

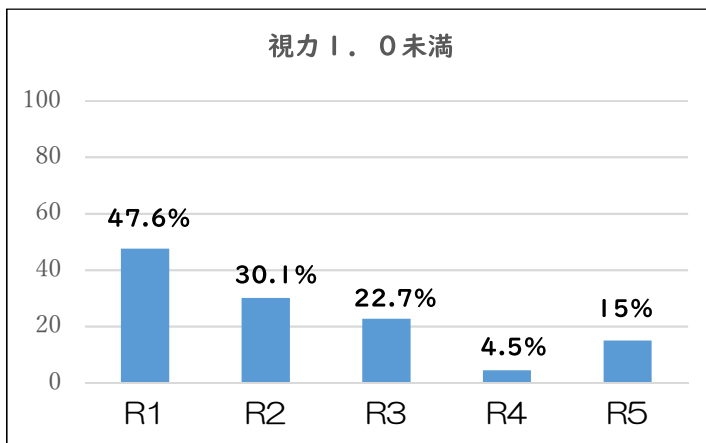


令和5年6月9日  
龍郷町立秋名小学校  
～学校保健委員会増刊号～

6月4日の学校保健委員会は、台風接近により、残念ながら中止となってしまいましたので、当日実施する予定だった健康診断結果や、メディアについて、紙面上で報告をしたいと思います。

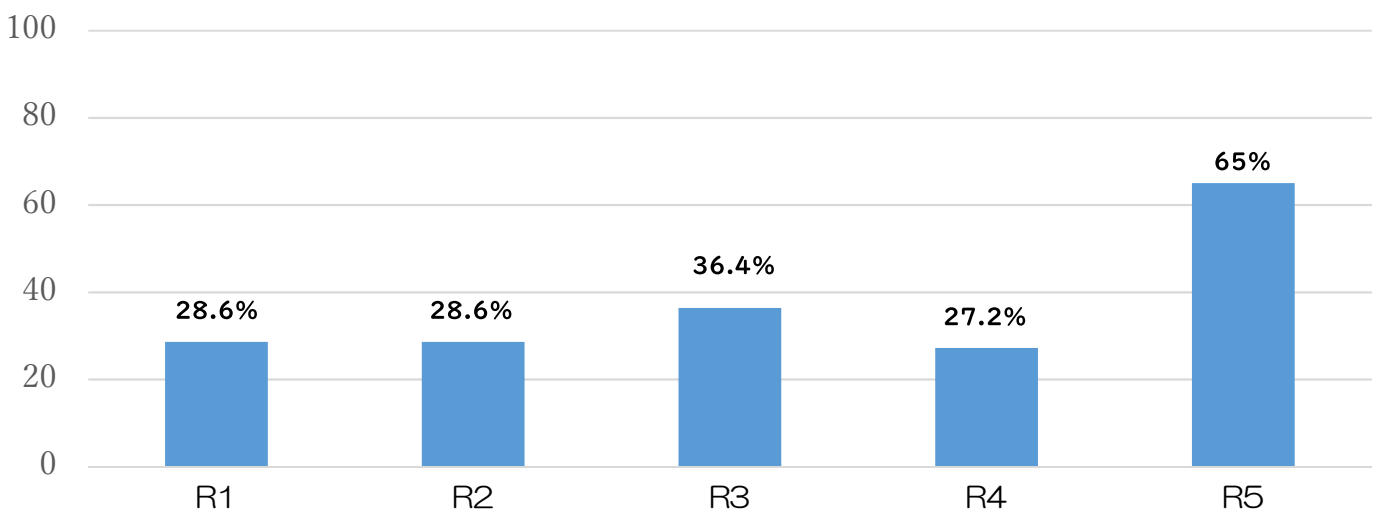
## ～健康診断の結果～

6月21日に実施される耳鼻科健診以外は、終了しました。問診票などへのご協力、本当にありがとうございます。健診の結果は随時お知らせしています。その中で「検査結果について・受診報告書」を一緒に配られた人は、早めの病院受診をお願いします。



視力検査について、視力1.0未満の児童がやや増加しています。メディアを利用する時間を守り、緑に囲まれた、この恵まれた環境を活かして、近くの物を見るときは、30分毎に緑を見て目を休めるといいと思います。また、外で遊び、昼に太陽の光を浴びると、視力低下を予防できるので、外で元気いっぱい体を動かす時間を作りましょう！

未治療のう歯がある



歯科検診結果についてです。今年度は、未治療のう歯がある児童が65%という結果になりました。ほとんどの児童で、磨き残しが多い様子がありました。特に、下の歯の奥歯の裏、歯と歯茎の間には、歯垢がべったりと付いていました。「検査結果について・受診報告書」を受け取っていない人も、是非、定期的に歯科医に診てもらい、歯のクリーニングを受けましょう！

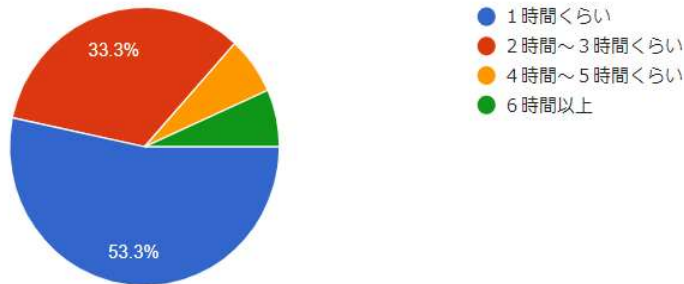
また、アメやグミなど、口の中に長時間残りやすいお菓子をよく食べていることもわかりました。おやつは、口の中に長時間残らず、食べかすが付きにくいものにしましょう。おやつを食べた後も歯みがきをするか、最低でもうがいができるといいですね。

## ～メディアについて～

子どもの生活についてのアンケートへのご協力、ありがとうございました。保護者の方へのアンケートと同時に、子ども達にも、ほぼ同じ内容のアンケートを実施しました。保護者の方で、アンケートへの回答がお済みでない方は、まだ募集していますので、回答をお願いします。

4. 平日は1日どのくらいの時間、ゲームをしていますか？

15 件の回答



子ども達の回答

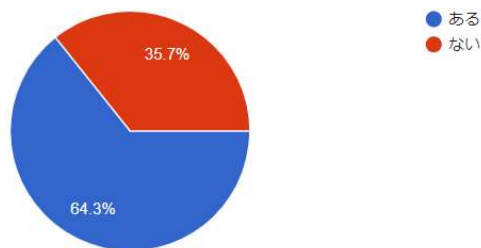


こちらの QR コードを読み取り、回答してください。兄弟姉妹がいる場合は、お手数ですが、1人ずつ回答してください。

ゲームを何時間しているかについて、子どもたちと保護者で回答にあまり違いはありませんでしたが、中には、平日6時間以上ゲームをしている人もいて、驚く結果となりました!!! 長時間ゲームをすると、脳の成長を妨げてしまうという研究結果も出ています。ゲームを我慢できない子どもが、脳の成長が妨げられることによって、さらにゲームを我慢できなくなってしまう・・・悪循環になり、最終的に、「ゲーム障害」という病気になってしまいます。

3. ゲームやSNSを使ううえで、家庭内ルールはありますか？

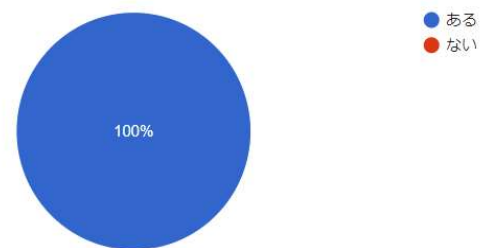
14 件の回答



子ども達の回答

質問3. ゲームやSNSなどを利用するうえでの家庭内ルールはありますか？

6 件の回答



保護者の回答

特に気になったのは、家庭内ルールがあるかの質問です。回答数が違うため、一概にはいえませんが、子どもの中には、家庭内ルールがないと認識している人がいるようです。もう一度、お子さんとよく話し合っ、メディア利用について、家庭内ルールを確認してください。また、ルールを確認する際には、お子さんと一緒に、守れるルールであるか、ルールが守れなかった時にはどうするかまで決めましょう！

一度ゲーム障害になってしまうと、依存症と一緒に、治すことが大変困難となるようです。昨年度の第3回学校保健委員会でもお話ししましたが、今、習慣づけることが大切です。家庭内ルールを守り、規則正しい生活を送ることができるようにしていきましょう！！