



くすの木



3月の生活目標：「友達とたくさん遊んで よい思い出をつくろう」

平成28年度No. 22（文責：徳弘・鎌田） 四万十市立具同小学校（TEL:37-3249）

弥生3月に入りました。日に日に、陽射しは春めいた温かさを帯びてきました。

26日（日）の今年度最後の参観日には、多数の保護者、ご家族の皆さんのご参観をありがとうございました。子ども達の授業、学級・学年懇談はいかがでしたでしょうか？また、ご感想等をアンケートにてお寄せくださると幸いです。

ー昨日は、好天に恵まれ、広大な入野の浜で、卒業を間近に控えた6年生を中心に楽しい一日を過ごしました。今年度の教育活動も秒読み段階を迎えました。

健康でたくましく育つ具同の子 学校保健委員会 ー歯と口の健康づくりを中心にー

少し前の話になりますが、1月25日（水）放課後に、「具同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づくり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にしています。

この日は、本校として初めて開催した昨年度の佐竹 幸重先生（さたけ小児科院長）に続いて、校区の子ども達の歯と口の健康を見守って下さっている学校歯科医の川村 則夫先生（川村歯科院長）をお招きしました。さらに、今年度から、保護者代表として本校PTAの下西 誠会長と川村 美佐里副会長にもご出席をいただき、保健委員会児童（5・6年生）13名、校長（徳弘）、教頭（永野）、養護教諭（福永）、栄養教諭（鎌田）が参加して行いました。

会では、学校の方から、次のような発表や報告をしました。

(1)保健委員会の活動と川村先生への質問〔児童保健委員会から〕

- ①保健委員会の目標
- ②具体的な活動：毎日の保健室での対応、ハンカチ・ティッシュ・つめの点検、手洗い場の石鹼液の補充、トイレトペーパーの準備、保健朝会 など
- ③川村先生に教えていただきたいこと（質問コーナー）

(2)学校保健活動と食に関する指導等について〔養護教諭・栄養教諭から〕

- ①学校保健計画と保健室経営
- ②いきいき生活カード（望ましい生活習慣・生活リズムづくり）の取組
- ③給食・食育について



今回、感心したのは子ども達の質問で、保健委員会の子も達が、次々と積極的に川村先生に質問を投げかけました。主なやりとりをご紹介します。



《児童からの質問》〔文責：鎌田（栄養教諭）〕



①歯ブラシは、電動と手でみがくのではどちらがよくみがけますか？

⇒どちらでもよい。大切なのは、奥歯まできちんと届く歯ブラシの大きさであり、毛先が開いたらすぐに取り換える、ということ。

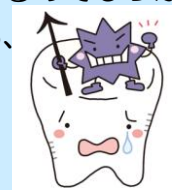
②歯が痛い人は、男性が多いですか、女性が多いですか。年齢は何十代が多いですか？

⇒歯が痛くて通院する人は、男女比は同じくらい。年齢は、50代、60代が多い。

③歯磨きをしないとどうなりますか？

⇒むし歯ができるだけでなく、将来歯周病（歯茎の病気で、歯が抜けてしまうことも）になる可能性がある。口は食べ物の入り口なので常にきれいにしておきたい。

★歯みがきについては、朝昼夜でメリハリをつけてもかまわないのではないかと。特に大切なのは、夜の歯みがき。夜寝ているときには唾液の動きがなくなるため、そこでむし歯のリスクが一気に高くなり、朝も、寝ている間に菌が増殖しているのだからしっかりみがいたほうが良い。昼食後から夕食までの間で一気にむし歯になる、ということはありませんので、昼の歯みがきは、みがき方の練習やエチケットという意味で声かけをしてもいいかもしれない。



④むし歯がなかったら歯医者に行かなくてもいいんですか？

⇒一度穴が開いてしまった歯は、もう元に戻すことはできない。きれいな歯のうちに、病院でむし歯になりそうな歯がないか診てもらってむし歯にならないようにしたい。

⑤口の中の菌の種類はどれくらいありますか？

⇒口の中の菌には、主にミュータンス菌の仲間がたくさんいる。生まれてきてから成長するうちに口の中に良い菌と悪い菌が住み着き、大人までずっと変わらない。

⑥フッ素について、どのくらい使えばいいのですか？

⇒頻度や量は使う薬品の濃度によるが、お薦めしているのは薄い濃度のものを毎日使用する方法。市販の歯磨き粉の成分として入っているものも多いので、それを利用するとよい。



《川村先生より児童保健委員会へのメッセージ》

⇒学校の子どもの健康を守るために行っている様々な保健委員会の活動は素晴らしい。この経験を、自分自身はもちろん、家族の健康など周りの人にも広げてほしい。

入賞おめでとう！

高知県・幡多地区 水泳・陸上 10 傑：高知県・幡多地区小学校体育連盟他

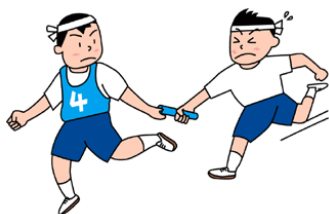
◆水泳 高知県 10 傑◆	女子 50m自由形 第4位	山本	34秒8
	女子 200mリレー 第7位	具同小A (東・岡村・森・山本)	2分37秒0
◆陸上 高知県 10 傑◆	男子ソフトボール投げ 第4位	東	61.7m
		第7位	今倉 58.5m
	女子 50m走 第8位	古館	8秒2
	女子走り幅跳び 第3位	古館	4m03cm



●水泳 幡多10傑●



●陸上 幡多10傑●



女子400mリレー	第3位	具同小学校	59秒4
(林・川村・泉谷・古館)			
男子25m自由形	第5位	川村	16秒7
男子100m自由形	第7位	下西	1分29秒6
男子25m背泳ぎ	第1位	下西	20秒4
男子100mリレー	第7位	具同小学校	1分10秒0
(下西・植田・浜田・川村)			
男子200mリレー	第8位	具同小学校	2分44秒9
(下西・植田・浜田・川村)			
女子25m自由形	第1位	森	16秒9
女子50m自由形	第3位	山本	34秒8
女子100m自由形	第4位	山本	1分16秒6
	第8位	森	1分26秒7
女子25m平泳ぎ	第6位	宮崎	24秒8
女子50m平泳ぎ	第10位	宮崎	54秒9
女子100m平泳ぎ	第10位	東	1分54秒9
女子25m背泳ぎ	第4位	岡村	20秒2
	第8位	森	24秒2
	第10位	島村	25秒3
女子100mリレー	第4位	具同小A	1分08秒1
(東・岡村・森・山本)			
	第6位	具同小B	1分12秒9
(山本・松本・中川・古館)			
女子200mリレー	第4位	具同小A	2分37秒0
(東・岡村・森・山本)			
男子50m走	第5位	川村	7秒9
男子100m走	第8位	東	14秒8
男子走り高跳び	第10位	植田	115cm
男子ソフトボール投げ	第1位	東	61.7m
	第2位	今倉	58.5m
男子400mリレー	第3位	具同小学校	57秒4
(川村・澤田・植田・東)			
女子50m走	第6位	古館	8秒2
女子100m走	第4位	泉谷	15秒3
女子走り幅跳び	第1位	古館	4m03cm
	第9位	泉谷	3m75cm
女子走り高跳び	第1位	川村	120cm
女子1000m走	第3位	林	3分29秒2
女子60mハードル	第4位	北代	12秒1
女子400mリレー	第3位	具同小学校	59秒4
(林・川村・泉谷・古館)			

[注]「十傑」とは、高知県、幡多地区の全小学5・6年生の中の上位10位入賞者です。

● 4月の行事予定 ●



月目標		先生・友だち・地域の人に あいさつをしよう		
日	曜	朝会	学校行事等	授業予定
6	木		学年始休業	
7	金	掃除	着任式、第1学期始業式 入学式(13:30~)	学〇〇〇学学班
8	土			
9	日			
10	月	学級	しまんとの日 PTA 交通指導 給食(2年以上)開始 委員会	〇〇〇〇〇委
11	火	読書	対面式 縦割り班編成・班旗作成	学児〇〇〇〇
12	水	体育	1年給食開始 交通安全教室(4・5・6年) 地区児童会 校内研究	〇〇〇〇児
13	木	学級	交通安全教室(2・3年) 自転車テスト	〇〇〇〇〇〇
14	金	読書	わたり会見守り活動 交通安全教室(1年)	〇〇〇〇〇〇代
15	土			
16	日			
17	月	児童		〇〇〇〇〇〇
18	火	読書	標準学力・全国学力等調査(2~6年) 家庭訪問(入田、田黒、栄団地)	〇〇〇〇〇
19	水	掃除	家庭訪問(自由ヶ丘)	〇〇〇〇
20	木	掃除	交通安全街頭指導 家庭訪問(渡川1・2・3 赤松町)	〇〇〇〇
21	金	掃除	家庭訪問(渡川、中山、坂本、中組、相の沢、馬越)	〇〇〇〇
22	土	掃除	参観日・PTA総会・歓迎会 弁当日	〇〇〇〇〇
23	日			
24	月		代休	
25	火	読書	スポーツテストディ 尿検査	〇〇〇〇〇〇
26	水	体育	スポーツテストディ 校内研究	〇〇〇〇〇ク
27	木	学級	スポーツテストディ	〇〇〇〇〇〇
28	金	読書	春の遠足(四万十川河川敷:弁当日)	学学学学学学
29	土		昭和の日	
30	日			
1	月	児童		〇〇〇〇〇〇
2	火	読書	弁当日(遠足予備日)	〇〇〇〇〇〇

〔備考〕 SC…スクールカウンセラー 学…学校行事 ク…クラブ活動 委…委員会活動 代…代表委員会 班…班長会
■4月7日(金)は平常通りの登校で、2~4年生は午前中で放課(給食はありません)、5・6年生は、午後からの入学式(13時30分開始)参加のため、お弁当が必要です。
★うえの予定は、現段階(3月2日現在)での予定であり。保健行事をはじめその他詳細な予定は、新年度になってから改めてお知らせします。

◆ 今後の予定 ◆

- 3月19日(日):平成28年度卒業式(10時開式) 卒業を祝う会(18時~:ロイヤルホテル)
- 3月22日(水):平成28年度修了式 教職員離任式
- ★学年末・学年始休業(春休み)は、代休も入れて**3月23日(木)~4月6日(木)**です。

