保健室

焼津市立大井川東小学校

養護教諭　伊藤　妙子

本校は、平成20年に焼津市と大井川町の合併に伴い、焼津市立大井川東小学校となりました。静岡県の中部に位置し、学区には航空自衛隊静浜基地があります。全校児童409名学級数13学級の中規模校になります。10月には伝統の仲良し学校（通学合宿）がＰＴＡ行事として行われ、３月には地元の国の無形文化財「田遊び」のお祭りが子ども達も参加して行われています。

本校の重点目標は【みんなでかがやこう～力いっぱい表す子　みんなでのびる子～】です。自分の思いや考えをいつでもどこでも力いっぱい表す子を目指して、全職員で日々教育活動に取り組んでいます。児童は素直で人なつこく、朝からほとんどの児童が運動場を走ったり長縄を行ったりと、元気に運動する様子が見られます。しかし、その半面、習い事等に追われていたり、長時間テレビやパソコンをみていたり、基本的な生活習慣が身についていない児童も多く見られます。

口の中を見れば、家庭生活の様子が見えてくると言われます。

本校は市内の小学校の中では比較的、むし歯の罹患率が少ない地区といえます。焼津地区の永久歯のう歯なしの児童の平均が80％の中で、旧大井川地区の３校はいずれも90％以上になります。これは、何年も前から歯科衛生士さん（ボランティア）による指導があるからなのかもしれません。幼稚園保育園時代から、衛生士さんによる指導を受け、小学校でも、卒業までに２回ほどブラッシングの指導をしていただいてきました。昨年度からは前任の養護教諭が全クラスに染め出しの授業を行い、本年度も全クラスに実施しました。子ども達は、「昨年よりも汚れが無くなっていた」とか、「昨年よりも下手になってしまった」というように、過去の自分と比較しながら染め出しを行うことができ、継続の良さを感じました。また、本年度はさらに、家庭に染め出しの錠剤を持ち帰り、保護者の方にも口の中の様子をみていただきました。高学年の児童の中には、すでに仕上げ磨きをしてもらっていない子もいましたが、この機会に、親の膝に寝転んで、久々の親子のふれあいの時間を過ごすことが出来た子もいたようです。また、「大きくなるにつれて本人任せになっていたので、いい機会だった」との感想を保護者の方から多くいただき、仕上げ磨きの必要性や、おやつの与え方などを考える機会になったように思います。

基本的生活習慣については特に言えることだと思いますが、学校だけで解決しようと思ってもなかなかうまくいかないことを家庭で実際にみてもらうことも必要です。

自分の生活習慣に気がついてもらえるように、来室者には自分で振り返ることが出来るような内容の生活チェックカードを用意していきたいと考えています。少しずつでも自分の生活を振り返り、自分を力いっぱい表現できる子になってもらえるよう、これからも支援を続けていきたいと思います。

川根本町立中央小学校

養護教諭　山本　友美

川根本町は豊かな自然に囲まれています。初夏には新茶の香りが町を包み、秋になると山々は美しい紅葉を見せます。大井川の清流に沿って走るＳＬは、しばしば映画の撮影にも使われます。

川根本町の中心部に位置する本校は、国の重要文化財である『遮光器土偶』が出土した歴史ある場所でもあります。本校は、児童数71名、特別支援学級１学級を含む７学級の小規模校です。

児童はたいへん素直で明るく優しい子が多いです。しかし、ほとんどの児童が就学前から同じ仲間と過ごしているため、自分の思いを相手に伝えることが苦手な子がいます。また、自尊感情が低い子が多いのが本校の実態です。こうした実態を踏まえて本校では、「心豊かでたくましい夕宮っ子」を学校教育目標に、「やさしく話そう、あたたかく聞こう」を重点目標にしています。この目標を受けて、子どもたちが自分の健康について見つめ、個々の健康課題を解決でき、自尊感情を高め、友だちに対して思いやりのある言葉をつかうことができる子の育成を目指しています。そして保健室では、「げんきはつらつ　こころとからだ」を学校保健目標としています。

毎月の初めには、生活習慣や自分の心を振り返り、課題解決のために目標に向かって取り組む「げんきっこカード」を約１週間行っています。目標の内容は、毎月の保健目標に合わせた内容にし、カードの裏面には、「心の元気度」を記入する欄を設けています。実施期間中は、児童が毎日保護者と担任と養護教諭に提出します。

自己肯定感を高める活動を重点的に実施しました。学校保健委員会では、低・中・高学年で実施する内容を分け、発達段階にあわせた指導を行いました。低・中学年では、友達のよいところを見つける学習を行いました。高学年と保護者、教職員は、コミュニケーションの取り方についての講演を聴きました。お互いが大切な存在だと感じ、また、言葉を発しなければ相手に伝わらないということも学びました。

朝の活動時間には、月に１回ソーシャルスキルトレーニングを行っています。職員会議の日には、教職員間でソーシャルスキルトレーニングやコミュニケーションの取り方について演習をしています。職員間で行うことで、職員同士の人間関係が円滑になり、児童に行う前に教師が体験することで、効果的に指導を行うことができるようになりました。

養護教諭としての経験はまだまだ浅い私ですが、職員や家庭、地域と連携しながら児童を支援することが大切だと感じています。今後も児童が自分も相手も大切にできるように、個に寄り添って誰もが安心して利用できる保健室経営を目指したいと思います。

げんきな事業所

トッパン・フォームズ東海株式会社

（浜松市東区龍光町二番地の一〇一）

健康応援支援プログラム
ＫＥＮＰＯＳ（ケンポス）

トッパン・フォームズ東海株式会社は、１９７７年（昭和52年）創業以来、トッパン・フォームズの製造子会社として浜松、掛川、名古屋に拠点を構え、ビジネスフォーム印刷、データプリントサービス、プラスチックカード、ＩＣカード、ＩＣラベル・タグの製造を行っています。

弊社及び関連業界では、荷物配送の際に使用される運輸伝票や親展性のあるシールはがき等の企業内外で使用されるコンピューター用帳票類を総称してビジネスフォームと呼び特に弊社では「情報の器」として捉え、これらを中心としたビジネスを展開しています。

メディア工場

従業員の作業は、印刷を始め製本や監視作業、機械の保守作業、運搬作業と多岐に亘り健康や安全衛生管理が大変重要と認識し、種々の安全衛生対策を実施しています。

健康管理については、社内の診療所や衛生管理者を中心に活動しており、その中の取り組みの一つとして、ＫＥＮＰＯＳ（ケンポス）という健康応援プログラムを実施しています。

このプログラムは弊社のグループ各社が加入しているトッパングループ健康保険組合が提供しているＷｅｂを利用した健康保持・増進のための健康応援サイトで、従業員や家族が会員登録をすることで、自分に合った健康目標の設定ができるほか、歩数や体重などの記録が可能となっています。また、健康日記やメッセージなどを掲載し、仲間との交流もできますし、ポイントが付けられたバーチャルウォーキングマップやダイエットチャレンジ、フォトコンテストなどのイベントが用意されていて、参加するとその結果に応じてチケットをもらうことができます。獲得したチケットを貯めると賞品が当たるなど、楽しみながら参加できるのも魅力の一つです。

静岡工場

特に掛川市にある事業所はこの取り組みに積極的に参加しており、健康保険組合の診療所別の登録率では100％と従業員全員が、このプログラムに登録、参加し健康増進に努めています。

また、定期健康診断の際には、任意で前立腺がん検査やＨｂＡ１ｃ検査、腎臓がん検査など病気の早期発見に繋がる検査も受診でき、早期発見に繋がった従業員から感謝されるなど、静岡県予防医学協会様の協力は弊社の健康管理にとって欠かせないものとなっています。今後も健康管理の基本としてこうしたパートナーシップを末永く継続させていただき健康な体で仕事に当りたいと思います。

浜松工場

尚、弊社の事業等は、ホームページに掲載しておりますので是非ご覧ください。健康診断シート＆シールなど皆様の身近なところに弊社製品があることに気付かれることと思います。

では皆様
ご健康に♥

http://tokai.toppan-f.co.jp/
および
http://www.toppan-f.co.jp/