

令和8年3月6日発行
東通村学校保健会

令和7年度の活動テーマは、「生涯を通して健康で安全な生活を送ることができる子どもの育成～『生きる力』を育むために、『健やか力』の向上をめざして～」でした。このテーマのもと東通村全ての子どもたちの健やかな成長と、将来の健康で充実した生活習慣づくりのために様々な取り組みをしてまいりました。ご存じのとおり青森県は短命県と言われています。タニタ健康プログラム健康推進事業の取り組みの結果、子どもたちの運動量は十分足りていますが、食生活に課題があることがわかりました。次年度へ向けて少しでも子どもたちの健やかな成長のために東通村学校保健会は頑張ってまいりますので、これからもご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

東通村学校保健会会長 宮野康彦

今年度のよい歯は□□□



東通村よい歯の子ども表彰が、12月に各校で行われました。

♥ 今年度の入賞者 **152名**

- 最優秀賞 9名 (小6名・中3名)
- 優秀賞 58名 (小39名・中19名)
- 優良賞 85名 (小40名・中45名)



今年度から、最優秀賞に
低学年(1~3年)の部を
設けました。



*審査基準：学校歯科医の推薦・東通村学校保健会の基準による

【小学校最優秀賞受賞者】



【中学校最優秀賞受賞者】



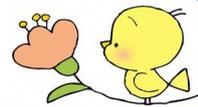
【小学校】

【中学校】

- | | |
|-----------|------------------|
| 1年 大福 美琴 | 2年 川原田 清華 |
| 2年 真手 日桜莉 | 3年 三國 洸絢 |
| 3年 畑中 璃玖 | 3年 加糠 海音 |
| 5年 相内 結珠華 | *昨年度に引き続き |
| 6年 相内 唯愛 | *昨年度に引き続き |
| 6年 二本柳 葵 | *昨年度に引き続き |



こども園の取り組み



行事や生活の中で

ヤクルトお腹元気教室



こども園では、普段の生活の中で衛生教育に取り組んでいます。行事ごとに衛生面への意識付けを行っており、5才児きらきらタイムの食育で手洗いを実践したり、7月のプール開きでは「プールに入る前お約束」を確認しました。



8月22日（金）ヤクルトむつ営業所の方々より、お腹元気教室を開催していただきました。お腹の中の仕組みやうんちのクイズ、着ぐるみによる寸劇など、楽しみながら「お腹の健康」について触れる良い機会となりました。

毎月の身体測定

虫歯予防教室

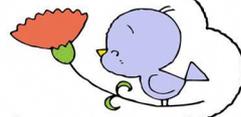


月に1回、全園児の身長・体重の測定を行い、成長の様子を把握し健康管理に役立てています。子ども達とも成長を一緒に喜ぶ時間でもあります。



4月23日（水）保健師さんによる虫歯予防教室がありました。エプロンシアターでの虫歯のお話や、おやつの食べ方、しあげ磨き等各学年に合わせてお話ししてもらいました。

小学校の取り組み



いのちのお話出前講座

今年度も4年生を対象に助産師（青森県助産師会：チームあかり）による「いのちのお話」を実施しました。いのちの誕生（いのちの始まり・胎児の成長・誕生の様子等）やおうちの方からの温かい手紙等で、いのちの大切さを実感した時間となりました。



お腹の中の赤ちゃんの成長



赤ちゃん誕生



赤ちゃん人形抱っこ体験

【児童の感想】（一部抜粋）

- ・家の人からの手紙を読んで涙がでました。これからは、自分や友だちや家族を大切にしようと思いました。
- ・赤ちゃん人形を抱っこして、自分もこんなに小さかったんだと思ったことと、重いのにびっくりしました。

【保護者の感想】

- ・親子でこのような講座に参加するってよいものですね。家に帰ってから質問攻めにあいましたが、いのちについて話すきっかけになりました。子どもたちも積極的に参加できていたので良かったです。
- ・子どもも10歳になって、自分の考えをしっかりと持つようになり、親の言うことや考えに反発するようになってきました。そのような中で、子どもに出産や妊娠時の気持ちを思い出しながら手紙を書くということはとても良かったです。改めて子どもへの愛情を実感しました。

タニタ健康プログラム

「タニタ健康プログラム」を実施しました。これは、児童が自分のからだに関心を持ち、生活習慣を改善するきっかけとするための活動です。「はかる・わかる」では、活動量計を身に付け一日の活動量を知り、からだシートで健康課題への関心を高めました。「気づく・変わる」では、タニタヘルスリンクの管理栄養士によるセミナー（児童向け・保護者向け）の実施で、自分の健康課題に気づき、生活習慣を変える意識づけを行いました。



生活習慣を変える意識づけを行いました。

その他の活動

【健康教育】

毎年6年生を対象に、村の保健師による健康教育を実施しています。内容は、「生活習慣病を予防しよう」「お酒・タバコ・薬物の害について」です。昨年度から「SOSの出し方について」も実施しています。

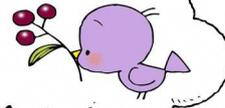


【認知症サポーター養成講座】



参観日に6年生が実施しました

中学校の取り組み



【いのちのお話出前講座】・・・青森県助産師会「いのちのお話」チームあかり
例年小学4年生を対象に行われている「いのちのお話」。今年度から対象が増え、中学1年生にも実施されました。小学校のときとは少し違う内容ですが、生徒一人一人が「生きているだけで百点満点」のタイトルを実感できる時間でした。



受精卵の大きさは？



へその緒の解説



妊婦体験：階段昇降

（生徒の感想）

- ・実際に妊婦さんの体験をしてみて、けっこう重いことがわかった。ぼくたちは男だから別にそんなきつくはないけど、妊婦さんは女性だからすごく重いんだろうなと思った。
- ・4年生の時よりもくわしく体のこととかについて知れた。
- ・お母さんは苦しくても私たちが産むためにがんばっていることがわかりました。いのちのお話を聞いて、もっと命を大切にしようと思いました。

～その他の活動～



【薬物乱用防止教室】
講話の様子



【SOSの出し方教室】
できるできるリング



【がん教育・生活習慣講話】
ベジチェック

今年度、中学校は「いきいき青森っ子健康づくり事業」の対象校となり、①望ましい生活習慣の育成、②歯・口の健康づくり、③性・命に関する教育の充実の三本柱のもと、各講話等を実施しました。例年実施している思春期教室は、残念ながら地震の影響で中止となってしまいましたが、健康づくり事業は来年度も引き続き対象ですので、先述した三本柱を中心に今後も諸活動を継続していきます。