令和８年度　二戸市立金田一中学校

三校で学び合い、子供たちの健やかな成長を支える

■11月16日（月）、「第２回すこやか会議（中学校区三校合同学校保健委員会）」が開催されました。
〇今回の会議では、三校の児童・生徒保健委員会が、日頃の活動について発表し合い、互いの取組を共有しました。「いのち・こころ・からだを大切にした健康づくり」をテーマに、それぞれの活動から学び合う貴重な機会となりました。
〇講話では、二戸市総合福祉センターの管理栄養士、増田楓様を講師にお招きし、「朝ごはんと減塩の大切さ」についてお話しいただきました。朝食をとることのメリットや、塩分のとり過ぎが体に及ぼす影響などを分かりやすく説明していただいた後、減塩について考えるグループワークにも取り組みました。
〇会の最後には、学校医・学校歯科医・学校薬剤師の先生方から講評と助言をいただきました。「塩分だけでなく糖分のとり過ぎにも注意すること」「起床後の散歩が体内時計のリセットに役立つこと」「休日も朝食をしっかりとり、生活リズムを整えること」など、健康な生活を送るための具体的なアドバイスをいただきました。
〇今回の会議を通して、三校が互いの取組や課題について理解を深めることができました。これからも小・中学校が連携し、家庭や地域とも協力しながら、子供たちの健やかな成長を支えていきたいと思います。











