ◎給食室検査 ◎保健室薬品管 理
6月	5年岩井移動教 室事前健診 歯と口の健康週 間 歯科健診 水泳前健診内科 健診	歯を大切に しよう	◎歯みがきの習慣 を身に付ける ◎むし歯をなくす	◎正しい歯みがきで むし歯や歯肉炎を予 防する ◎むし歯をなくす	◎日常の水質検 査 ◎プール清掃 ◎プール水質検 査
7 8 月	学校保健委員会 ・ 6年日光高原学園事 前健診 教職員消化器系健診 教職員婦人科系健診	◎体と衣服を せいけつにし よう	◎正しい手の洗い 方 ◎ハンカチの使い 方	◎体の清潔 ◎肌着の大切	◎日常の水質検 査 ◎プール清掃 ◎プール水質検 査
9月	4年岩井移動教室 事前健診 発育測定 5年脊柱側わん症 検診	◎じゅうぶ な睡眠と栄養 をとろう	◎早寝早起きの習 慣を身に付ける ◎睡眠の働き ◎好き嫌いをしな い	◎生活リズムを整え る ◎睡眠の働き ◎バランスの取れた 食事	◎日常の水質検 査 ◎机・椅子の調 整 ◎プール水水質 検査

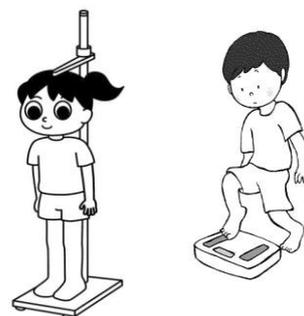
	保健行事	保健目標	保健指導内容		環境管理
			低学年	高学年	
10月	歯科健診 目の愛護デー 就学時健診	◎目を大切にしよう	◎目に良い生活の工夫 ・正しい姿勢 ・本の読み方 ・テレビの見方	◎目の働きと私たちの生活 ◎目の仕組み ◎視力を守る手だて	◎日常の水質検査 ◎簡易専用水道衛生検査
11月	いい歯の日	◎かぜを予防しよう	◎がらがらうがい ◎手洗い ◎薄着と衣服の調節 ◎好き嫌いしないで食べる	◎うがい、手洗い、 ◎薄着と衣服の調節 ◎バランスの良い食事 ◎汗の始末、換気、 睡眠と運動	◎日常の水質検査 ◎照度・騒音検査
12月	世界エイズデー	◎みんなの心を大切にしよう	◎友達の気持ちを考える ◎世界エイズデー	◎心の健康 ◎心と体の関係 ◎世界エイズデー	◎日常の水質検査 ◎教室の換気
1月	発育測定	◎冬の健康生活を工夫しよう	◎じょうずな重ね着について ◎換気の仕方	◎気温・状況の変化に合わせた衣服の調節 ◎環境の工夫	◎日常の水質検査 ◎机・椅子の調整 ◎教室の換気
2月	学校保健委員会	◎寒さに負けない体をつくろう	◎外で元気に遊び、体をきたえる	◎外遊びと健康 ◎皮膚の働き ◎紫外線と健康	◎日常の水質検査 ◎教室の空気検査 ◎教室の換気 ◎保健室・理科室の保有薬品調査
3月	耳の日	◎耳を大切にしよう ◎一年間の健康生活の反省をしよう	◎耳の働き ◎1年間の成長の様子を確認する	◎耳の健康を考える ◎1年間の健康生活を振り返る	◎日常の水質検査 ◎次年度に向けて改善点の確認

(2) 定期健康診断の結果と事後措置

1) 発育測定

①平均値 ※都平均は令和4年度データ

		男子		女子	
		身長 (cm)	体重 (kg)	身長 (cm)	体重 (kg)
1年	西浮小	117.6	21.6	114.4	20.5
	都	117.3	21.7	116.3	21.3
2年	西浮小	123.7	24.9	122.3	24.2
	都	123.4	24.6	122.6	24.1
3年	西浮小	128.8	27.8	127.8	26.7
	都	128.7	28.0	129.0	27.3
4年	西浮小	135.0	32.1	132.6	30.6
	都	134.7	32.0	135.1	30.8
5年	西浮小	140.9	35.6	142.6	35.8
	都	140.6	36.4	142.1	35.4
6年	西浮小	146.0	40.4	149.4	41.2
	都	146.7	40.2	148.7	40.7



※1年女子、3年女子、4年女子は都平均より身長・体重ともに低い。

②肥満度による分類 (%)

<男子>

	やせ気味 (-20%以下)	標準	軽度肥満 (20%以上)	中度肥満以上 (30%以上)
1年	2	96	2	0
2年	0	96	0	4
3年	0	85	11	4
4年	2	88	4	6
5年	2	89	7	2
6年	0	86	12	2
平均	1	90	6	3

<女子>

	やせ気味 (-20%以下)	標準	軽度肥満 (20%以上)	中度肥満以上 (30%以上)
1年	2	96	0	2
2年	0	95	5	0
3年	2	91	5	2
4年	2	89	6	3
5年	0	94	6	0
6年	4	85	2	9
平均	1	92	5	2

※男子では、軽度肥満傾向は学年で差が大きい。

※6年男子は軽度肥満傾向の児童が多いが、昨年5年時にも多かった。

※3年男子は軽度肥満傾向の児童が昨年度より増えている。

2) 健康診断・検査結果 (%)

①内科健診結果

	計
運動器健診	0.3
栄養状態・成長他	5.1
皮膚疾患	0.6



②健診結果

◎結核委員 結核健診委員会該当者 4名

③眼科健診結果

	計
眼瞼縁炎	0.9
結膜炎	0.4
斜視疑い	0.1
麦粒腫・霰粒腫	0.4

④耳鼻科健診結果

	計
アレルギー性鼻炎	59.3
鼻炎	3.1
耳垢	7.2
その他	1.0

⑤歯科健診結果 (%) 学年別

	むし歯有	むし歯 要観察歯	歯周疾患	歯周疾患 要観察者	歯列・咬合 の異常	歯垢の状態
1年	7	9	1	14	0	3
2年	11	12	1	23	2	5
3年	20	19	3	29	8	9
4年	16	15	9	14	2	18
5年	19	21	3	21	6	3
6年	9	21	6	26	0	11
合計	14	16	4	24	2	8

※むし歯のある児童は、歯の生え替わる時期が多い。(前歯と第一大臼歯)

※歯周疾患要観察者が全体の24%いる。



⑥腎臓検診結果

◎2次健診 0.9%

◎3次健診 0.1%

⑦心臓検診

◎2次健診 2.1%

◎病院管理 3.4%

⑧聴力検査

有所見者 3名

⑨視力検査 (%)

※都・全国平均は令和4年度データ

	1.0以上	0.9~0.7	0.6~0.3	0.3未満	眼鏡使用
1年	66	26	7	2	4
2年	66	26	6	4	2
3年	59	16	18	7	12
4年	61	14	17	7	14
5年	47	19	20	13	25
6年	57	12	14	17	22
計	59	19	14	9	13



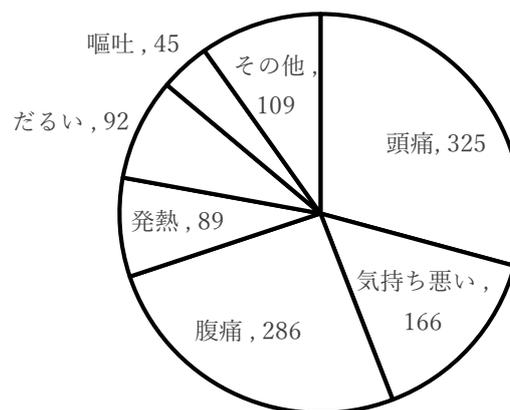
	0.9~0.7	0.6~0.3	0.3未満
本校	19	14	9
都	14	15	14
全国	12	14	12

※6年生の視力が0.3未満の割合が多い。
 ※都・国の平均に比べて、0.9~0.7の割合が多い。
 ※56年になると0.3未満の割合が増え、眼鏡使用率も増える。

(3) 保健室利用(令和5年度)

①体調不良(人)

病名	人数
頭痛	325
気持ち悪い	166
腹痛	286
発熱	89
だるい	92
嘔吐	45
その他	109
合計	1,112



※頭痛・腹痛での来室者が多かった。

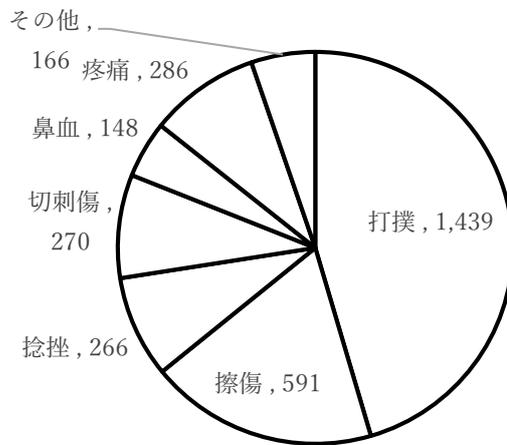
※朝の検温がなくなったためか、発熱での来室が多かった。

(令和4年度33名 → 令和5年度89名)



②けが（人：重複あり）

	人数
打撲	1,439
擦傷	591
捻挫	266
切刺傷	270
鼻血	148
疼痛	286
その他	166
合計	3,166



※打撲が多い。

※原因不明の疼痛で来室する児童が多い。



③スポーツ振興センター対象のけが（33件）

学校管理下で発生し、保険診療対象で医療費が1,500円以上のけが

月	人数
4月	2
5月	7
6月	4
7月	0
9月	2
10月	4
11月	3
12月	3
1月	3
2月	4
3月	1

種類	部位
骨折 19	腕3 手関節2 手指9 下腿1 足関節4
捻挫 5	手指1 足関節2 首1 腕2
捻挫 6	足1 膝1 手指3 足指1
傷 3	指2、足1



(4) 環境衛生検査の結果



①給食室検査<学校薬剤師>

令和5年5月31日 6月7日

指摘事項があった為、再検査あり 結果 適

②ダニ又はダニアレルゲン検査<学校薬剤師>

令和5年7月14日 7月21日 ・指摘事項があった為、再検査あり 結果 適

③プール水水質検査<学校薬剤師>

令和4年6月19日 6月20日 8月25日

④水道水検査 ビル管理法で委託業者が定期的に検査…判定 (適合)

⑤照度・騒音等<学校薬剤師>

令和5年10月3日

	場 所	結 果・判 定
黒板の管理検査	6年3組	問題なし
照度定期検査	6年3組	問題なし
騒音測定	6年3組	窓を閉めた状態 47.9dB : 基準内 窓を開けた状態 44.9dB : 基準内

⑥教室環境<学校薬剤師>

令和6年2月13日

査	場 所	結 果	判 定 基 準
教室内温度	4年4組	16.0℃ : 基準より低い	冬 17℃以上 夏 28℃以下
二酸化炭素		800~700 ppm : 基準内	1500ppm 以下

(5) 給食について

西浮間小学校 給食部

1. 学校給食目標（学校給食法第2条）

- ①適切な栄養の摂取による健康増進を図ること。
 - ②日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、および望ましい食習慣を養うこと。
 - ③学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。
 - ④食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについて理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。
 - ⑤食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについて理解を深め勤労を重んずる態度を養うこと。
 - ⑥我が国や各地域の優れた伝統的な食文化について理解を導くこと。
 - ⑦食料の生産、流通及び消費について、正しい理解を導くこと。
- *上記をもとに作成した給食年間指導計画、食育年間計画にそって給食指導をしています。

2. 給食人数

児童690名 職員 65名 合計約755名

- ・食物アレルギー人数33名（エピペン所持者10名）
（卵、牛乳、乳製品、麦、ピーナッツ、ナッツ類、甲殻類、魚卵、果物、そば等）
- ・その他宗教食対応、乳糖不耐症等 11名

※北区では医師の診断をもとに除去食対応となります。

（栄養価に不足を生じる場合は家から持参となります。）

3. 学校給食における栄養

	低学年 (1,2年生)	中学年 (3,4年生)	高学年 (5,6年生)
エネルギー (kcal)	530	650	780
たんぱく質 (g)	学校給食による摂取エネルギーの13-20%		
脂質 (g)	学校給食による摂取エネルギーの20-30%		
ナトリウム (食塩相当量 g)	1.5未満	2未満	2未満
カルシウム (mg)	290	350	360
鉄 (mg)	2	3	3.5
ビタミンA (μ gRE)	160	200	240
ビタミンB1 (mg)	0.30	0.40	0.50
ビタミンB2 (mg)	0.40	0.40	0.50
ビタミンC (mg)	20	25	30
食物繊維 (g)	4以上	4.5以上	5以上

(令和3年度4月改定 北区)

1回あたりの摂取量は1日に必要な栄養量の約1/3ですが、家庭で摂取しにくいカルシウム、鉄、ビタミン類等の栄養素は多めに設定されています。

※食事の量は、低学年・中学年・高学年の3段階に分かれ、中学年を1とし低学年0.9倍、高学年1.1倍としています。

4. 学校給食の献立内容について

① 手作りを基本としています。

・既製品は使用せず、コロッケや春巻き、ドレッシング、ふりかけも手づくりしています。

・カレールーやホワイトルーは小麦粉と油・バターを炒めて手作りしています。

・だしは天然だしで、和風だしはかつお・昆布・さば節・煮干し・しいたけなどから、洋風・中華だしは鶏ガラ・豚骨からとっています。



② 季節・行事に合わせた献立

・その季節にしかできない料理や、旬の食材を取り入れるように心掛けて献立作成をしています。

③ 郷土料理や世界の料理

・郷土料理や世界の料理等の特色のある給食を盛りこむことで、「食」そのものや給食を通じて学習への興味・関心を引き出せるように工夫しています。

④ ブックメニュー

・読書月間や読書の秋に合わせて本に登場するメニューを給食で登場させています。

⑤ お楽しみ給食

・セレクト給食、リクエスト給食、お誕生日給食などを行っております。

⑥ 個別対応

・食物アレルギーや、宗教上の理由により食べ物に制限がある児童には、面談（保護者・校長・養護教諭・栄養士）を行った上で、必要に応じて個別に「除去」の対応をしております。

※食物アレルギーの対応は、医師の診断がある場合のみです。随時、ご心配、ご不明な事がありましたら、学級担任、養護教諭、栄養士へご相談ください。

5. 給食時間

準備、食事、片付けを含み、45分間です。(12:15~13:00)



6. 衛生管理について

・給食の前に管理職は検食を行い、給食の安全を確認してから提供します。

・食中毒防止のため、食材はすべて加熱し、中心温度を確認しています。

・給食従事者（栄養士・調理員）は、月に2回細菌検査を行っています。

・作業する水は、毎日の作業前、作業中に残留塩素を測定し、安全確認をしています。

・物資納品時は、検品を行い、記録し、取扱いに十分注意を払っています。

※上記の項目など約80項目について日常点検を毎日行い、衛生管理を徹底しています。

7.給食調理の委託会社について

一富士フードサービス株式会社

10名の調理員が安全で美味しい料理を提供しています。

栄養士と毎日、食材管理、作業動線、アレルギー対応食などの打ち合わせで共通理解し、確認を取りながら作業に従事しています。

8. 食育の取り組み

- くいしんぼう通信を各クラスに毎日発行し、食育指導に活用しております。
- 給食だよりを毎月発行し、食に関する情報をご家庭に紹介しています。
- 校内の食育委員会で学年に応じた食育について話し合い、栄養士が給食の時間に食育指導を行っております。
- 給食調理の様子を撮影し給食時間に紹介しています。
- 食物アレルギーについて正しく知ってもらうために「たまごのたまちゃんの知らなかったこと」の紙芝居から好き嫌いと食物アレルギーの違いについて学ぶ取り組みをしました。
- 給食の時間にバランスの良い食事の紙芝居「けんちゃんの大冒険」を全校に流し、学級で栄養を学ぶ取り組みを行いました。
- 1、2年生の生活科の授業で野菜のさやとり、皮むき体験をした食材を給食で提供します。
(今年度は5月に1年生でそらまめのさやとり体験、7月に2年生でとうもろこしの皮むき体験を行いました。)
- 学級活動の時間にマナーのこと、箸の正しい持ち方・使い方、バランスよく食べることの大切さなど食育を行っております。
- 5年生の総合の授業で稲刈りをしたお米を、開校記念日に給食で提供します。
- クラスにある栄養黒板を活用し食品の働きによってグループ分けをしています。



ご家庭でお願いしたいこと

給食で摂れる栄養は、1日の1/3に過ぎません。2/3はご家庭での食事です。朝食・夕食、おやつは、栄養バランスを考え、必要量が十分取れるように、ご配慮をお願いいたします。

また、食事のマナーや好き嫌いについては、学校でも指導をいたしますが、ご家庭でもご協力をお願いいたします。

お子様が毎日元気に通い、楽しく生き生きと学び遊べるような健康な体づくりを、学校とご家庭とで連携して進めていきたいと考えております。今後も学校給食へ、ご理解とご協力をお願いいたします。

(6) 運動について

体力向上委員会

学 年	結果分析
1年生	<p>○男子は、握力、長座体前屈、反復横跳び、立ち幅跳び、ソフトボール投げで、区の平均を上回っている。</p> <p>○女子は、握力、長座体前屈で、区の平均を上回っている。</p> <p>△男子20mシャトルランは区の平均より5ポイント下回っている。</p> <p>△女子は、反復横跳び、20mシャトルラン、立ち幅跳びで区の平均を1～4ポイント下回っている。</p>
2年生	<p>○男女ともに昨年度よりも全体的に区平均を上回っている傾向がみられる。</p> <p>○男子は握力、長座体前屈、反復横跳び、20mシャトルランで区平均を上回っている。</p> <p>○女子は握力、上体起こし、長座体前屈、反復横跳び、20mシャトルラン、50m走で区平均同ポイント又は上回っている。</p> <p>△男女ともに、立ち幅跳び、ソフトボール投げ1ポイント0.1～1.3ポイント程度下回っている。</p>
3年生	<p>○男女ともに、長座体前屈の数値は上回っている。</p> <p>△男女ともに区の平均値より下回っている項目が多い。</p> <p>△男子は、上体起こし、女子では、立ち幅跳びが特に区の平均値より下回っている。</p>
4年生	<p>○男子は握力、シャトルラン、ソフトボール投げで区の平均を上回り、全体のスコアでも区の平均より高かった。</p> <p>○女子は握力、長座体前屈で区の平均を上回っていた。</p> <p>△男子は、立ち幅跳びが0.7ポイント区の平均を下回っていた。</p> <p>△女子は、上体起こし、立ち幅跳び、ソフトボール投げが区の平均から4.3～5.7ポイント下回っている。</p>
5年生	<p>○男子は、20mシャトルランとソフトボール投げで平均を上回っている。</p> <p>○女子は、長座体前屈が平均を上回っている。</p> <p>△男子は、立ち幅跳びが平均より7ポイント下回っている。</p> <p>△女子は、立ち幅跳びが平均より11ポイント下回っている。上体起こしと反復横跳びは2～3ポイント下回っている。</p>
6年生	<p>○男子は、握力、ソフトボール投げの面で区平均を上回る数値を出している。</p> <p>△男子は、上体起こし、反復横跳び、20mシャトルラン、立ち幅跳びで区平均を下回る結果となっている。</p> <p>△女子は、全領域において区平均を大きく下回っている。</p>

【体力テスト分析と考察】

ほぼ全学年が、全体のスコアで区の平均を下回っている。特に「立ち幅跳び」は区の平均を大きく下回った学年が多かった。また、女子においては「ソフトボール投げ」のスコアも区の平均を下回った学年がほとんどであった。昨年度に比べ、ソフトボール投げで大きく区の平均を下回った学年が減った。昨年度からの取り組みである「体力向上チャレンジ月間」の取り組みが一定の効果があったと考えられる。今後は投の運動だけでなく様々な運動につながる取り組みを行っていきたい。

幼児期から小学校卒業辺りまでの年代はスポーツの世界では、「ゴールデンエイジ」とされている。この年代では、神経の働きが最も伸びる時期であり、様々な運動に触れて、自分の身体をイメージ通りに動かす感覚を見つけることが重要である。神経の働きは12歳頃を目処に完成されていくとされており、小学校の間に神経を刺激する運動をたくさん経験させる必要がある。

(7) 学校での児童の生活の様子

生活指導部

(8) 学校医からの指導助言

【内科】 溶連菌感染症について

【眼科】 色覚について

【耳鼻科】 鼻血について

【歯科】 ①歯みがきについて ②顎の発達について

【薬剤師】 プールの水質管理について