

# 元気もいもい あさひの子

健康な生活に向けて進んで取り組む児童の育成  
～食がっなぐ命と未来～

No.9

令和2年7月14日 文責 校長

## 学校保健委員会を行いました その1

7月10日（金）の6校時、学校保健委員会を行いました。参加したのは、3年生から6年生までの児童、本校教員、学校運営協議会委員、校医、保護者、地域の方々のみなさんです。参加いただいた皆様には、心から感謝申し上げます。

さて、そもそも学校保健委員会とはなんでしょうか。

学校保健委員会は、学校における健康に関する課題を研究協議し、健康づくりを推進するための組織である。学校保健委員会は、校長、養護教諭・栄養教諭・学校栄養職員などの教職員、学校医、学校歯科医、学校薬剤師、保護者代表、児童生徒、地域の保健関係機関の代表などを主な委員とし、保健主事が中心となって、運営することとされている。

平成20年1月 中央教育審議会答申より

一言で言うと、子どもたちの健康を学校、保護者、地域、専門の先生方、みんなで考えていこうという会です。会に参加するメンバーはその内容によって変わり、今回は3年生から6年生までの児童の参加のもとで行うという形態にしました。

今回の学校保健委員会のテーマは、「元気もいもい朝ごはん ～朝ごはんに何食べよう～」でした。

会はまず、児童保健委員会の発表から始まりました。児童保健委員会の子どもたちは、この会に向けて3年生から6年生までの子どもたちに朝食アンケートを行いました。その結果と考察の発表です。

質問1では朝ごはんを食べたかどうかの質問で、3年生から6年生の102人全員が朝ごはんを食べてきていたという発表がありました。次の質問2では、朝ごはんの種類を調べてみての発表がありました。



- ・一番多かったのは、ごはんだけ、パンだけなど「主食メイン朝ごはん」で36人。
  - ・ごはんにたまごやき、魚、肉などの主菜、サラダ、みそしるなどの副菜がついた「和食朝ごはん」で34人。
  - ・パンにたまご、ウインナー、ハムなどの主菜、サラダ、スープなどの副菜がついた「洋食朝ごはん」で28人。
  - ・コーンフレークだけ、シリアルだけ、ゼリーだけ、ヨーグルトだけなどの「時間短縮朝ごはん」が3人。
  - ・たまごだけ、魚だけ、肉だけなどの「主菜メイン朝ごはん」は1人。
- という内容でした。



子どもたちはこの説明をする時に、立体棒グラフを用いたのですが、とてもわかりやすいものでした。

そのあと、アンケート結果を見た児童保健委員会の感想、意見の発表がありました。

- ・みんな食べてきていることはいいことだと思った。
- ・パンやごはんだけの人が一番多い
- ・和食朝ごはん・洋食朝ごはんなどバランス良く食べている人も多い
- ・少ない人数だけど、時間短縮朝ごはんや主菜メインだけの人もいて、栄養が全然足りていないと思う
- ・朝は時間がなくて、ごはんを食べる時間がないから、主食だけや時間短縮あさごはんの人がいるのかも



- ・時間がないときに栄養を取るにはどうしたらいいのか知りたい
  - ・パンだけやごはんだけなど、炭水化物ばかり食べているとどうなるのか知りたい
  - ・バランスの良い朝ごはんについて知りたい
- という発表がありました。

児童保健委員会担当の養護教諭の嘉手苺先生から伺ったのですが、この発表の内容は事前の保健委員会の話合いで出てきた内容だったそうです。

子どもたちが自分たちで調べ、自分たちが考えた内容の発表は素晴らしかったです。このように、子どもたちが自ら考えるという活動を大事にしていきたいと思います。

先日の全校集会での発表、「よくかんで食べよう」もとても立派でしたが、その経験を生かしてよりうまくなっていて、子どもたちの成長を感じました。

この発表が、東北女子大学の前田先生の講話につながっていきました。前田先生の講話の内容については、次回の「元気もりもり あさひの子」で紹介します。