

# 平成25年度 妙高市学校保健部 活動報告

部長 大西 明

## 1 はじめに

妙高市学校保健会は、学校保健施策の充実と保健教育の研究の推進を図り、児童生徒の健康の保持増進がより円滑に効果的に進められるよう継続的な取組を行っている。当会の中には校長部会、学校医部会、学校歯科医部会、学校薬剤師部会、保健主事部会、養護教諭部会、栄養教諭・学校栄養職員部会の7部会があり、連携と協力をモットーに活動している。

## 2 活動の概要

- (1) 「朝！ 元気スタート運動」妙高市関係機関との連携による取組
- ・新井中学校区 各学校の実態応じた強調週間の設定と実施
  - ・妙高中学校区 「朝！ 元気スタート運動強調週間」の実施（年4回）
  - ・妙高高原中学校区 メディアコントロールに関する講演・研修会の実施

- (2) 朝！ 元気スタート運動の実施
- ・食育指導の実施、「弁当の日」実施

- (3) 妙高市学校保健研修会

- 期日：平成25年12月12日（木）
- 会場：新井総合コミュニティーセンター
- 研修会（講演）

『子どもの睡眠について』

国立病院機構西新潟中央病院

小児科医長 赤坂 紀幸 様

- |                 |
|-----------------|
| ① 適切な睡眠時間について   |
| ② 夜更かしと睡眠時間について |
| ③ 眠りのキーワード      |

※参加者：103名

- (4) 妙高高原中学校区の取組

『メディアコントロールができる子どもを育てよう』

妙高高原地区園・小中学校連絡協議会との連携による活動

- 第1回研修会（講演） 平成25年9月2日（月）  
『テレビゲームより運動好きに育てるための支援方法』  
松本短期大学幼児保育科 教授 柳澤 秋孝 様

- 第2回研修会 平成25年12月6日（金）  
『メディアコントロールを通して生活リズムの改善』  
すこやかリズムプロジェクトの発表  
グループ協議：地域・保護者・関係機関・児童

地域や学校で見られる子どもたちの健康課題を、メディアコントロールを通して、解決していく方向を探り実践していく。
---

- (5) 養護教諭部会研修

『児童生徒の健康管理能力の育成』

健康教育活動について、全体研修や中学校区単位の研修のグループ研修の実施



## 3 おわりに

県の「学校保健推進計画」及び行政、医療機関との連携で継続的に取り組み、地域一体となって保健教育を推進することができた。各種取組から課題も出ているが、今後は学校、行政、医療機関と連携しながら課題解決に向け、更に充実した取組を進めていく。