

〒975-0031

福島県南相馬市原町区錦町一丁目 30 番地

TEL:(0244)26-1315

FAX(0244)26-1318

E-mail:sousou.kyouiku@pref.fukushima.lg.jp

令和6年8月19日発行

令和6年度 家庭教育応援企業 活動報告②

第5号は、医療法人社団茶畑会相馬中央病院さんが行った「肩こり・腰痛セミナー」と「はみがききょうしつ」の様子についてお伝えいたします。

学習会開催日 令和6年7月22日（月）

会 場 みなと保育園 お遊戯室

参加人数 みなと保育園職員 28名 相馬中央病院職員 4名

学習会テーマ 肩こり・腰痛セミナー

テーマ設定の理由 保育園の職員の腰痛や肩こりの悩みに応えることで、職場環境の改善や職員の負担軽減につなげ、地域の子どもたちが安心して保育を受けられる環境づくりの協力をする

相馬市にある「みなと保育園」に、相馬中央病院から作業療法士2名を派遣し、職員対象の肩こり・腰痛セミナーを実施しました。肩こり・腰痛の原因や、痛みを引き起こしてしまう姿勢などを説明し、簡単にできるマッサージやストレッチを指導しました。また、現在の自分の立ち姿勢を写真に撮り、よりよい姿勢を心がけてもらいました。

保育園の職員の皆さんにお話を伺うと、子どもを抱き上げたり連絡帳を書いたりする際に姿勢が悪くなってしまうことが多く、それらが肩や腰の痛みの原因となっているようです。実際参加された方の多くが肩こり・腰痛に悩まされており、レクチャーを受けたマッサージは「気持ちいい!」と大好評でした。腰痛は保育士の職業病となっており、保育業務に支障が出るほどの痛みをお持ちの中、仕事をされている方もいらっしゃいます。保育園で働くみなさんの健康を守ることは保育園の安心安全につながるだけでなく、子どもたちの成長と発育を支える質の良い保育を提供するために重要です。「今後も地域の保育にかかわる方々の健康を支えられるよう活動していきたい」とのことでした。



学習会開催日 令和6年7月26日（金）

会 場 みなと保育園 お遊戯室

参加人数 みなと保育園園児 48名 みなと保育園職員 7名 相馬中央病院職員 4名

学習会テーマ はみがききょうしつ

テーマ設定の理由 地域の保育園児に、歯と口の健康に関する正しい知識を学んでもらい、歯科疾患の予防につながる適切な習慣の定着をはかることで、子どもたちの健やかな生活に寄与する

みなと保育園の4歳児と5歳児のクラスを対象に、相馬中央病院の歯科衛生士を2名派遣し、はみがききょうしつを実施しました。子どもたちは、甘い食べ物がむし歯の原因となることや、歯ブラシの正しい持ち方、細かく小さく磨く「ありさんみがき」を意識する、といった歯磨きの方法などを真剣に学びました。特に、手作りの動物の歯の模型を使って歯の汚れを落とす体験では、すべての園児が積極的に活動していました。さらに、「もう一回やりたい人?」と聞くと全員が手を挙げるほどでした。

歯や顎の発育期でもある幼少期に歯の健康を保つことは、虫歯予防に限らず、全身的な発育や健康維持にも役立ちます。相馬中央病院さんでは、子どもたちが少しでもすこやかに元気に過ごせるよう、これからもこのような教室を継続して開催していきたいそうです。

