

みんなが進める 学校での健康づくり



ヘルスプロモーションの 考え方を生かして



ま え が き

近年における都市化、情報化など社会環境や生活様式の変化、自然環境の変化、少子化などが子供の身体的活動・遊びの減少、食生活の変化、精神的負担の増大、人間関係の希薄化などをもたらし、さらには家庭や地域の教育力の低下をもたらすなど子供の心身の健全な発育・発達に様々な影響を与えています。

このような複雑、多様化している子どもの心身の健康課題の解決のため、各学校において、校長の強いリーダーシップの下、保健主事や養護教諭がその推進・調整役となり、学級担任・ホームルーム担任、教科担任等を含む全ての教職員が積極的にその役割を果たし、健康教育の充実と校内の組織的な取組、家庭及び地域の専門家や専門機関等との一層の連携の強化を図ることが急務となっています。

そのために、各学校では、子どもが健康的なライフスタイルを身に付けるための健康教育の一層の充実を図るとともに、学校そのものが子どもの心身の健康づくりに配慮された、あるいは、支援できる楽しい場となるよう学校内外の支援・推進体制や環境を整備するなど学校経営を改善する必要があります。WHOで提唱しているヘルスプロモーションスクールなどもその一例であり、日本では従前から学校、家庭、地域が一体となって子どもの健康教育や必要な支援に力を入れており、子どもの実態から一層その必要性が高まっていると言えます。

このような状況の中で、本委員会においては、全国の特徴ある優れた実践を行っている学校等を訪問し、個人及び社会の資源である健康を子どもに具現化し、生涯にわたって健康・安全で活力ある生活を営む基礎を培うため、ヘルスプロモーションの考え方を学校経営に生かして、どのように健康教育を進めたらよいか検討し、冊子にまとめたものです。

現在、学校評価ガイドラインの改訂、学校保健安全法の施行、新学習指導要領への移行など教育改革の真っ只中であり、各学校において、本書を参考に健康教育の側面から学校経営の一層の改善に役立てていただければ幸いです。

最後になりましたが、何かとお忙しい中、本書を作成するに当たり、訪問させていただき、また、貴重な資料をご提供いただいた関連教育委員会及び訪問校に心から感謝申し上げます。

平成21年4月

財団法人 日本学校保健会
会 長 唐 澤 祥 人

目 次

まえがき

I 健康を推進し、子どもの健康づくりを支援する学校づくり	1
1. 自律的な健康づくりができる子どもの育成を目指す	1
2. ヘルスプロモーションの考え方を理解し、子どもに的確な思考・判断を中核とした実践力の育成を目指す	2
3. 学習指導要領に基づいて健康教育を充実し、生きる力をはぐく(育)む	3
4. 基本となる教育課程改善の方向を踏まえ、健康教育の質的向上を目指す	5
5. 改正された学校保健安全法に基づいた保健・安全管理等を行う	7
6. 学校健康教育は、学校、家庭、地域みんなの力で進める	8
7. 健康に関する取組を多面的に評価し、改善しながら進める	9
II 校長がリーダーシップを発揮する学校での健康づくり	11
1. 学校での健康づくり推進の全体構想を持ちましょう	11
2. 子どもたちの健康課題の解決を、教育活動の重点・努力点に位置づけましょう	12
3. 学校での健康づくりを推進する組織を整備し、その活性化に努めましょう	13
4. 学校での健康づくりの推進状況を調べてみましょう	14
5. 子どもの健康生活のさらなる向上のために、学校での健康づくりの見直しをしましょう	15
III 保健主事は、学校での健康づくりの企画調整(マネジメント)役	17
<保健主事のA先生に1年間の見通しを伺いました>	
Q1 学校保健計画の内容が、共通理解されるよう配慮したいことは?	17
Q2 学校保健計画の作成・改善に評価記録が生かされるよう配慮したいことは?	17
Q3 保健指導の時間を確保するために配慮したいことは?	17
Q4 個に応じた、行き届いた指導ができるよう配慮したいことは?	18
Q5 健康診断の事前・事後に配慮したことは?	18
Q6 学校保健の組織活動を、効果的に進めるために配慮したいことは?	18
<保健主事のB先生に連絡調整について伺いました>	
Q7 管理職との報告・連絡・相談についてお話しください	19
Q8 養護教諭との連絡調整についてお話しください	19
Q9 各分掌主任との連絡調整についてお話しください	20
Q10 学級担任等との連絡調整についてお話しください	20
Q11 学校医、学校歯科医、学校薬剤師との連絡調整についてお話しください	20
IV 学級担任・教科担任等が行う健康づくりのための活動	21
1 学級担任等が行う日常的な健康づくりのための活動	21
2 学級担任が行う健康課題への対応例	26

V 養護教諭が専門的立場で組織的に行う健康づくりのための活動	33
1. 管理職との関わり	33
2. 保健主事との関わり	34
3. 学校医、学校歯科医、学校薬剤師との関わり	35
4. 学級担任との関わり	35
5. 保護者との関わり	36
VI 学校医、学校歯科医、学校薬剤師の役割についての理解と連携	39
1. 学校医、学校歯科医、学校薬剤師の位置づけと役割について	39
2. 学校医、学校歯科医、学校薬剤師との具体的な連携について	40
VII 家庭、地域との連携の推進	44
1. 家庭の理解・協力を得るための個別の連携	44
・子どもの健康に関心、連携に消極的な保護者への対応	44
・歯みがきを嫌がる子どもへの個別の対応	46
・発達障害に関する個別の対応	46
・肥満傾向児への個別の対応	47
2. 生活リズム改善のための組織的な対応	47
(1) 学校とPTAの連携（生活振り返りカードの活用）	47
(2) 学校、家庭、地域の連携（学校保健委員会の活用）	49
財団法人 日本学校保健会 保健指導資料作成委員会名簿	50

● 付録CD ●

1 子どもの心身の健康を守り、安全・安心を確保するために学校全体としての取組を進めるための方策について（答申）	平成 20 年 1 月	中央教育審議会
2 幼稚園、小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校の学習指導要領等の改善について（答申）	平成 20 年 1 月	中央教育審議会
3 学校評価ガイドライン〔改訂〕	平成 20 年 1 月	文部科学省
4 小学校学習指導要領	平成 20 年 3 月	文部科学省
5 小学校学習指導要領解説 総則編	平成 20 年 6 月	文部科学省
6 小学校学習指導要領解説 特別活動編	平成 20 年 6 月	文部科学省
7 中学校学習指導要領	平成 20 年 3 月	文部科学省
8 中学校学習指導要領解説 総則編	平成 20 年 7 月	文部科学省
9 中学校学習指導要領解説 特別活動編	平成 20 年 7 月	文部科学省
10 高等学校学習指導要領	平成 21 年 3 月	文部科学省
11 学校環境衛生基準	平成 21 年 4 月	文部科学省
12 学校保健法の一部を改正する法律の公布について	平成 19 年 7 月 10 日付	文部科学省スポーツ・青少年局長通知
13 学校保健法等の一部を改正する法律の施行に伴う関係政令の整備に関する法令等の施行について	平成 21 年 4 月 1 日付	文部科学省スポーツ・青少年局長通知
14 学校保健法の一部を改正する法律新旧対照表	平成 20 年 7 月 9 日付	文部科学省スポーツ・青少年局長通知
15 学校保健安全法	平成 20 年 6 月 18 日公布／平成 21 年 4 月 1 日施行	
16 学校保健安全法施行令及び施行規則	平成 21 年 4 月	文部科学省
17 学校保健活動推進マニュアル	平成 15 年 2 月	（財）日本学校保健会
18 やってみませんかこんな学校保健委員会	平成 18 年 2 月	（財）日本学校保健会
19 文部科学省ほか学校保健関係のホームページアドレス一覧		

I

健康を推進し、子どもの健康づくりを支援する学校づくり

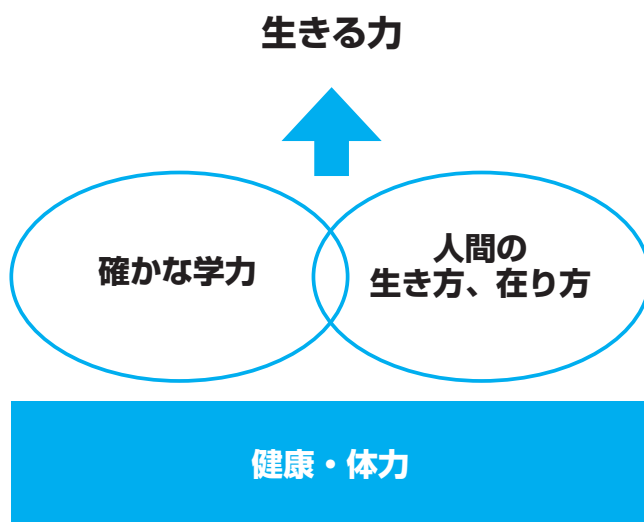
子どもの体力低下や健康課題が深刻化している中、心身ともに健康で活力ある子どもを育成することが、一層重要となっている。

そのためには、学校が子どもの健康教育や健康支援に必要な体制や環境づくりに努め、学校そのものが健康的な（子どもの心身の健康づくりに配慮された、あるいは、支援できる）場である必要がある。WHOで提唱しているヘルスプロモーティングスクールなどもその一例であり、日本では従前から学校、家庭、地域が一体となって子どもの健康教育や必要な支援に力を入れており、子どもの実態から一層その必要性が高まっていると言える。

1 自律的な健康づくりができる子どもの育成を目指す。

学校健康教育のねらいは、幼児児童生徒（以下、子どもという。）が、自分の健康状態に関心を持ち、健康上の課題を自分で考え、解決（改善）できるような資質や能力即ち健康を保持増進するための実践力を身に付けることができるようにすることにある。言い換えると、子ども自らが、学習によって健康の大切さに気付き、環境や生活行動を主体的に改善し、自律的な健康づくりができるようにし、健康な生活を実現していくことにある。

しかしながら、近年、生活習慣の未確立、後を絶たない問題行動、規範意識や体力の低下など子どもや教育をめぐる社会状況には深刻なものがあり、心身の健康についても取り組むべき課題は深刻かつ多様になってきている。このような中で、中央教育審議会答申（平成20年1月）でも、「確かな学力」や「人間の生き方、在り方」の基盤づくりの側面から体力づくり及び学校健康教育の一層の充実が求められている。



2 ヘルスプロモーションの考え方を理解し、子どもに的確な思考・判断を中核とした実践力の育成を目指す。

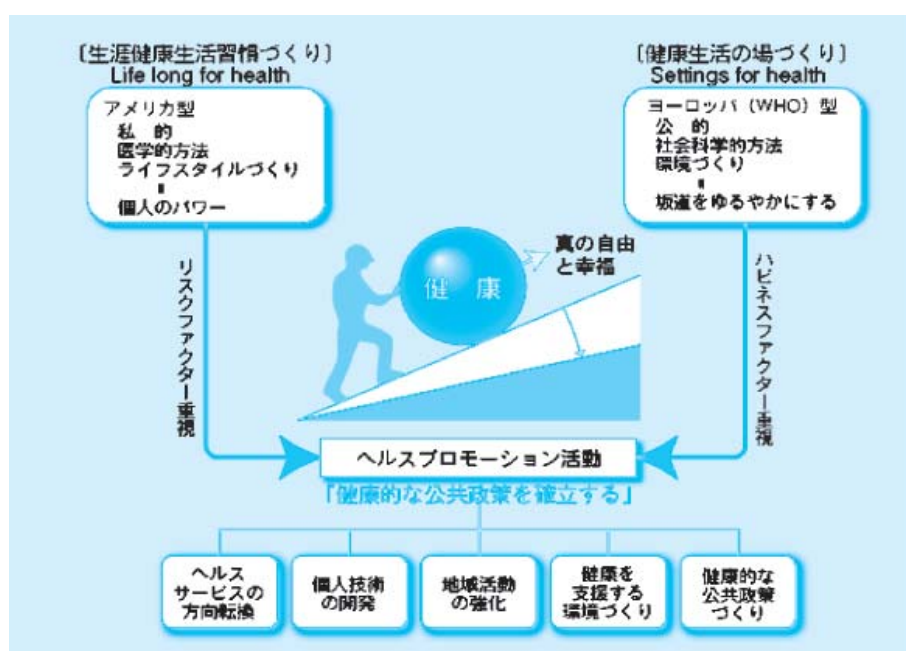
WHO（世界保健機関）は、世界保健憲章（1946年）で、健康を、「単に病気や虚弱でないというだけでなく、身体的、精神的及び社会的に完全に良好な状態である。」と定義している。

さらに、アルマ・アタ宣言（1978年）において、「国が提供する保健サービスと個人、家庭及び地域住民の積極的な参加によって、世界中の人々が社会的、経済的に生産的な生活ができる生活水準の達成を目指すこと」を宣言している。続いて、ヘルスプロモーションに関するオタワ憲章（1986年）において、ヘルスプロモーションの理念を提唱し、2005年のバンコク憲章で一部修正されている。

具体的には、「ヘルスプロモーションとは、人々が自らの健康とその決定要因をコントロールし、改善することができるようにするプロセスである。身体的、精神的、社会的に完全に良好な状態に到達するためには、個人や集団が望みを確認・実現し、ニーズを満たし、環境を改善し、環境に対処することができなければならない。それ故、健康は、生きる目的ではなく、毎日の生活の資源である。健康は、身体的な能力であると同時に、社会的・個人的資源であることを強調する積極的な概念なのである。それ故、ヘルスプロモーションは、保健部門だけの責任にとどまらず、健康なライフスタイルをこえて、well-being（生き方や在り方、生き甲斐等の意）にもかかわるのである。」

このような健康観（ヘルスプロモーションの理念）を子どもにはぐくみ、発育段階や実態に応じて具現化できるような実践力を育成することが必要である。言い換えると、健康は人生や生活にとって大切なもので、それは、自分自身の生活習慣や生活行動を改善し、環境に積極的に働きかけ、より良くつくりかえるなど不断の努力によって得られるということを学習や体験を通して理解し、健康に良い行動を実践し、生活の質（Quality of Life）を向上させることができるようにすることを目指している。そのためには、学校や家庭、地域においては、それが可能となるような体制づくりや環境の改善などの具体的な支援が必要である。

ヘルスプロモーション活動の概念図



島内憲夫1987／島内憲夫・助友裕子・高村美奈子2004（改編）

3 学習指導要領に基づいて健康教育を充実し、生きる力をはぐく(育)む。

1. 学習指導要領総則の趣旨や内容を理解し、教育課程に位置づける。

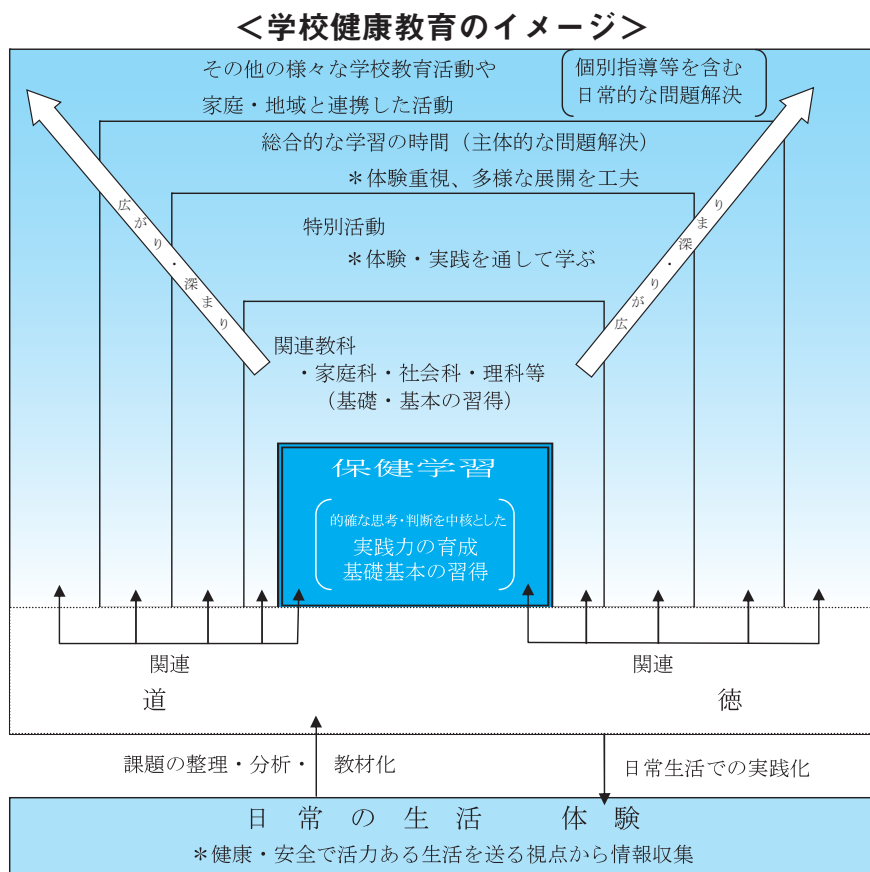
学校における健康教育は、学校保健、学校安全及び学校給食や食に関する指導を包括したものであり、それらが相互に関連し、管理と表裏一体として進められるものである。小学校、中学校学習指導要領の総則「体育・健康に関する指導」の項で、体力の向上と合わせてその基本方針が示されている。

(傍線部分は、平成 20 年 3 月改訂による追加箇所)

学校における体育・健康に関する指導は、児童（生徒）の発達の段階を考慮して、学校の教育活動全体を通じて適切に行うものとする。特に、学校における食育の推進並びに体力の向上に関する指導、安全に関する指導及び心身の健康の保持増進に関する指導については、体育（保健体育）科の時間はもとより、家庭（技術・家庭）科、特別活動などにおいてもそれぞれの特質に応じて適切に行うよう努めることとする。また、それらの指導を通して、家庭や地域社会との連携を図りながら、日常生活において適切な体育・健康に関する活動の実践を促し、生涯を通じて健康・安全で活力ある生活を送るための基礎が培われるよう配慮しなければならない。

総則にも述べられている通り、学校における健康に関する指導（健康教育）は、学校保健、学校安全、学校給食を含む食育等に関する指導を包括したものであり、それらの管理と表裏一体として進められるものである。

それらを、図に表すと、概ね次のような構造となる。



(戸田芳雄)

中央教育審議会初等中等教育分科会教育課程部会の審議に先駆けて、「健やかな体を育む教育の在り方に関する専門部会」で検討を進め、平成17年7月27日にそれまでの審議の状況についてまとめている。その中で、保健については、「すべての子どもたちが身に付けるべきもの（目的）」検討の4つの視点として、①「自他の命を大切にする」②次の世代につながるような教育とする③情報を収集し正しく理解し判断する力を育成する④知識を行動に結び付ける力を育成していくということが明確にされている。

4 基本となる教育課程改善の方向を踏まえ、健康教育の質的向上を目指す。

① ますます重要となる「生きる力」の育成

学校教育の果たすべき役割を考えたとき、基礎・基本を徹底し、自ら学び自ら考える力などを育成することにより、「確かな学力」をはぐくみ、「豊かな人間性」やたくましく生きるための健康や体力なども含め、どのように社会が変化しても必要なものとなる「生きる力」の内容として、知識・技能の習得、習得した知識・技能の活用、さらには、探究し、実社会や生活で実践できる力を育成することがますます重要となってきた。

② ますます重要となる家庭の役割の明確化と家庭・地域と学校との連携

学力の向上をはじめ子どもの健全な育成のためには、睡眠時間の確保、食生活の改善、家族のふれあいの時間の確保など、生活習慣の改善が不可欠である。子どもの育成の第一義的責任は家庭にあり、教育における保護者の責任を明確化することが必要である。

他方、今日、朝食をとっていない子どもの問題など、家庭や地域の教育力が依然として不十分な現状、あるいは今後更にそれらの教育力が低下する懸念、格差拡大の懸念などを背景として、各学校において、学校保健会等での学校と家庭、地域との役割分担や緊密な連携の在り方を検討し、実践することが一層重要となっている。

特に、心と体の育成については、家庭教育の自覚が強く求められ、「早寝、早起き、朝ごはん」といった提案を出発点として家庭教育の充実を具体的に進めたり、学校外の人材（地域の人材や専門家など）が、地域の子どもの健康教育や学校教育に積極的に参画することが求められる。

近年の家庭や地域における子どもの実態に目を向けたとき、本来、家庭が一義的な責任を負うべき問題についても、教育機関としての学校、教育者としての教師が、その補完的な機能を果たしている、また果たさざるを得ない現状がある。社会や行政は、こうした現実を直視し、学校や家庭の取組に対して必要な協力や支援を行うことが求められている。

③ 健康教育で育成すべき資質・能力

健康教育で育成すべき資質・能力としては、自らの健康を管理し、改善するために、健康や安全（及び食）の大切さを認識し、生涯を通じて自らの健康づくりや自他の安全の確保に取り組むことができるような資質・能力が上げられる。具体的には、次のような資質・能力の育成を目指す。

- ア) 健康や安全（及び食）に関する情報を収集して判断し、健康づくりのための行動選択ができるような的確な思考・判断を行う能力。
- イ) 心身の発育・発達や生活習慣の改善・病気の予防などに関する知識理解、状況に応じた対処方法や病気の予防手段を探すなどの的確な思考・判断を行う能力、心身の健康や医薬品等について知ろうとする関心・意欲・態度
- ウ) 環境と健康に関する知識理解や思考・判断を行う能力、環境の悪化予防・改善活動に取り組もうとする態度
- エ) 応急手当の知識理解や的確な思考・判断によって危険予測・危険回避できる能力、自他及び地域社会の安全に配慮する態度

「育（はぐく）むこと」、「培うこと」を大切に

「生きる力」の重要な柱である健康を保持増進することは、今後の教育で一層重要であり、健康教育の一層の充実が求められていると言える。その「育（はぐく）む」の意は、「親鳥がその羽で雛をおおいつつむ。養い育てる。成長発展を願って育成する。」（広辞苑）ことであり、類似の語に、学習指導要領の総則第1（款）の3で使用されている「培う」（草木の根に土をかけて育てる。能力や性質を養い育てる。：広辞苑）がある。いずれも、促成栽培的で性急な働きかけでなく、ゆっくり、じっくり時間をかけ、手をかけて、子の自立を促す意味合いをもっている。この「育（はぐく）む」と「培う」は、高度成長など激しい社会の変化の中で置き忘れられてきたものが何かということ、私たちに示唆してくれるのではないだろうか。

また、子どもたちや若者に、安らげる心の居場所がないことが、昨今の多くの心身の健康など諸問題の根源だという人がある。学校（先生や仲間）や家庭（親や兄弟等）が、子どもの心の居場所になっていないということだろうか。考えさせられる言ではある。ともあれ、学校は、教育の場であり、豊かな人間形成の重要な場でもある。今後も、全国の全ての学校において、「育（はぐく）む」「培う」ことを念頭に、子どもが健康づくりを目指して主体的に取り組めるような教育や支援、環境づくりができるよう一層努力する必要がある。

5 改正された学校保健安全法に基づいた保健・安全管理等を行う。

社会の状況やライフスタイルの変化等により、子どもの心の健康や生活習慣にかかわる問題、子どもの犯罪被害や学校管理下の事故の多発など、子どもの健康・安全に関する課題が指摘されている。そのような状況を改善するため、制定以来半世紀を経て学校保健法が大幅に改正され、平成21年4月から**学校保健安全法**として名実共に生まれ変わり、施行されることとなった。学校における健康・安全に係る施設設備や体制の整備、管理と指導の充実等により、健康・安全な学校環境を確保し、自律的な健康づくりができるような資質や能力を育成することが主なねらいである。

各学校や教育委員会等では、その趣旨や内容を踏まえ、改正された学校保健安全法に基づいた保健・安全管理等を行う必要がある。

<学校保健法の主な改正点等>

1. 法律の名称を「学校保健安全法」に改め、学校保健及び学校安全に係る国等の責務を規定。
2. 文部科学大臣は、学校環境衛生基準を定め、学校の適切な環境の維持を学校設置者の責務とし、校長は適切な環境を維持するよう努めることとする。
3. 養護教諭その他の職員は、連携して児童生徒等の心身の状況を把握、必要な指導等を実施。また、学校で健康相談、保健指導、救急処置等を行う際には、地域の医療機関等と連携する。
4. 学校は、児童生徒等の安全の確保を図るため、施設設備の安全点検、児童生徒等への通学を含めた学校生活等の安全に関する指導等を実施する。(学校安全に関する学校設置者の責務の範囲を学校施設内に限定しない。)
5. 総合的な学校安全計画及び危険等発生時の対処要領を作成し、実施する。また、事故等により児童生徒等に危害が生じた場合の児童生徒や関係者の心身の健康の回復のための必要な支援を実施する。
6. 保護者、地域の警察署、安全確保活動を行う団体、住民等と連携を行う。
7. この法律は、平成21年4月1日から施行する。

6 学校健康教育は、学校、家庭、地域みんなの力で進める。

学校健康教育は、保健主事や養護教諭など一部の者だけでなく、校長のリーダーシップの下、全教職員が、学校、家庭及び地域の関係機関・団体等と連携・協力し、児童生徒の心身の健康課題の深刻化や生涯における健康・安全の重要性を十分に認識し、学習指導要領に盛り込まれた健康教育にかかわる趣旨や内容、改正された学校保健安全法等における保健・安全管理などの体制や環境づくりを各学校で具体化し、実のあるものとするのが求められている。

つまり、子どもに「生きる力」をはぐく(育)むためには、児童生徒に対する個に応じた指導の充実を図るとともに、開かれた学校づくりを進める観点から、各教科や特別活動の授業や総合的な学習の時間などにおいて、地域の方々や養護教諭、栄養教諭・学校栄養職員、学校医、学校歯科医、学校薬剤師等の専門性を有する教職員の積極的な参加・協力を推進することが極めて重要である。

そのためにも、保健主事の総合的な企画調整（マネジメント）や養護教諭の地域の関係者や関連機関等とのコーディネーターとしての役割の再認識と各学校での積極的な取組により、学校健康教育を活性化し、一人一人の子どもの健康づくりを支援していく必要がある。

その際、①まず、子どもの実態等から取り組みやすい課題を選び、②学校保健委員会で取り上げ、学校、家庭、地域ぐるみで重点的な活動を展開し、③子どもの健康への関心や健康づくりへの意欲を高めて課題解決を図る。④国、県や日本学校保健会等の指導資料等の保存管理と関連資料の収集・活用で指導を適切かつ効果的にすることに留意する。

また、学校健康教育の取組の全てにおいて、次のような点に留意する。

- 他律的健康づくりから、自律的健康づくりに移行させるための教育（学習）を重視する。
- 疾病の早期発見・早期治療中心から、集団の心身の健康の保持増進に重点を置く。
- 併せて、学校保健、地域保健の連携をはかり、ハイリスクの者に対する個別の指導と管理の充実を図る。
- 少数の限られた人を中心とした取組から、体制を整備し、組織的に全教職員で進める取組へと前進させる。

健康は、「生きる力」そのものであり、また、「生きる力」をはぐく(育)むための重要な基盤として不可欠なものである。今後は、子どもに自律的な健康づくりができるような資質や能力を育てることを目指して、我が国の学校健康教育を一層充実し、各学校での健康教育と体制づくりや必要な支援を着実に実践することが必要である。

7 健康に関する取組を多面的に評価し、改善しながら進める。

学校の裁量が拡大し、自主性・自律性が高まる上で、その教育活動等の成果を検証し、必要な支援・改善を行うことにより、児童生徒がより良い教育活動等を享受できるよう学校運営の改善と発展を目指し、教育の水準の向上と保証を図ることが重要である。

また、学校運営の質に対する保護者等の関心が高まる中で、学校が適切に説明責任を果たすとともに、学校の状況に関する共通理解を持つことにより相互の連携協力の促進が図られることが期待される。

これらのことから、各学校においては、学校教育法、同施行規則の規定に基づき、健康に関する取組に関しても、学校の教育活動その他の学校運営の状況について評価を行い、その結果に基づき学校及び設置者等が学校運営の改善を図ること、及び、評価結果等を広く保護者等に公表していくことが求められている。

各学校や設置者における学校評価の取組の参考に資するよう、その目安となる事項を示した**学校評価ガイドライン**（文部科学省；改訂版 H20.1.31）では、次のようにその目的等を示しているので、参考に紹介する。

● 目 的 ●

- ① 各学校が、自らの教育活動その他の学校運営について、目指すべき目標を設定し、その達成状況や達成に向けた取組の適切さ等について評価することにより、学校として組織的・継続的な改善を図ること。
- ② 各学校が、自己評価及び保護者など学校関係者等による評価の実施とその結果の公表・説明により、適切に説明責任を果たすとともに、保護者、地域住民等から理解と参画を得て、学校・家庭・地域の連携協力による学校づくりを進めること。
- ③ 各学校の設置者等が、学校評価の結果に応じて、学校に対する支援や条件整備等の改善措置を講じることにより、一定水準の教育の質を保証し、その向上を図ること。

また、学校評価の種類としては、①全教職員による**自己評価**、②保護者などの学校の関係者による評価（「**学校関係者評価**」）③学校と直接関係を有しない専門家等による客観的な評価（「**第三者評価**」）があり、その結果の公表と、設置者への報告が必要となる。

《評価項目・指標等を検討する際の視点となる例（抄）》

学校評価については、学校教育法に「第42条 小学校は、文部科学大臣の定めるところにより当該小学校の教育活動その他の学校運営の状況について評価を行い、その結果に基づき学校運営の改善を図るため必要な措置を講ずることにより、その教育水準の向上に努めなければならない。（※幼稚園、中学校、高等学校、中等教育学校、特別支援学校等にもそれぞれ準用。）」と規定されている。

それを受けて、学校評価ガイドラインには、各学校や設置者において、評価項目・指標等の設定について検討する際の視点が例示されている。これらを参考に、学校における健康教育に関して重点を設定し、学校の実情により適切な評価項目・指標を設定し、アンケートや聞き取りなど多様な方法を工夫して前記①～③の評価を実施、公表・説明することが必要である。

また、学校健康教育に関する評価においては、前記の学校評価を実施し、結果を広く公表・説明するとともに、個々の教育活動ごとの児童生徒の意識や行動の変容、健康度や指導内容に関連する医科学的検査結果なども含めたより具体的で多様な評価を実施し、PDCA（Plan Do Check Action）のサイクルの中で、日常の教育活動等の改善に役立てることも重要と考えられる。以下、学校評価ガイドラインでの保健管理および安全管理にかかわる視点の例示を紹介する。

■ 保健管理

- ・ 児童生徒を対象とする保健（喫煙、飲酒、薬物乱用防止、心のケア等を含む）に関する体制整備や指導・相談の実施の状況
- ・ 家庭や地域の保健・医療機関等との連携の状況
- ・ 法定の学校保健計画の作成・実施の状況、学校環境衛生の管理状況
- ・ 日常の健康観察や、疾病予防、児童生徒の自己健康管理能力向上のための取組、健康診断の実施の状況

※各学校の事情等に応じて、学校給食の衛生管理の状況などについても、評価を行うことが考えられる。

■ 安全管理

- ・ 学校事故等の緊急事態発生時の対応の状況
- ・ 家庭や地域の関係機関、団体との連携の状況
- ・ 法定の学校安全計画や、学校防災計画等の作成・実施、体制整備の状況
- ・ 危機管理マニュアル等の作成・活用の状況
- ・ 安全点検（通学路の安全点検を含む）や、教職員・児童生徒の安全対応能力の向上を図るための取組の状況

〔主な参考文献〕

学校評価ガイドライン（改訂版）	平成 20 年 1 月	文部科学省
中央教育審議会答申（教育課程の改善関連）	平成 20 年 1 月	文部科学省
「幼稚園、小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校の学習指導要領等の改善について」		
中央教育審議会答申（健康教育関連）	平成 20 年 1 月	文部科学省
「子どもの心身の健康を守り、安全・安心を確保するために		
学校全体としての取組を進めるための方策について」		
新学習指導要領（幼、小、中学校）	平成 20 年 3 月告示	文部科学省
保健主事の手引（三訂版）	平成 16 年 2 月	財団法人 日本学校保健会
学校保健委員会マニュアル	平成 12 年 2 月	財団法人 日本学校保健会
学校保健活動推進マニュアル	平成 15 年 2 月	財団法人 日本学校保健会
保健主事資質向上委員会報告書（実態調査結果）		
	平成 14 年 2 月	財団法人 日本学校保健会
ヘルス・フォー・オール	山本幹夫監訳；島内憲夫翻訳	平成 2 年 10 月垣内出版株式会社
ヘルスプロモーション	島内憲夫訳	平成 2 年 10 月 垣内出版株式会社

II

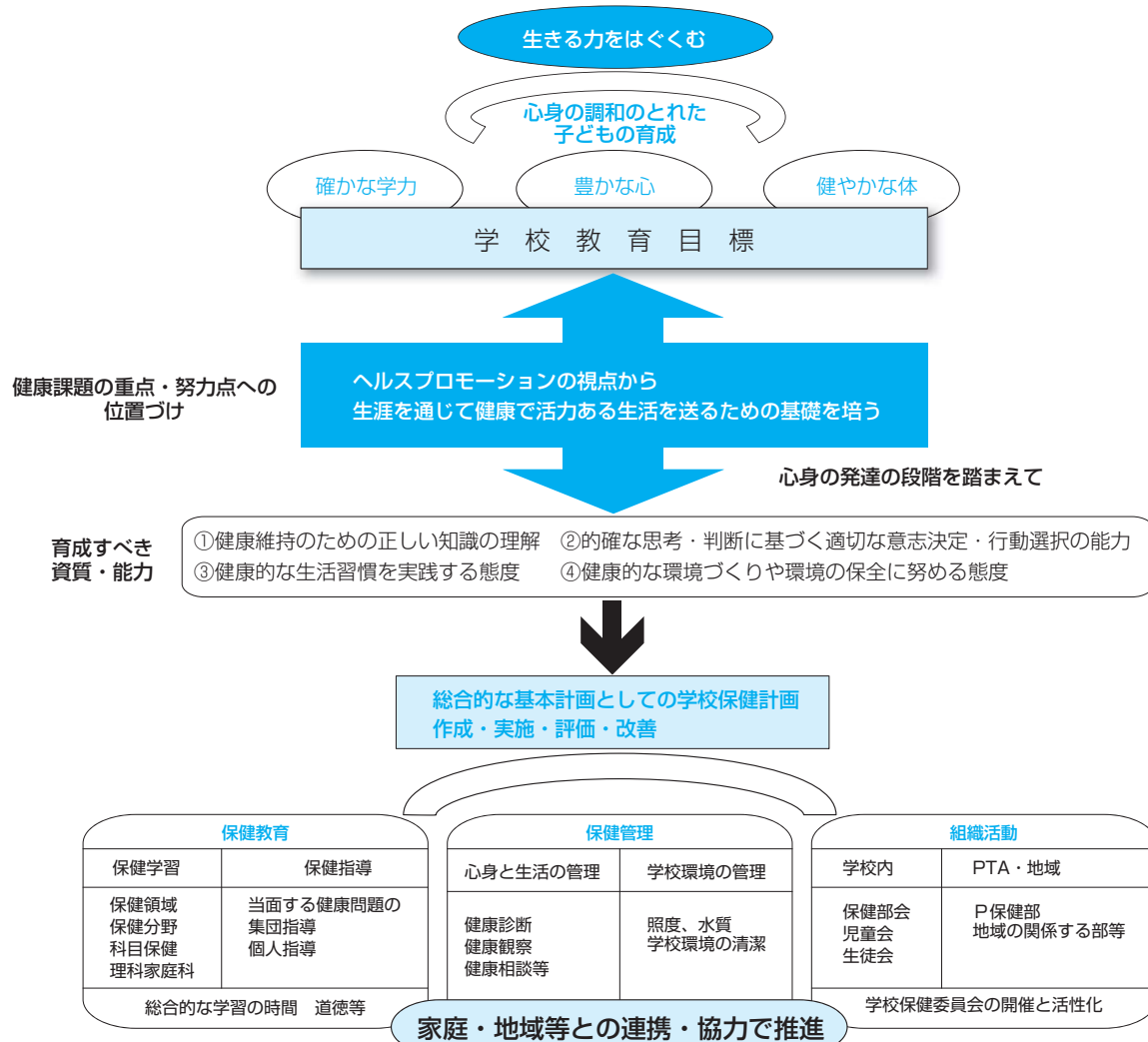
校長がリーダーシップを発揮する 学校での健康づくり

学校においては、学校教育目標達成のために、子どもの健やかな心身等の育成を目指して、健康課題を解決する学校保健活動に、みんなが力を合わせて計画的、継続的、組織的に取り組むことが求められています。このため、校長は、学校保健活動の全体構想を持ちその推進にリーダーシップを発揮する必要があります。

- 学校での健康づくりを支援することで、子どもの生活を健康的なものに改善することができます。このことで、教科指導や生徒指導の一層の成果が期待できます。

1 学校での健康づくり推進の全体構想をもちましょう。

学校における健康づくりの全体構想（例）



2 子どもたちの健康課題の解決を、教育活動の重点・努力点に位置づけましょう。

- 校長の思いが全教職員に伝わり、健康課題を解決しようとする意識が高まります。

本項では、健康課題を、子どもの心身の発育・発達や疾病の状況、生活習慣や生活行動などに関する健康上解決すべき事柄を指しています。学年や学校などの集団に共通するものや一人一人が個別に抱える課題があります。

(1) 健康課題の把握には

- ・ 健康診断の結果、朝の健康観察、保健室来室者調べ、アンケート調査等が有効です。
- ・ 保健主事、養護教諭、学級・教科担当等、学校医、学校歯科医、学校薬剤師、保護者等の情報を元にします。

(2) 健康課題把握の視点

- ・ 心身の発育・発達や疾病の状況からの子どもの健康課題は？
- ・ 食事・運動・休養(睡眠)等の生活習慣や性、喫煙、飲酒、薬物乱用等の生活行動からの子どもの健康課題は？
- ・ いじめ、不登校、虐待など人間関係からみた子どもの健康課題は？
- ・ 健康的な環境づくりからの健康課題は？



早寝・早起き

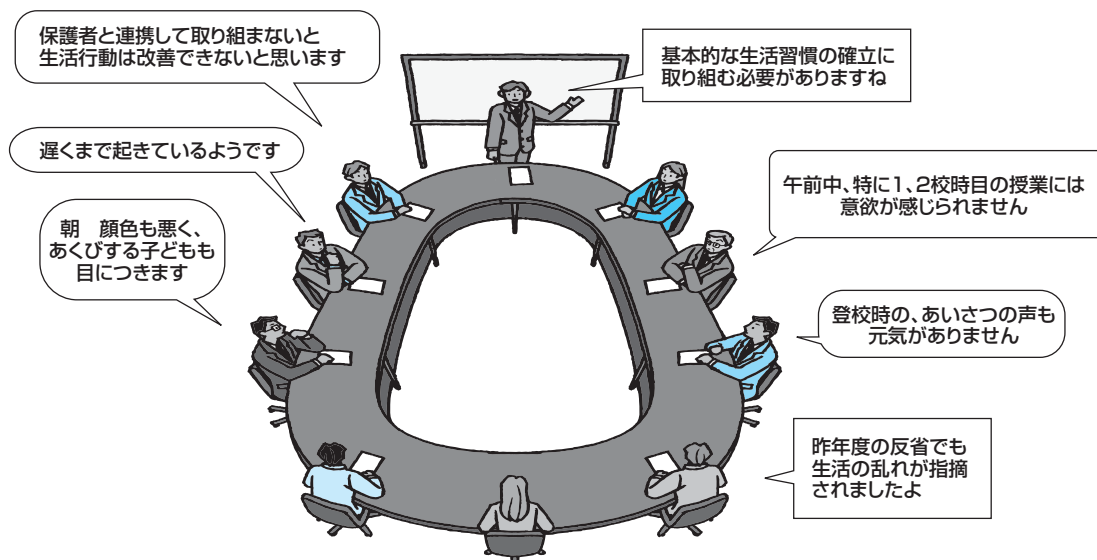


毎日の運動



バランスのとれた
朝・昼・夜の食事

(3) 子どもの健康課題を教職員等に周知し、学校経営の重点・努力点に位置づける



3 学校での健康づくりを推進する組織を整備し、その活性化に努めましょう。

● 職員と保護者等が連携、協力するよさを味わい、取組の活性化が期待できます。

- (1) 子どもの健康課題解決に向けて教職員、保護者・PTA等、地域関係機関等がその取組等を協議する組織である学校保健委員会を設置しましょう。
- (2) 学校保健委員会を開催し、子どもの健康課題の解決にむけて、学校、家庭、地域等が具体的に取り組むよう、会議の運営を工夫しましょう。
- (3) 教職員、保護者・PTA等での具体的な取組の内容やその成果等を全体に広報するなどして健康課題解決への取組への意識を高めるとともに、組織の活性化に努めましょう。

◎ 学校保健活動の推進には、教職員、保護者・PTA等が子どもの健康問題について協議し、連携協力して取り組む学校保健委員会の設置とその機能を活性化させることが大切です。

※参考資料 財団法人日本学校保健会「学校保健委員会マニュアル」(平成12年2月15日発行)



目 次	
1	今こそ、学校保健委員会
1	学校保健委員会とは
2	目指す子どもの健康的な生活行動と学校保健委員会の役割
4	学校保健委員会の開催は「開かれた学校づくり」を推進します
4	学校保健委員会の活性化で、子どもに「生きる力」をはぐくみます
2	学校保健委員会は、こんな会議です
3	学校保健委員会の進め方
9	年間計画の立てかた
10	組織の構成
14	議題の選び方
17	準備
21	当日の運営
25	学校保健委員会の事後活動と評価

◎ 保健主事には、学校での健康づくりの中心となって、企画調整（マネージメント）し、推進する役割があります。校長は、円滑な推進のために保健主事の企画調整力等が十分発揮できるようバックアップしましょう。

保健主事の学校保健活動推進のための6つの役割

- | | |
|------------------------|---------------------|
| ① 学校保健と学校教育全体との調整 | ② 学校保健計画の作成とその実施の推進 |
| ③ 保健教育の計画作成とその適切な実施の推進 | ④ 保健管理の適切な実施の推進 |
| ⑤ 学校保健に関する組織活動の推進 | ⑥ 学校保健活動の評価 |

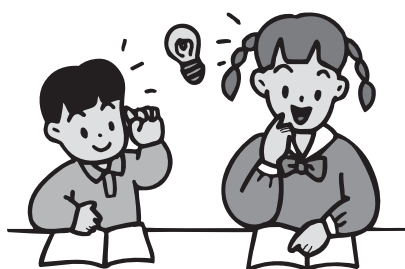
4 学校での健康づくりの推進状況を調べてみましょう。

- 教職員、保護者の連携した活動によって、子どもの学習態度や行動の変容等も期待できます。

(1) 学校での健康づくりは円滑に推進されていますか。

①円滑な活動の実施で期待できる子どもの学習態度や行動

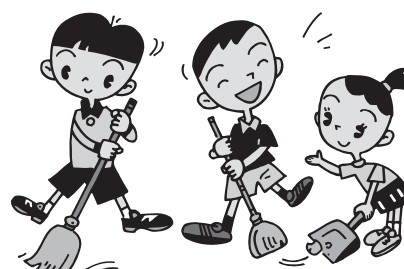
心身の調和のとれた子の育成
明るく、仲よく、活発に



主体的な学習活動



仲よく元気に外遊び



相手を思いやり協力しての活動

②円滑な推進の視点の一例

- 年間指導計画に沿って保健指導を行う。
- 学校保健活動を組織的に推進する。
- 保健指導は子どもに実感させる内容とする。
- 家庭や地域等にも理解され、連携協力した取組とする。
- 子どもの健康課題を解決するための取組となるように展開する。
- 子どもの生活行動に好ましい変容がみられるよう支援する。
- 学級担任等は、子どもの健康に関する生活の実践状況を評価し、指導に生かす。
- 保健主事は健康づくり推進の連絡調整や養護教諭との協力などで企画調整役としての手腕を発揮する。
- 健康診断や健康観察、調査等により、子どもの健康についての実態把握を的確に行う。

(2) 学校での健康づくり推進のためにリーダーシップを発揮していますか

① リーダーシップ発揮の場面（例）



保健部会等で課題を出し合い
適切な対応や取り組み方等の対策を考える
（校長のアドバイス）



課題がはっきりしたので
講師を招いて研修を
行いましょう



学校保健委員会では 健やかな体を育むための
健康課題をクローズアップしないと理解が深まら
ないと思います。その上で、学校、家庭等で何に
取り組むのかをはっきりさせましょう

保健主事や養護教諭と打合せ

② リーダーシップ発揮の視点の一例

- 学校での健康づくりの要としての保健主事が手腕を発揮できるよう援助する。
- 校内等の学校保健に関する研修会を計画し、実施する。
- 教職員が、健康づくりに意欲的に取り組めるようにする。
- 保護者、地域の方々などと連携し、協力できる体制を作り、保健主事を支援する。
- 学校保健関係組織を活発に活動できるよう支援する。
- その活動は、子どもの健康生活の向上につながっているか評価させ、改善に生かせるようにする。

5 子どもの健康生活のさらなる向上のために、学校での健康づくりの見直しをしましょう。

- 家庭等と連携した教育活動として学校の特色ともなり、家庭や地域等の教育力の向上も期待できます。

(1) 今年度の課題への取組を評価し、次年度の取組の充実を目指しましょう

（参考資料 財団法人日本学校保健会「学校保健活動推進マニュアル」平成15年5月20日発行）



VI 評価することで自校の学校保健活動のよさを引き出します

学校保健活動の評価は、学校保健目標を達成するために必要な諸条件の整備状況を確認したり、あらかじめ計画した目標にどの程度到達し、児童生徒がどのように変容したのかなどを明らかにすることにより、改善点を明確にし、より効果的な学校保健活動の実現を図ることをわらうとして行われるものです。

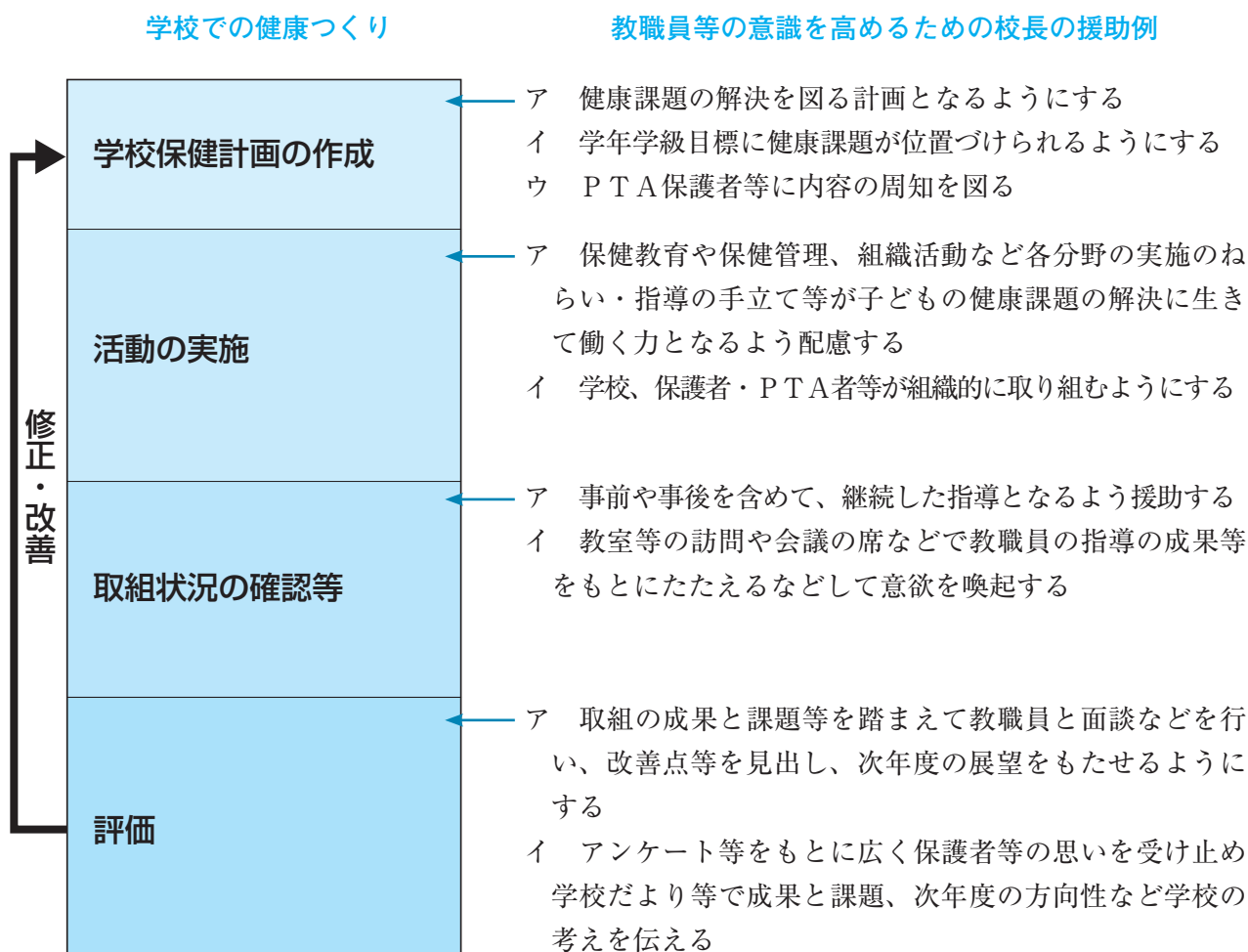
適切な評価が行われることにより、各校の学校保健活動のよさが引き出され、新しい時代にふさわしい学校保健活動を展開することが可能となります。

また、適切に学校保健の評価を行い、総合的な視点から正しく実態を把握し、その後の活動に十分に活かすよう努めることは、保健主事の重要な職務のひとつです。

VI 評価することで自校の学校保健活動のよさを引き出します	77
1 評価を生かした学校保健活動の実践が大切です	77
2 学校保健活動は評価から始まります	77
3 いくつかの課題があります	78
4 学校保健活動の評価は次のように進めます	79
(1) 分かりやすい方法で評価します	79
(2) 評価にはいくつかの方法があります	79
(3) タイムリーに評価します	80
(4) 評価は手順よく進めましょう	81
5 保健主事としての自己評価をしてみましょう	82
6 さまざまな評価の事例があります	85

（目次より）

(2) 校長、副校長・教頭は、学校の実情に応じて、保健主事、学年主任、学級担任や教科担当者等との面談等を実施し、それぞれの意識を高めましょう



※ 文部科学省は、平成 20 年 1 月 31 日に「学校評価ガイドライン」を一部改訂し、従前は含まれていなかった高等学校も対象に加えている。各学校では、これらの内容を参考として学校運営の改善と発展を目指した学校評価に取り組むことが一層求められている。

学校の教育目標を達成するためには、明るく元気で活力ある心身ともに健康な子どもを育成する必要があります。このための土台づくり（健康な心身と生活づくり・よりよい環境づくり）の重要な役割を担うのが学校での健康づくりです。子どもたちに、生涯を通じて健康で活力ある生活を送る基礎を培うためにも学校での健康づくりの推進とその充実に努めましょう。

III

保健主事は、学校での健康づくりの企画調整(マネージメント)役

保健主事のA先生に1年間の見通しを伺いました。

保健主事は、学校保健と学校全体の活動に関する調整や学校保健計画の作成、学校保健に関する組織活動の推進（学校保健委員会の運営等）など学校保健に関する事項（本書でいう「学校での健康づくり」）の管理（企画調整；マネージメント）に当たる職員であり、その果たすべき役割は、ますます重要となっています。

保健主事として活躍しているA先生にお話を伺いました。



Q1

学校保健計画の内容が、共通理解されるよう配慮したいことは？

A

- (1) 実態にあった計画となるよう各学年、各分掌、教科担任等に意見を求めるなど作成の過程を大切にしたいと考えています。
- (2) 組織的に活動できるよう、役割分担を明確に示したいと思います。また、スムーズに進めるためには、各主任等との事前調整も重視したいです。
- (3) 学期ごと、月ごとの目標や重点事項を校内に掲示するつもりです。

Q2

学校保健計画の作成・改善に、評価記録が生かされるよう配慮したいことは？

A

- (1) 評価の目的、対象事項、基準、時期等を明確にし、全教職員の理解と協力を得て進めるとともに、評価結果についてはできるだけ迅速にわかりやすい資料づくりをするつもりです。
- (2) 結果だけでなく、活動の過程の評価についても大切にしたいです。
- (3) 子どもの変容のほか、教師等のかかわり方や、家庭・地域との連携についても評価していければと思っています。

Q3

保健指導の時間を確保するために配慮したいことは？

A

- (1) 教務主任等と連携し、教育活動全体との調整を図っていきたいです。
- (2) 特別活動主任と相談し、保健指導を特別活動全体計画の中にも位置づけてもらいたいと考えています。
- (3) 保健指導年間計画に、学年のねらい、内容を具体的に盛り込みました。
- (4) 保健に関する子どもの実態把握と分析に努め、必要度・緊急度の高いものを明らかにし、共通理解に基づく指導内容の精選を図っていきたいです。

Q4

個に応じた、行き届いた指導ができるよう配慮したいことは？

A

- (1) 保健指導に必要な資料、教材・教具等を整備し、教具室と保健室に保健指導資料コーナーを設置する方向で養護教諭とも相談中です。
- (2) 題材ごとの指導計画を作成し、適切な時期の提供に努めたいです。
- (3) 管理職や事務部主任に相談し、保健指導の授業に必要な指導資料、教材や教具を新規購入できればと思っています。
- (4) これまで実施してきた学級担任や生徒指導部が実施する教育相談に加え、養護教諭が行う健康相談週間の設定についても提案するつもりです。

Q5

健康診断の事前・事後に配慮したことは？

A

- (1) 全校的に健康意識が高められるよう各学級で学級担任に保健指導を実施してもらったり、保健だより（特集号）の発行を養護教諭に依頼する予定です。
- (2) 健康診断結果をもとに、集団・個別の対応の参考となるよう資料を作成し、職員会議の後半に情報交換できる時間を設定してもらうつもりです。
- (3) 健康診断や学校環境衛生検査の実施後に、学校医、学校歯科医、学校薬剤師との懇談の機会を今年も設定するつもりです。
- (4) 本校生徒の実態をより具体的に把握するため、市、県、国の調査と比較し、関係職員と協力して分析に努めたいと思っています。

Q6

学校保健の組織活動を、効果的に進めるために配慮したいことは？

A

- (1) 生徒の健康的な生活を実践する態度や習慣の育成は家庭に期待するところが大きいので、保健関係行事や学校保健委員会の開催を一つの好機と考え、その前後に保護者に対する広報活動を積極的に展開したいです。
- (2) 研修部と連携し、救急救命法等の研修会の実施を検討したいです。
- (3) できるだけ多くの保護者が学校保健委員会に参加できるよう、学校参観日に実施することを提案するつもりです。
- (4) 学校医、学校歯科医、学校薬剤師や地域の関係者から日常的に助言や協力が得られるよう、学校だより、保健だより等を毎号送付することになっています。
- (5) メンタルヘルスに関する課題にも対応できるよう、校内組織にスクールカウンセラーの参画が得られるよう調整中です。



保健主事のB先生に連絡調整について伺いました。

多様化・深刻化している子どもの現代的な健康課題を解決するためには、学校内の組織体制が充実していることが基本となることから、すべての教職員が共通の認識を持ち、校長のリーダーシップの下、学校保健計画に基づき、保健部など校内の関係組織が十分に機能し、すべての教職員で学校保健を推進することができるよう組織体制の整備を図ることが大切です。

そのためには、「学校保健に関する計画の立案とその円滑な実施を図るための連絡調整」を主な役割とする保健主事は、キーパーソンといえそうです。保健主事としてフットワークのよさを発揮しているB先生にお話を伺いました。



グループワークを取り入れた
学校保健委員会
写真 岩手県二戸市立金田一中学校

Q7

管理職との報告・連絡・相談についてお話しください。

A

- (1) 週に一度、管理職と主任等のミーティングを実施していますが、保健主事の発言機会も保障されているので、効率よく報告・連絡・相談ができるよう資料作成や提示方法を工夫しています。
- (2) 本校の管理職は、学校保健を重視し、健康に関する危機管理についても意識が高いことから、保健主事の私が各分掌等と連絡調整するのに都合のよい組織体制が整っているように感じています。

Q8

養護教諭との連絡調整についてお話しください。

A

- (1) 本校の養護教諭は、健康課題の対応に当たり学校内における連携、また医療関係者など地域の関係機関との連携を積極的に推進しています。私は、養護教諭が学校内外の関係者と連携・協力しやすいよう、管理職や分掌主任と報告・連絡・相談を密に行うよう努力しています。
- (2) 保健学習や保健指導において、ティーム・ティーチング等の形で養護教諭に参画してほしいとの要望があったことから、養護教諭や学級担任等と相談しながら、年間指導計画の見直しを進めました。
- (3) 養護教諭が作成した保健室経営計画が教職員に周知されるよう、年度初めの職員会議で提案する時間を確保するとともに必要な部分については保健だよりにも掲載してもらいました。

Q9

各分掌主任との連絡調整についてお話しください。

A

- (1) 学校保健計画作成に当たって、各分掌主任の意見を求めています。それによって、保健指導や保健学習を推進する上での役割分担や責任が明確になり、共通理解と意識高揚が図られたと感じています。
- (2) 校内研修では、これまで教科や生徒指導関係の内容を取り上げることが多かったことから、研修主任と連携して保健関係の研修会を計画的に実施していきたいです。
- (3) 管理職や事務主任に本校の実態から必要な保健関係の教材や備品について予想される効果を具体的に示してお願いしたところ、昨年度の倍近い予算を配分してくれました。

Q10

学級担任等との連絡調整についてお話しください。

A

- (1) 学校保健関係の行事に際して、学級担任による事前・事後指導が充実するよう、養護教諭と相談し、保健コーナーの入れ替えやタイムリーな資料提供に努めています。
- (2) 学級担任等は、子どもと常に身近に接していることから、心身の健康状態の把握に努めるとともに、健康観察板や保健室連絡カードで養護教諭との連携を密にするようお願いしています。
- (3) 保健指導については、学級担任と養護教諭などが連携して実施することにより成果が上がるとの考えから、協力して指導に当たれる体制づくりを管理職とも相談しながら進めているところです。

Q11

学校医、学校歯科医、学校薬剤師との連絡調整についてお話しください。

A

- (1) 健康診断後に関係職員と学校医、学校歯科医の懇談時間を設定したことにより、集団に対する指導と個別指導の内容が明確にでき、保護者と連携する上でも貴重な助言を受けることができました。
- (2) 学校環境衛生の定期検査後に実施してきた学校薬剤師と関係職員の懇談に、管理職のほか事務主任も加えたことで健康的な学習環境への改善がスムーズに進むようになりました。
- (3) 多忙な学校医、学校歯科医、学校薬剤師から、専門的な指導・助言を効率よく受けることができるよう、日常的・継続的に学校の情報を提供するよう努めています。



Ⅳ

学級担任・教科担任等が行う健康づくりのための活動

学級担任や教科担任等（以下学級担任等）は、常に子どもと身近に接していることから、心身の健康状態の変化や健康課題にいち早く気づき、それらに対し迅速かつ適切に対応することが求められます。

また、学級担任等が行う毎日の健康観察、保健指導などが、子どもたちが生涯を通じて健康な生活を実践するための基礎を培う上で、特に大きな影響を与えるものと考えられます。これらのことから、学級担任等には、養護教諭や保健主事などとともに一丸となって健康づくりを推進していくことが、より一層求められるのです。



1 学級担任等が行う日常的な健康づくりのための活動

Q1

学級担任等に子どもの健康づくりの一層の推進が求められているのは、どのような理由からでしょうか？

A

学級担任等は、子どもと常に身近に接しているため、次のようなことが可能と考えられるからです。

- ① 健康状態の変化や健康課題などにいち早く気づき、迅速に対応できること。
- ② 毎日行う健康観察や保健指導などが、健康な生活を実現していくうえで重要な子どもたちの生活習慣の形成に大きな影響を与える立場にあること。

Q2

学級や学年において健康づくりのための活動が充実すると、どのようなメリットがあるのでしょうか？

A

子どもが健康で明るく過ごすことができ、元気な学校づくりにもつながると考えられます。

学校生活で最も基盤となる集団が学級や学年です。学級や学年において健康づくりのための活動が充実することで児童生徒が健康で明るく元気に過ごすことが可能となり、効果的に教育活動を展開することにもつながると考えられます。

Q3

学級（ホームルーム）で行う保健指導が重要なのは、なぜでしょうか？

A

学級は、子どもが授業を受ける場であると同時に、学校生活を送る上での最も基礎的な場です。

ここで行われる様々な活動や指導により、子どもに、健康の保持増進や豊かな人間性の育成に必要とされる資質や能力が培われていくと考えられるからです。

学級（ホームルーム）活動が、年間35週以上にわたり、毎週実施することとされているのは、児童生徒の学級や学校の生活への適応や好ましい人間関係の形成、健全な生活態度の育成などに資する活動です。このねらいを達成するためには、教師と子どもの人間関係と信頼関係を築く場や機会を十分に確保する必要があります。

POINT 学級（ホームルーム）活動で扱う主な内容

小学校「日常の生活や学習への適応及び健康安全」

中学校「適応と成長及び健康安全」

高 校「個人及び社会の一員としての在り方生き方、健康や安全に関する
こと」



Q4

学校における健康づくりの課題として、どのようなことがあげられますか？

A

学級担任等が行う健康づくりのための活動において、その担うべき役割が十分に果たされていない状況があります。多くの先生方が、健康づくりに関する理解や意識を持つこと、研修の機会を確保することなどが、課題と言えます。

教師一人一人が健康づくりの知識や指導方法などについて研修し、意識を高めて日常的に保健活動に取り組み、子どもの健康づくりを推進することが求められています。



POINT 学級担任等が行う主な保健指導の機会

- 朝の会や帰りの会
- 学級活動（ホームルーム）
- 休憩時間
- 清掃・給食指導
- 学校行事
- 部活動
- 個別指導や教育相談 など

*教育活動のあらゆる場面で指導する機会があります。

Q5

学級担任等が日常的に行う健康づくりのための活動とは、具体的にどのようなことをするのでしょうか？

A

日々の健康観察、保健指導、学校環境衛生の点検などがあげられます。

学校保健の組織的活動を活性化する上でも、日頃から学級担任等が養護教諭や保健主事などとともに、一丸となって健康づくりのための活動に積極的に取り組む必要があります。

Q6

学校担任等が行う健康観察のねらいには、どのようなことがあげられますか？

A

主に次のようなことがあげられます。

- ① 心身の健康状態の変化について早期発見・早期対応にあたる。
- ② 子どもに健康にかかわる自己管理能力を育成する。

健康観察は、体調不良や欠席・遅刻などの日常的な心身の健康状態を把握することにより、感染症や心の健康課題などの心身の変化についての早期発見、早期対応を図るために行われるものです。また、子ども自身に、自他の健康に興味・関心を持たせ自己管理能力の育成を図るために行います。

POINT

学校で行う健康観察

- 朝の会や帰りの会の心身の状況
- 授業中の心身の状態や参加状況、人間関係
- 休憩時間や遊びにおける友人関係や身体状況
- 給食時間における食事の状況（食べ方、かみ方、偏食）
- 保健室来室時の心身の状況、来室頻度
（養護教諭との連携による）
- 放課後や部活動中の友人関係や身体状況
- 学校行事等における身体状況や友人関係



朝の健康観察

「朝ご飯食べてきた人？」「ハイ！」

「いじめ」や「虐待」などの兆候を見逃さないためのポイント

- いじめのサイン — 孤立、泣く、不自然な怪我、奇声、甘えなどないか
- 被虐待のサイン — 衣服や身体の汚れ、あざ、不自然な怪我、警戒心、甘えなどないか

Q7

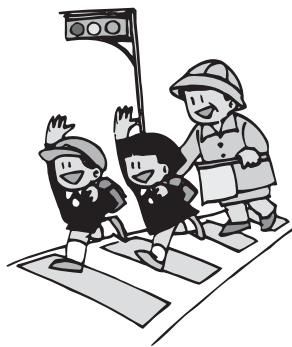
学校行事で取り扱う「健康安全・体育的行事」のねらいとはどのようなことですか？

A

主に次のねらいがあげられます。

- ① 心身の健全な発達や健康の保持増進などについての理解を深める
- ② 安全な行動や規律ある集団行動の体得
- ③ 運動に親しむ態度の育成
- ④ 責任感や連帯感の涵養
- ⑤ 体力の向上などに資するような活動を行うこと など

その他に、「旅行・集団宿泊的行事」などにおいても、健康安全と関わる指導が必要となってきます。



Q8

学級担任等が行う環境衛生の日常的な点検と、保健指導とはどのようなつながりがあるのでしょうか？

A

検査・点検項目の内容によっては、児童（生徒）を教育活動として参加させることが望ましい場合があります。

その際には、学級活動、児童・生徒会活動、学校行事における保健指導として取り上げるなど、教育課程への位置づけを明確にすることが大切です。



日常点検は、点検すべき事項について授業開始時や授業中、又は授業終了時等適切なときに、その環境を点検し、必要に応じて事後措置を講じるためのものです。その際、教職員の役割を明確にして実施する必要があります。

主な点検項目には次のようなものがあります。

- 換気 ○温度 ○騒音 ○飲料水の水質 ○雑用水の水質
- 飲料水等の施設・設備 ○学校の清潔 ○プール水等
- プールの付属施設・設備等 ○ネズミ、衛生害虫等

Q9

児童生徒の現代的な健康課題に対して、保健指導をどのように進めたらよいでしょうか？

A

保健指導を進めるうえで、主に次のようなことに配慮し指導することが大切と言えます。

- 子どもと向き合う時間を確保する
- 日々の健康観察やアンケート調査などから実態を把握する
- 課題を明確にする
- 教育課程に位置づけるなど計画的に改善に取り組む

養護教諭等と連携し組織的に取り組むことが重要になります。

Q10

今日の子どもの取り巻く具体的な健康課題にはどのようなものがありますか？

A

主に次のようなことがあげられています。

- 生活習慣の乱れ
- いじめ、不登校、児童虐待などメンタルヘルスに関する問題
- アレルギー疾患
- 性の問題行動
- 薬物乱用
- 感染症



そのほかにも、歯・口の健康や喫煙・飲酒、清潔など従来の健康課題もあり、さらに小児医療の進歩と小児疾病構造の変化に伴い、長期にわたって継続的に医療を受けながら学校生活を送る子どもの数も増えています。また、過度の運動・スポーツによる運動器疾患・障害のある子どもも見られる状況です。

2 学級担任等が行う健康課題への対応例

Q11

食物アレルギーのある子どもに対して、給食は勿論、修学旅行や宿泊訓練等の際の食事が心配です。学級担任としてどのような対応が必要でしょうか？

A

アレルギーのある子どもへの対応について把握し、保護者と連絡を取り合い、情報を関係職員で共有しておく必要があります。もしもの時に生命を守る上でも大変重要です。

- ① 実態を把握する方法は、家庭訪問等、保護者との懇談や健康（保健）調査があります。
- ② 中等症以上のぜん息や食物アレルギーをもつ子どもの場合は、特に注意が必要であり、保護者と十分に確認した上で、緊急時を想定した準備をしておく必要があります。
- ③ アレルギーについて医師の診察を受けていれば、その状況についても確認しておくことが大切です。
- ④ 学級全体には、アレルギーをもつ子どもについての理解を求め、突然に発症することもあるということを伝えておくことも必要です。

*「学校のアレルギー疾患に対する取り組みガイドライン」（日本学校保健会発行：文部科学省監修）に詳しく掲載されています



POINT 修学旅行等における食物アレルギーの指導は？

- ① 養護教諭と相談し、事前調査をします。場合によっては、保護者に電話や直接会って確認し連携しておきます。
- ② 旅行会社や宿泊場所と連絡し、食物アレルギーへの配慮を依頼します。
- ③ 該当者に食事メニューをもとに個々の指導を行います。また、該当者全員には、自分の身を守る意味から食物を自分で確認するように指導することも大切です。
- ④ 担任は、食物アレルギーのある子どもの一覧名簿等を元に、観察・指導を行います。

Q12

花粉症に悩む子どもが増えています。花粉の飛ぶ季節を目前にし、学級担任としてどのように対応しますか？

A

養護教諭や学校医の協力を得て対応します。

- ① 養護教諭や保健主事と相談し、対応策を考える。
- ② 症状のひどい場合には、保護者に連絡し様子を報告するとともに医療機関への受診をすすめる。
- ③ 養護教諭による健康相談を行う。
- ④ 学校医（耳鼻科）等に、今年花粉情報や対策について聞く。
- ⑤ 全校集会や学級活動に学校医をゲストティーチャーとして招く。



Q13

学級の子どもが、腹痛や下痢や発熱など感染症が疑われる症状を訴えてきました。学級担任としてどのように対応しますか？

A

保健室等で状態を把握し、必要があれば医療機関へ受診させます。感染症である疑いが強い場合は、他の子どもの状態に注意します。

- ① 集団生活の場である学校は、感染症や食中毒の媒介所となりやすく、いったん発生したときは感染も早く、蔓延しやすいため特に注意が必要です。
- ② 子どもの疾病異常の早期発見・事後措置などの管理活動と発生防止のための教育活動が重要となってきます。
- ③ 他の子どもに対しても健康観察を行います。日頃の健康観察が大きなポイントとなります。
- ④ 感染症予防は、感染源の隔離、感染経路の遮断が必要です。

Q14

朝から疲れた様子の子どもが多く、不調を訴え、保健室を利用する者が増えています。その多くが、睡眠不足や朝食を食べていないことが養護教諭からの報告で分かりました。どのように対応しますか？



対象の子どもに対する個別指導と、基本的な生活習慣の大切さについて全体指導を行います。

個別に速やかに指導を行うとともに、学級（学年）内にこのような子どもが多い場合は、改善にあたります。それには、以下のような手順で対応することが考えられます。

〈実態把握〉

- ① 学年、学校全体などで課題の共有化・共通理解を図る。
- ② 生活習慣に関するアンケート調査等を実施し実態を把握する。

〈対応例〉

- ① 養護教諭やカウンセラーによる個別指導、健康相談、保護者との面談を行う。
- ② 集団全体に関わる内容であれば全体指導を実施する。
*養護教諭による基本的な生活習慣のあり方に関する指導
- ③ 学級活動の時間に各クラスで自己の生活を見直す指導を実施する。
- ④ 体育（保健体育）科、家庭科などや関連の教科の授業を通してとり上げる。

〈さらに発展・進化させる実践〉

- ① 学年・保健便りを通じて規則正しい食事や睡眠について保護者を啓発し協力体制をつくる。
- ② 児童会・生徒会で問題点を提起し協議する。
- ③ 保健委員会へ問題を提起し改善に向けた取り組みを進める。

A



Q15

健康診断で「この学年は、口腔内が汚れている子どもが大変多い。このままだとかなりの生徒が歯周病になる可能性がある」と学校歯科医から指摘されました。学級担任としてどのように対応しますか？

A

歯・口の健康は、全身の健康と密接に関係しています。

歯・口の健康は、基本的な生活習慣を身につけ、自分で歯・口の健康課題を見つけ、その解決を図る等、子ども自身が積極的に歯・口の健康づくりに取り組む能力や態度を育成することが課題です。そこで、次のような対応が考えられます。

- ① 口腔内の汚れがある子どもへの個別指導を行い、必要に応じて保護者との面談を行います。
- ② 集団全体に関わる実態であれば全体指導を行います。
 - ア 養護教諭による歯・口の健康や基本的な生活習慣のあり方に関する指導
 - イ 学級活動の時間に学校歯科医をゲストティーチャーに招いてのブラッシング指導
- ③ 意識・行動の改善を図ります。
 - ア 保護者に対し、学年・保健便りを通じて生活習慣の形成、おやつとり方や歯みがきの徹底などについての協力依頼
 - イ 児童会・生徒会における協議、保健委員による学級・学年等への呼びかけ
 - ウ 学校保健委員会における協議



Q16

喫煙や飲酒に興味を示すような子どもの会話がたびたび聞かれます。学級担任（学年主任）としてどのように対応しますか？

A

関係職員が協力して指導にあたります。また、心の教育を進めます。

学年や生徒指導担当教師等と協力して指導にあたるとともに、心身への害やストレスへの対処と自己管理などについて考えさせ、望ましい生活態度や習慣の形成を図っていきます。なお、以下は心の教育を進めるための主な活動の例です。

- ① 子どもの発達段階に応じた身近な視点から、これらの問題を考えさせる。
- ② それぞれの意見を交換できる話し合いや討議の場を設ける。
- ③ ロールプレイングやケーススタディーを活用し実践力の育成につなげる。
- ④ ゲストティーチャーとして、学校薬剤師等の専門家を招く。



Q17

保護者から、「金曜日の帰宅後から子どもの様子がおかしく、食欲もなく話しかけても返事をしないが、今朝(月曜日)は無理に登校させた。」との連絡が入りました。学級担任として、どのように対応しますか？

A

当該児童生徒の言動や表情を観察し、話を聞きます。

不登校やいじめ等の解決は、問題が起った（顕在化した）時の適切な対応はもとより、その兆候と考えられるようなことが見られた時や日頃からこれらの問題が起きないように、子どもを理解し、温かい人間関係の構築と信頼関係の醸成に努める必要があります。学校における健康教育は、まさにその役割を担っているといえます。

POINT 心の健康に関する問題の対応とは？

この問題は、原因や状況がつかみにくく、解決をあせらずに次のように対応することが考えられます。

- ①当該児童生徒の言動や人間関係などの様子を観察します。
- ②様子を見て、面接やカウンセリングを行い、その際、養護教諭やスクールカウンセラーの協力を得ながら子どもの状況を把握するなど、十分な健康観察が必要です。
- ③学級におけるコミュニケーションづくりのためにエンカウンターなどを行うことも大切です。

Q18

廊下での衝突や階段での転倒により、捻挫や骨折が多い現状です。学級担任（学年主任）としてどのように対応しますか？

A

安全管理・安全教育の充実を図ります。

事故の繰り返しが、大きな事故の発生につながります。事故の発生を防ぐには、安全管理と教育が重要となります。学年会や職員会議で共通理解を図りながら、次のような取組を組織的に行うことが大切です。

- ① 危険箇所の確認と改善を図る。
- ② 休み時間等の校舎内外の巡回を強化する。
- ③ 学級活動等や学年集会などにおいて安全指導を行う。
- ④ 保健体育科教師などと連携し、安全教育を行う。
- ⑤ その他の取組例
 - ア 危険箇所を示した地図やヒヤリハット地図の作成
 - イ 危険予測学習（トレーニング）の実施
 - ウ 心地よい音楽（BGM）等の放送
 - エ 危険を示す表示の設置

POINT

「危険予測学習（トレーニング）」とは？

交差点などの危険箇所が示された写真や図を見ながら、現在の状況を素早く的確に把握し、どのような危険が潜んでいるかを予測します。さらに、その状況からどのように危険を回避するか考え、発表し合うなどして危険を回避するための学習(トレーニング)を行うものです。インターネットで「危険予測学習(トレーニング)」を検索すると、さまざまな教材も入手できます。

「ヒヤリハット地図」、「ハインリッヒの法則」とは？

ヒヤリハット地図は、日常、「ヒヤッとした」「ハッとした」という体験に基づいて危険な箇所を地図にしたものです。ヒヤリハット地図を作ったり、見たりすることで、災害を未然に防ぐ能力や態度を身につけさせることができます。

また、アメリカ人安全技師「ハインリッヒ」が発表した『1：29：300』という法則があります。『1件の重大災害（死亡・重傷）が発生する背景に、29件の軽傷事故と300件のヒヤリ・ハット(ヒヤッとした。ハッとした体験)がある』という警告で、安全活動や安全教育において広く用いられているものです。

POINT

学級(学年)指導における保健指導の留意点とは？

- 学級活動にける保健指導の年間指導計画が立てられていますか。
- 指導内容が子どもや地域の実態等に即して、適切なものになっていますか。
- 1単位時間・短い時間の指導と学校行事、日常指導との関連が図られていますか。
- 指導の時間が適切に確保され、計画的に指導されていますか。
- 指導が、子どもの興味・関心や実践意欲を高め、思考力や判断力を育てるよう配慮されていますか。
- 指導に必要な教材、教具、資料が整備され、生かされていますか。
- 評価の結果が、指導計画や指導法の改善に生かされていますか。

POINT

保健計画活用の視点とは？

- 保健計画を生かし、一人ひとりの健康の状況に配慮した学級経営に努めていますか。
- 保健計画の実施者として、保健主事、養護教諭、保護者等と連絡を取り合って、その実施について、事前の打ち合わせを積極的に行っていますか。
- 計画実施後の反省や評価を行い、保健計画の見直し等に協力していますか。
- どの教職員でも対応できるよう必要な情報を提供し、学校の協力体制を整え、計画を実施していますか。
- 保健計画の実施には、保護者や養護教諭等との連携を十分にとっていますか。

《先進校の取組1》千葉県白井市立南山小学校

学校教育活動全体を「健康」の視点で捉え「保健」「体育」「仲間づくり」の3つの柱を立てて実践しています。また、環境整備や地域との連携に力を入れています。

○「保健」 目標：確かな認識とスキルの獲得

- ・ けがの手当てを模擬的に実践したり、歯を砂糖水とレモン水につけての比較実験を行い、その結果を日常生活に生かすはたらきかけを行っています。
- ・ 養護教諭や学校歯科医など校内外の人材を活用しています。

○「体育」 目標：運動の実践力の育成

- ・ 「学び方」を重視し、授業では、めあて、課題、練習の仕方を明示します。
- ・ 個に応じた活動ができるよう様々なケースを想定し場の設定を工夫しています。
- ・ お互いの動きを見て、認め合う活動などを多く取り入れ、関わり合いを大切にした指導に努めています。

○「人間づくり」 目標：明るく自他共に受容できる心の育成

- ・ 学級活動におけるグループワークトレーニング（GWT）を活用しています。

グループワークトレーニング（GWT）とは？

グループの中で認められ、よりよい人間として自ら成長していく過程を助けることをねらいとして、課題解決的なグループ活動を通して人間関係を体験的に学ぶ活動です。

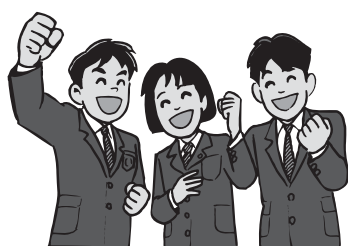
- ・ 行事とリンクさせながら学年の枠を超え縦割りのグループ活動を重視したGWTを実践しています。主に、生活科や総合的な学習の時間において実践しています。

○環境の整備

- ・ 「健康の部屋」を設け、量敷きにし掲示物などを表示したり、手作りの教材を活用したり、遊具・設備の整備に努めています。

○地域との連携

- ・ 学校からの情報提供として、健康づくり新聞を発行しています。また、授業公開を積極的に行っています。
- ・ ともに考える→健康について話し合う。
- ・ ともに行動する→ゲストティーチャーや授業参観、
- ・ 運動会における運営（体力測定）



行政と学校が一体となり発行している冊子（白井市）



《先進校の取組2》群馬県立前橋高等養護学校

全職員が一体となり保健指導に積極的に取り組んでいます。従来の保健指導に加え、グループエンカウンターや小集団指導を取り入れるなど、工夫を凝らした指導が年間を通じて計画的に行われている。多くの職員の意欲やアイデアを引き出していることが当校の原動力になっているようです。

《主な実践内容》

① 学年ごとにグループエンカウンターを通じた人間関係づくりの学習

② 生徒保健委員会活動の充実と発表

毎年12月に全校生徒の前で発表しています。テーマは、現状を踏まえて毎年変えています。

③ 小集団による保健指導

全職員で分担し、それぞれの課題やグループのメンバーに応じた指導方法を工夫し、身だしなみ、清潔など小グループごとにそれぞれ独自の方法を模索し指導に当たっています。



《先進校の取組3》愛知県豊田市立竜神中学校

「健康ゼミコンベンションの実施」

1 ねらい

生徒が健康に関して自ら設定した最も関心のある課題について調査・研究し、その学習で得た情報や意見の交流を行い、講師からの助言を受けることを通して、自ら進んで健やかな心と体をつくりあげていこうとする意識の高揚を図る。

大テーマ 健康3A（トリプルA）プロジェクト activity : 積極性→健康学習に積極的に取り組む

attempt : 挑戦→健康学習及び健康づくりに挑戦する。

achievement : 達成→健康的な生活形成を達成する。

2 講座内容 -健康に関する幅広い内容-

① 生活習慣 (全般 喫煙 飲酒 薬物乱用 肥満 生活習慣病)

② 病気・疾病 (全般 インフルエンザ 風邪 肺炎(SARS) アレルギー 花粉症 感染症(HIV・エイズ))

③ 事故・けが (応急手当(人工呼吸・心臓マッサージ))

④ 心と身体 (疲労(精神的、身体的) 睡眠 目・耳 口・歯 ストレッチ運動 エアロビクス 食習慣(好き嫌い) 老化・脳 エネルギー・栄養 心と身体の成長)

⑤ 環境 (空気・水)

⑥ 福祉 (車椅子 手話 点字 盲導犬 障害者・老人福祉)

V

養護教諭が専門的立場で組織的に行う健康づくりのための活動

養護教諭は、健康教育の推進に当たって中心的な役割を果たしており、健康課題の解決に向けて重要な役割を担っています。平成20年6月11日に改正された「学校保健安全法」第七条で、保健室の役割として、健康診断、健康相談、保健指導、救急処置等が明記されました。また、第九条では、養護教諭とその他の職員は、相互に連携をして組織的な保健指導を行うことを謳っています。

このことから、保健室は、学校の中では保健センター的な役割を果たし、養護教諭は健康な子どもを育てるための保健活動を組織的に行わなければなりません。

ここでは、養護教諭が組織の中で、それぞれの立場の人たちとどのように関わっていったら効果的な保健活動ができるか、ひとつの対応例を載せてあります。学校内の関係組織が十分に機能し、すべての教職員で保健活動を推進することができるよう、組織の一員として専門的な立場を生かしながら取り組んでいる養護教諭に話を伺いました。

1 管理職との関わり

Q1

前日の睡眠不足で、だるさを訴えてくる生徒が多いように感じます。校長先生にこの現状を理解して頂き、学校全体で指導したいのですが、どうすべきでしょうか？

A

「実態把握」が鍵になります。

- (1) まずは実態調査をしましょう。「何となく…」では説得力に欠けます。問題の裏付けをきちんと提示し、実際にどのような傾向にあるのか、数字やグラフ、図表などでわかりやすく表してみましょう。
- (2) 調査結果を、保健部などで検討し、対応策の具体案などを作成します。それから校長に報告し理解を求めましょう。
- (3) 生徒指導や生徒の健康などに関する、焦点を絞った会議を定期的で開催してもらえよう働きかけましょう。例えば、管理職、学年主任、生徒指導主任、保健主事、養護教諭、事務長などをメンバーとした会議を、定期的に関き、それぞれの学年の情報交換をします。保健室からの生徒の情報も、その時に伝えることができます。また、定期的に関くことで、問題を未然に防いだり、対応策をみんなで考えることができるという利点もあります。



子どもたちの現代的な健康課題の対応のためには、その実態を把握しなければなりません。

そして、その情報は保健室を発信源として、管理職、各学年部や教務部、保健主事など、すべての職員が共通理解をし、健康課題を把握することが大事です。

そうすることで、学校全体で有する健康課題となり、管理職を始めとする全職員が取り組む体制をつくることできるはずです。

2 保健主事との関わり

Q2

昨年生活習慣の実態調査で生活の乱れから授業に集中していない、あるいは常にだるさを感じている子どもが多いことが分かりました。どう指導を進めたらいいのでしょうか？

A

保健主事と相談し、具体的な保健指導の計画を立てましょう。

- (1) それを学校全体の問題として、まず最初に、保健主事に相談して一緒に考え、学校保健計画に解決のための活動を盛り込みます。そして、実態に沿った計画となるよう、各学年や各分掌等と連携を図り意見を集結し、学校保健委員会で協議して課題解決を推進します。
- (2) 組織として円滑に推進できるように、校内の連絡調整を保健主事が、学校外の関係者との連携は養護教諭が行うというように、役割分担をしています。
- (3) 保健活動がスムーズに実施できるよう、職員会議等で適宜保健主事に問題提起をしてもらい、実施計画の説明や役割分担活動の実施などを確認しています。



★もしあなた（養護教諭）が、保健主事なら…

- ・ すべての教職員が学校保健活動に興味を持ち、それぞれの役割を円滑に遂行できるように指導・助言し、学校における保健（健康づくり）に関する活動の調整に当たる教員として、養護教諭の特性を生かして役割を果たしましょう。
- ・ 一人の負担が集中しすぎず、全教職員が連携協力し合って、組織として実践できるよう、「保健部」「健康指導部」など校務分掌を工夫するなど校長の配慮も必要です。

3 学校医、学校歯科医、学校薬剤師との関わり

Q3

保健活動の実践の中で、学校医に話をしてもらおう機会を持つことになりました。効果的なお話をしてもらうために、どのように進めていったらいいのでしょうか？

A



学校の情報を伝えましょう。

- (1) 学校の実態調査をした結果を持って、学校医のところへ報告に行きましょう。学校医の中には、学校のことを知りたいと思っても、忙しくて学校に足を運ぶことができない先生もいます。学校の方から様々な情報を発信しています。
- (2) 講話などを依頼するときには、事前に学校側から、どんな内容の講話を希望しているかを伝えることが大切です。普段から学校の情報を提供できるよう、健康診断時や学校行事等で来校した機会を利用したり、定期的に「ほけんだより」を届けたりして、指導・助言を受けています。



保健活動を進める上で、教務主任、学年主任、学級担任のほか、学校医、学校歯科医、学校薬剤師、スクールカウンセラーなど学校内における連携、また医療機関や福祉関係者など地域の関係機関との連携を推進することが必要となっている中、養護教諭は保健主事の支援を得て教職員や地域の関係機関などとの連携を進めるためのコーディネーターの役割を担う必要があります。学校での健康づくりが円滑に進められるよう、その役割を果たしましょう。

4 学級担任との関わり

Q4

同じ学級の子どもの来室が多くなっています。原因の究明と学級での指導をお願いしたいのですがどのようにしたらいいのでしょうか？

A

ホウ・レン・ソウ（報告・連絡・相談）を意識しましょう。

- (1) 特に、学級担任とはこまめに連絡を取りあいましょう。子どもがどんな状態であるかを適切に報告し、どうしたらよいかを担当と一緒に考えましょう。
- (2) 学級の保健指導計画の立案に、専門的知識と資料の提供をしましょう。そして、効果的ならチームティーチングで協力しましょう。



- (3) 学級担任は子どもの一番身近な存在です。家庭環境、友人関係等から原因がわかることもあります。保健室での様子と、学級の中での様子をお互いに報告し、その上で、子どもの個人の保健指導計画を立ててみましょう。生活を見直し、個人の課題を見つけ、計画的に健康な生活に導くことで、一人一人が健康になり、学級全体が元気になるでしょう。



近年、メンタルヘルスに関する課題やアレルギー疾患等の現代的な健康課題が生ずるなど子どもの心身の健康問題が多様化、深刻化している中、これらの問題に学校が適切に対応することが求められています。

健康相談や担任教諭等の行う日常的な健康観察による子どもの健康状態の把握、健康上の問題があると認められる子どもに対する指導や保護者に対する助言を保健指導として位置づけ、養護教諭を中心として、関係職員の協力の下で実施していくことが大切です。

5 保護者との関わり

Q5

塾やスポーツ少年団の活動が忙しく、孤食だったり、夕食を摂らなかったり、生活のリズムを崩している子どもが増えていることがわかりました。保護者の理解を得るにはどうしたらよいのでしょうか？

食生活が及ぼす影響をわかりやすく伝えましょう。

A

- (1) 子どもに対する指導や保護者に対する助言を保健指導として位置付け、生活全体を視野に入れて指導しています。
- (2) P T A 総会や学級懇談の機会に、学校での健康づくりの方針や学校保健計画の内容を保護者に周知しています。
- (4) 「ほけんだより」などの通信を有効に活用し、学校での子どもの様子を保護者に伝えています。
- (5) 問題を把握するための、実態調査の中には、虐待などの陰に潜んだ問題が隠れている場合があります。小さなサインも見逃さないように気をつけています。



養護教諭が子どもの健康にかかわる場合には、保護者とのつながりは欠かせません。

健康問題を抱えた子どもには、保護者との連絡や面談、家庭訪問などをとおして、保護者と一緒に子どもの健康を守り育てていきたいものです。また、学校と家庭をつなぐ「ほけんだより」などは、単に学校からの伝達に終わるのではなく、ときには、読む方の意見や感想を載せたりするなど、「交流の場」として有効に活用しましょう。

また、社会的な問題となっているいじめや虐待など、養護教諭はその職務の特性から、発見しやすい存在でもあります。対応に当たっては、すべての教職員がそれぞれの立場で連携して、組織的に対応するため、校内体制の充実を図らなければなりません。家庭や地域の関係機関等との連携を推進していくことが求められています。

学校保健安全法より抜粋

☆施行日は、平成 21 年 4 月 1 日

(保健室)

第七条学校には、健康診断、健康相談、保健指導、救急処置その他の保健に関する措置を行うため、保健室を設けるものとする。

(保健指導)

第九条養護教諭その他の職員は、相互に連携して、健康相談又は児童生徒等の健康状態の日常的な観察により、児童生徒等の心身の状況を把握し、健康上の問題があると認めるときは、遅滞なく当該児童生徒等に対して必要な指導を行うとともに、必要に応じて、その保護者（学校教育法第十六条に規定する保護者をいう。第二十四条及び第三十条において同じ。）に対して必要な助言を行うものとする。

〔主な参考文献〕

「心の健康と生活習慣に関する指導」

「学校保健活動推進マニュアル」

「学校保健会実践事例集」～やってみませんかこんな学校保健委員会～

「学校保健委員会マニュアル」

平成 17 年 3 月 文部科学省

財団法人日本学校保健会（再掲）

財団法人日本学校保健会（再掲）

財団法人日本学校保健会（再掲）

保健だより

平成18年9月号
高松南高等学校保健室

夏休みが終わり、2週間が経過しました。まだまだ日中は暑い日もありますが、朝夕は涼しく感じられるようになってきました。季節の変わり目は、身体がその変化についていけず体調を崩しやすい時期でもあるので、体調の管理は十分に行いましょう。南高祭も無事終了し、これからはスポーツの秋、読書の秋、食欲の秋、勉強の秋がやってきます。充実した生活が送れるようにしましょう。

スポーツの秋

部活動中にケガをして来室する状況を見ていると、すぐに傷口を洗ったり、冷やしたりするなど、部員同士で適切な初期の応急手当をして保健室に来る部と、そうでない部があります。傷の治りは最初の手当てによって影響されることもよくあります。よく起こるケガについては正しい手当ての方法を知って、実践できるようにしておきましょう。

捻挫・打撲・肉離れ時の応急手当

捻挫や打撲、肉離れなどを起こした場合には、受傷直後の初期治療として RICE（ライス）処置を行うことが大切です。

RICE 処置とは簡単にいうと、ケガをしたらすぐに運動を中止して、受傷部分を氷などで冷やし、包帯などで軽く圧迫して、心臓よりも高い位置にすることで、これにより痛みをやわらげ、炎症などを最小限に抑える効果があります。



＜冷却時間について＞

冷却の目安は一般に1回につき10～30分で、間隔をあげながら24～48時間続けることよいと言われていますが、その時間には個人差があり、痛みを感じなくなったら冷却をストップします。

* 痛みや腫れがひどい時は、処置の後、必ず専門医を受診しましょう。

生活リズムを整えよう！

本格的に学校生活が始まりました。夏休み中の夜型の生活が続いていませんか？夜型の生活では、朝から自律神経系、特に交感神経の働きがなかなか活性化せず、体温も十分に上がらずにボーっとした状態になってしまいます。

朝日を浴びて、脳を目覚めさせ、活動のスイッチを入れるようにしましょう。そして、昼間に十分な活動をして夜はぐっすり眠るようにしましょう。早寝早起を心がけましょう。

寝ふれし 寝おぼろ



こんざいずムになてない？



朝ごはんを食べよう！

夢はずは、眠っている脳を醒かししょう！

一日の始まりの食事をおいしく食べられていますか？食事が体に与える影響はさまざまありますが、その一つに体温を上昇させる作用があります。その反応は「食事誘発性体熱産生反応」と呼ばれ、食事を見る、食事のにおいを嗅ぐときから始まる生体反応です。そして食事が口に入ると消化されて吸収されると一気に高まります。

一般に、体温が低下しているとして食事の活動も低下状態にあり、筋肉などの活動も不活発な状態です。朝食をとると体温が上昇し、安静下のエネルギー消費が高くなります。これは、全身のエネルギー代謝が高まり、細胞の働きが活発になるからです。この状態が、学校で勉強するうえで望ましい生理的状況なのです。



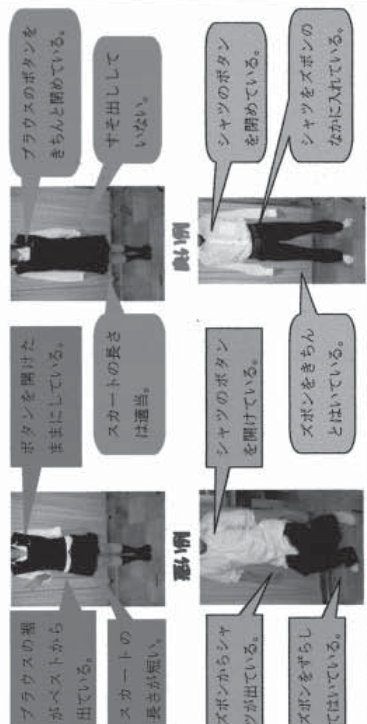
朝食をとらないとどうなる？

脳や体に必要なエネルギーや栄養素が不足し、ガス欠状態で昼食まで過ごすことになります。そのような状態では、体力や集中力、持久力、記憶力が低下し、疲労やイライラ、立ちくらみなどの不定愁訴を招きます。また、風邪を引きやすくなり、頭痛、腰痛などの健康障害、潜在的な貧血が生じます。また、朝食や夜食の摂取パターンによる代謝障害も引き起こし、肥満にもつながります。

すこやか生活

9月29日は、クリー（9）ニン（2）グ（9）の日です。そこで、今月はクリーニングにちなんで、「清潔」をテーマに、制服について考えてみました。

みなさんの制服は、清潔ですか？
シャツ・ブラウスは洗濯されていますか？襟や袖口は黒くなっていませんか？
見た目の清潔さも保たれているでしょうか？下の写真を見比べてみてください。



担当：2年4組保健委員（中村・平井）

VI

学校医、学校歯科医、学校薬剤師の役割 についての理解と連携

これまでの学校での健康づくりにおいて、学校医、学校歯科医、学校薬剤師が専門的見地から果たしてきた役割は非常に大きなものです。今後は、子どもの従来からの健康課題への対応に加え、メンタルヘルスやアレルギー疾患などの現代的な健康課題についても、学校と地域の専門的医療機関とのつなぎ役になるなど、引き続き積極的な貢献が期待されています。

1 学校医、学校歯科医、学校薬剤師の位置づけと役割について

Q1

学校医、学校歯科医、学校薬剤師の位置づけはどうなっていますか。
また、非常勤の職員と呼ばれているのはなぜですか。

A

法的位置づけは

学校保健安全法第23条4項で、「学校医、学校歯科医及び学校薬剤師は、学校における保健管理に関する専門的事項に関し、技術及び指導に従事する」と明記されています。さらに5項では、「学校医、学校歯科医及び学校薬剤師の職務の準則は、文部科学省令で定める」とされています。

その職務の主なものは、下記のとおりです。

＜学校医、学校歯科医＞

- 学校保健計画の立案に参加すること
- 児童生徒の健康診断に従事すること
- 保健指導を行うこと
- 健康相談に従事すること

＜学校薬剤師＞

- 学校保健計画の立案に参加すること
- 環境衛生検査に従事すること
- 学校で使用する医薬品、毒物、劇物等の管理に関する指導と助言を行うこと

非常勤の職員とは

学校医、学校歯科医、学校薬剤師は、学校の設置者の任命権者が任命し、または委嘱します。すなわち公立学校に置かれるものについては、地方公務員法上、非常勤の嘱託職員の性格を有する特別職の職員として教育委員会から委嘱されます。

※国家公務員法第2条
地方公務員法第3条
参照

【中央教育審議会答申（2008.1.17）からの抜粋】

- ◇ 健康診断においては、疾患や異常を診断し、適切な予防措置や保健指導を行うことが求められており、近年重要性が増している子どもの生活習慣病など、新たな健康課題についても学校医、学校歯科医は正しい情報に基づく適切な保健指導を行うことが必要である。
- ◇ 学校薬剤師は、健康的な学習環境の確保や感染症予防のために学校環境衛生の維持管理に携わっており、また、保健指導においても、専門的知見を生かし薬物乱用防止や環境衛生に係る教育に貢献している。また、子どもに、生涯にわたり自己の健康管理を適切に行う能力を身に付け

させることが求められる中、医薬品は、医師や薬剤師の指導の下、自ら服用するものであることから、医薬品に関する適切な知識を持つことは重要な課題であり、学校薬剤師がこのような点について更なる貢献をすることが期待されている。

- ◇ 学校医、学校歯科医、学校薬剤師は、学校保健委員会などの活動に関し、専門家の立場から指導・助言を行うなど、より一層、積極的な役割を果たすことが望まれる。
- ◇ 近年、子どもの抱える健康課題が多様化、専門化する中で、子どもが自らの健康課題を理解し、進んで管理できるようにするためには、学校医、学校歯科医、学校薬剤師による専門知識に基づいた効果的な保健指導が重要である。その中でも、学校医、学校歯科医、学校薬剤師が、急病時の対応、救急処置、生活習慣病の予防、歯・口の健康、喫煙、飲酒や薬物乱用の防止などについて特別活動等における保健指導を行うことは、学校生活のみならず、生涯にわたり子どもにとって有意義なものになると考えられる。学校医、学校歯科医、学校薬剤師が保健指導を行うに当たっては、子どもの発達段階に配慮し、教科等の教育内容との関連を図る必要があることから、学級担任や養護教諭のサポートが不可欠であり、学校全体の共通理解の上で、より充実を図ることが求められる。

【保健体育審議会答申（1997.9.22）からの抜粋】

- ◇ 学校医、学校歯科医、学校薬剤師等については、各学校の実態を踏まえ、学校の教育活動に積極的に参画し、必要に応じて、特別非常勤制度を活用するなどして学習指導等への協力を行ったり、教職員の研修に積極的に取り組むなど、その専門性を一層発揮できるよう配慮すべきである。

2 学校医、学校歯科医、学校薬剤師との具体的な連携について

Q2

学校医の職務として、健康診断以外にも来校してもらいたいのですが、どのように説明して指導・助言を受けたらよいでしょうか。

A



学校側からの積極的な呼びかけを

学校医は、学校保健計画の立案への参与や学校環境衛生の維持に関する指導助言、健康診断や、健康相談等への従事、健康診断の事後の保健指導や必要に応じ、学校における保健管理に関する専門的事項に関する指導などが職務とされています。学校医が、学校にたびたび足を運び、子どもたちや教職員と顔なじみになることで学校保健活動の充実も期待できます。これからは、学校医との連携なくして子どもたちの健康づくりは進みません。学校側から積極的に呼びかけをしていくことが大切です。

Q3

健康診断以外の活動事例や連携事例を教えてください。

健康診断直後の懇談（指導・助言）

いずれの学校も、内科検診後に自校の実態について詳しく指導・助言を受けることを望んでいると思います。しかし、学校医、学校歯科医、学校薬剤師のほとんどは、多忙を極めている実態にあり、日をあらためてとなると難しい現状です。そのような状況に配慮して、検診や検査終了後、ただちに関係職員と学校医、学校歯科医、学校薬剤師の懇談時間を設定している学校も多いようです。また、指導・助言を受けるにあたっては、具体的な改善策について「学校」、「子ども」「保護者」と対象ごとに整理しながら懇談を進めることで成果を上げている学校もあります。

組織活動への積極的参加・参画

学校保健委員会や健康講座、PTA保健研修会などの保健に関する組織活動について、児童生徒だけでなく保護者や地域の方を啓発する貴重な機会として重視し、積極的に参加・参画している学校医、学校歯科医、学校薬剤師も多くいます。

学校の様子を伝える通信活動

学校の状況や子の実態に応じた指導・助言を受けるために、学校医、学校歯科医、学校薬剤師に保健便りや学校だより等を届けている学校もあります。

ゲストティーチャーとして活躍

学校では、学習効果を高めるためゲストティーチャーとして専門性を有する方を招いての授業が増えてきました。健康に関する指導は、各教科、道徳、特別活動、総合的な学習の時間等の教育活動全体をとおして適切に行うよう求められていることから、保健指導等においても学校医、学校歯科医、学校薬剤師等にゲストティーチャーとして授業に加わってもらうことも意義のあるものと思います。その際、子どもの発達段階や実態を踏まえるとともに教科等の教育内容との関連を図りながら事前の打ち合わせを行うなど計画的に進めることが大切です。

Q4

歯列、咬合、口臭について歯科検診後の健康相談はどのように行ったらよいでしょうか。

健康相談

健康相談は、学校保健安全法第8条ならびに同施行規則に示されているように、学校において相談が必要と思われるもの等については学校歯科医は、健康相談を行うことになっています。健康上の問題について専門的立場からの診察、個人的な指導を受けることは子どもにとって単なる知識を得るだけでなく、専門家の適切な指導・助言の下に、自分の健康上の問題を考える課題解決的な学習の場となります。

歯列、咬合

歯科検診後、歯列、咬合については、要観察か歯科医による精密検査が必要か判断に苦慮する場合があります。このような場合、個別に連絡を取り、本人、保護者から意識、要望を確認した上で、事後措置を決めることがあります。また、保護者から直接に歯列、咬合についての相談の希望が担任を通じてある場合もあります。

A

口臭

中には、口臭を気にする子どももいます。口臭がいじめの原因になったり、また心因性に起因する症例も見られます。子どもが肉体的、精神的に悩んでいることをよく理解し、どのように解決すべきかを、子ども、保護者や学級担任、養護教諭とともに考えて解決できるよう支援することが大切です。



Q5

プールに多量のゴミが浮かんでいるのを見つけ、職員でゴミを取り除きましたが、水質の問題などで疑問が残る問題があり、どのように対処したらよいでしょうか。

まず学校薬剤師に報告を

専門的立場から種々の指導・助言を受けるとともに必要に応じて種々の検査を依頼します。

水泳プールの管理については、「学校環境衛生の基準」（平成19年7月改訂）で示されています。学校のプールは、同時に多くの児童生徒が利用するため、水を介した感染症が流行する可能性が高い。プールで感染しやすい病気として咽頭結膜炎（プール熱）、流行性角結膜炎（ハヤリ目）、急性出血性結膜炎（アポロ病）などがあります。そこでプールの管理については、日常の環境衛生管理が重要です。これらをチェックする意味でも定期学校環境衛生検査が定められています。

日常のチェックは、担当者が次の3点について留意していかなければなりません。

- ① プール水の遊離残留塩素が0.4mg/ℓ以上で1.0mg/ℓ以下であること。
- ② プール水は、水中で3m離れた位置からプール壁面が明確に見える程度に保たれていること。
- ③ プールの設備、設備が清潔で故障がないこと。

定期的な水質検査は、多岐にわたっているのですが、学校薬剤師の指導・助言が必要です。

A



中学校で喫煙、飲酒について無記名で調査したところ、各学年ともかなりの割合で喫煙や飲酒を経験している実態が明らかになりました。中には、小学生の頃からの喫煙経験者も少数でしたがいました。どのような指導をしていったらよいのでしょうか。

喫煙習慣は、歯周病のリスクになります

早く吸い始めた人ほど肺ガン死亡の危険性が高いことなど健康への悪影響が指摘されています。

また、喫煙習慣は、歯周病のリスク要因のひとつとも言われています。歯周病は、むし歯と並ぶ歯科の二大疾患で、歯肉炎、歯周炎のことを言います。これを引き起こす危険因子のひとつが喫煙とされ、タバコを吸わない人に比べて発症する率は高いと言われています。

学校薬剤師と学校歯科医の出番です

ここで、タバコを介して学校薬剤師と学校歯科医が共通の課題を持ったわけですからできることならば両者からの指導・助言を受ける機会を設けること等により、喫煙防止教育を一層進めることが期待できます。学校においては、早期に喫煙の危険性の基礎知識を科学的にわかりやすく説明し、すでに喫煙習慣のある子どもに対しては、喫煙離脱サポートを行うことが重要です。タバコは非行の始まりともいわれ、飲酒や薬物乱用の引き金となっているとの指摘もあります。

※平成12年には、「健康日本21」の運動要綱が策定され、2010年までに未成年者の喫煙率を0%までに抑えるよう、厚生労働省は取組を強化しています。

※平成14年8月に「健康増進法」が公布され、この中では、公共の場における分煙対策を進めるよう規定されており、これを受けて文部科学省は、平成15年に「受動喫煙防止対策及び喫煙防止教育の推進について（通知）」を出しました。

〔主な参考文献〕

学校医の手引き	平成16年3月	日本医師会
学校薬剤師必携	平成18年10月	日本学校薬剤師会
学校環境衛生管理マニュアル	平成16年3月	文部科学省

VII

家庭、地域との連携の推進

現代における子どもたちの様々な健康問題を解決していくにあたっては、学校、家庭、地域の連携がより一層求められています。そのためには、学校と家庭との信頼関係を構築しておくこと、学校保健委員会を機能させること、地域の関係機関との連携を図ることができるようにすることなどにより、日頃から家庭や地域の理解や協力を得るようにすることが大切です。これらによって、学校、家庭、地域とが連携し、学校での健康づくりを推進していくことが重要です。

1 家庭の理解・協力を得るための個別の連携

子どもの健康に関心、連携に消極的な保護者への対応

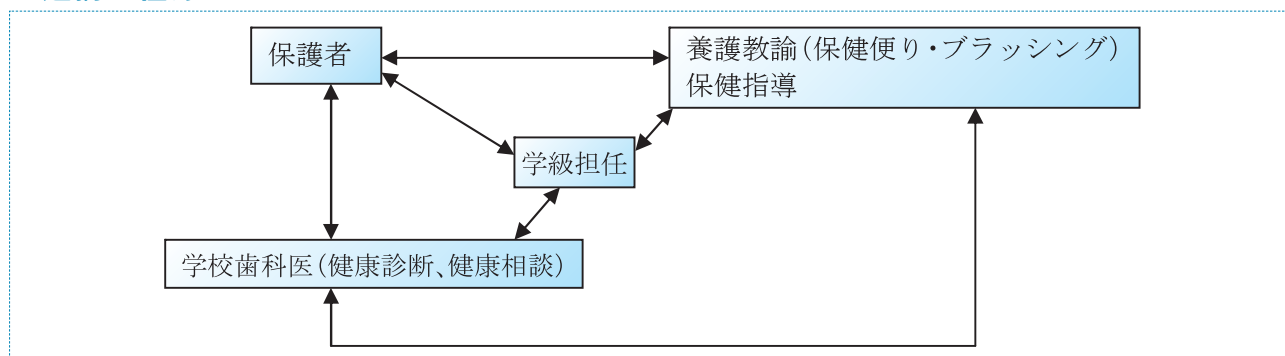
Q1

学校の成績はよいが生活習慣や歯肉炎・むし歯等健康面で問題がある。しかし、子どもの健康について、関心がうすい保護者への対応は、どのようにしたらよいでしょうか？（学級担任）

A

- (1) 日頃から、保護者との信頼関係を築いておく必要があります。そのために学級通信の発行や適宜保護者会をもち子どもへの熱い思いを伝えましょう。
- (2) 家庭訪問や面談時に話題にしたり、個別指導計画に入れたりする指導も効果的です。
- (3) 適切な生活習慣が子どもの健やかな成長を支えることを伝えましょう。
- (4) 養護教諭や学校歯科医の相談を受けるように働きかけ、健康づくりの大切さを意識してもらうようにしましょう。

<連携の仕方>



学級通信 No 3 0

すこやか

平成〇〇年〇月〇日

小6年1組担任

学力アップの秘訣！健康な生活習慣は
身につきましたか！？

後数ヶ月で中学生になろうとしています。
健康な生活習慣は身につきましたか？健康で
正しい生活リズムがついている人とそうで
ない人とは、中学1年生になった時に勉強
や運動にも差がでできます。

子どものやる気、学習意欲は健康でリズム
ある生活、ふれ合いのある安定した家庭生
活から生まれます。

ドッジボール大会で
1組、みごと優勝
おめでとう！！

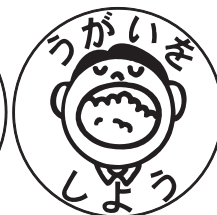
〇〇君の日記より

僕は昨日、バスに乗っているとき、
お年寄りに席をゆずって大変喜ばれた。
嬉しかったです。

風邪に注意！

予防はうがいと手洗いで！

- ・睡眠をたっぷりとろう！
 - ・何でも好き嫌いなく食べよう！
- かかってしまったら、安静にして
栄養や水分補給につとめよう。



最近のみんなを見て気がつくこと・・・

- ・勉強道具等の忘れ物が多い
- ・テレビやゲーム、夜更かし
- ・朝寝坊、朝食抜き、
- ・生活にけじめがない
- ・歯垢やむし歯の未治療者もみられる

思いあたることのある人は、改善
しましょう。そして心身共に健康で自
他を大切にする思いやりの心がもつ
と欲しい、協力し合う 32 名の仲間
になろう！

6年1組保護者会 〇月〇日 多くの方の参加を！

P T A主催、父母と先生の懇談会

〇月〇日 14時～〇先生の子育ての講話もあります

◇ 子どもの健康に目をむけてもらうための保護者への一言 ◇

- ・お子様の体の異変に気付かれていますか？ 体力低下、肥満が急増しています！
- ・お子様を健康にさせるのは親の大切な役目です。
- ・このままではお子様が危ない！お子様の今、未来のために！考えていきませんか。

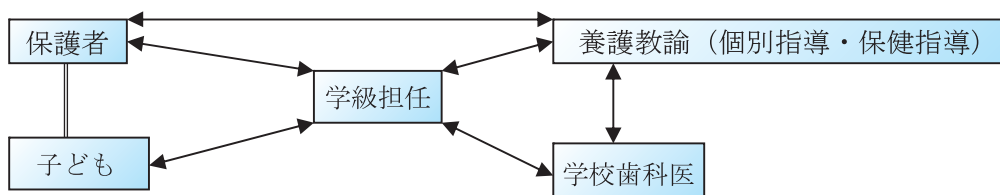
歯みがきを嫌がる子どもへの個別の対応

Q2

「歯みがきを嫌がり、洗顔や手洗いの習慣も身につけていないので心配…」と（小学校4年生の子どもの保護者から）担任へ相談がありました。どのように支援したらよいでしょうか？（学級担任）

A

- (1) 養護教諭や学校歯科医、保護者、担任で面談を行ない、歯みがきを嫌がる理由を探ってみましょう。
- (2) 歯みがきの音楽で一斉に洗口場へ向い歯をみがく、また、学級担任も言葉をかけ、歯ブラシに手を添え支援をするなど、環境を整え、集団の力を利用するのも有効です。
- (3) 歯みがきの後にシールを貼ることができる「がんばり表」を活用することで、歯みがきへの意欲を湧かせることができます。
- (4) 歯みがきができるようになって自信に繋がると、いろいろな場面で変化がみられるようになります。その変化を具体的に保護者に伝えとともに、家庭での変化についても引き出し、共有することで、さらに連携も深まっていくことでしょう。



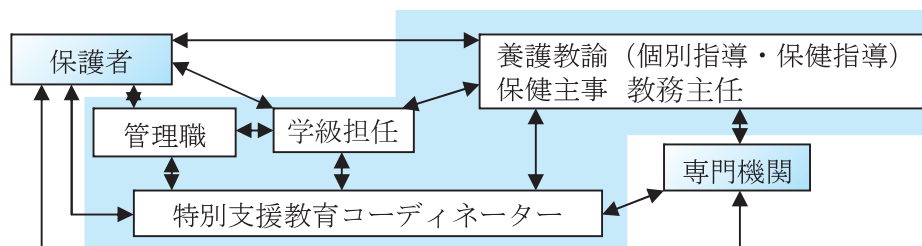
発達障害に関する個別の対応

Q3

発達障害が疑われる子どもがおり、保護者へ受診を勧めたいと思います。どのように勧めればよいでしょうか？（校長）

A

- (1) 適切な対応ができるよう校内の組織体制を整えることが必要です。（構成員として、校長、特別支援教育コーディネーター、教務主任、生徒指導・進路指導主任、保健主事、養護教諭、教育相談主任、学級担任等）必要に応じ学校医、カウンセラー等が加わります。
- (2) 受診を勧める時は、校内組織で協議の上、保護者に不安を与えないよう組織的に対応することが大切です。
- (3) 必要に応じ特別支援学校、発達障害者支援センター、児童相談所、市町村などの専門機関と連携して対応していくことも考えられます。



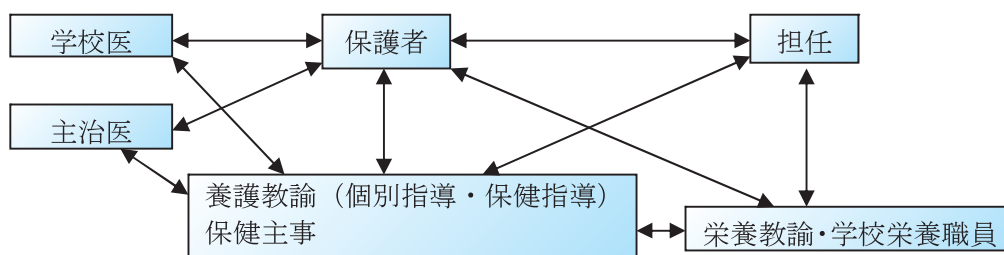
肥満傾向児への個別の対応

Q4

脂質異常症（従来の高脂血症）で肥満傾向の小学校5年生の子どもの保護者より肥満対策について相談がありました。どのように対応したらよいですか？（学級担任）

A

- (1) 養護教諭、栄養教諭・学校栄養職員と相談し、学級担任、学校医や主治医の助言を得て、保護者といっしょに課題の解決について話し合しましょう。
- (2) 校内では養護教諭は健康面から栄養教諭・学校栄養職員は、食事面からそれぞれ連携協力しながら支援をしていきましょう。



2 生活リズム改善のための組織的な対応

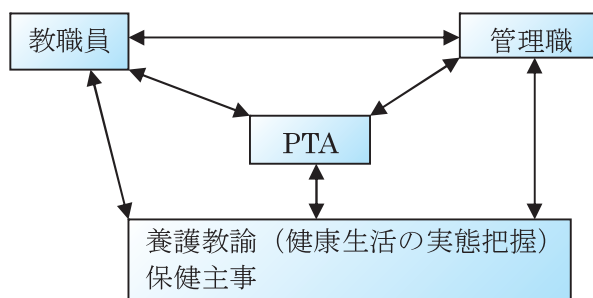
(1) 学校とPTAの連携

Q5

生活習慣に関するアンケート調査結果から、夜更かし・朝寝坊、夜遅くコンビニへ行く、朝食を食べない、テレビやゲームをし放題…との驚くべき生活習慣の乱れが全校的にみられます。早急にどのような対応をしたらよいですか？（保健主事）

A

- (1) 学校と保護者で学級懇談等を利用し、調査結果を示し、問題点を明らかにして、具体的な解決方法を考える。
- (2) 家庭へ理解、協力を得るための啓発を積極的に行います。
- (3) 学校保健委員会等を開催し、共通理解を図り解決策を協議します。
- (4) 研修会では学校、保護者が互いに情報を交換し学校、家庭とがそれぞれできることを具体的に話し合い課題解決に向け取り組みます。



PTAとの連携・協力で子どもたちの生活リズムが改善しました

～生活振り返りカードを活用して～

PTAによる研修会の開催

ねらい：子どもたちの生活習慣に対する保護者の意識改革及び教員との情報交換を行ない、メディア漬けや不規則な生活習慣から子どもたちを守るための対処法を考える
内容：子どもたちの睡眠・食事・メディア視聴等の生活習慣における問題の洗い出し及び解決方法の検討

学校の役割

- ・健康づくりの基盤は家庭であることを再認識
- ・保護者の要望、意見、課題を把握し教職員へ報告
- ・家庭への啓発

家庭の役割

- ・保護者と子ども、家族で話し合い
- ・生活習慣の見直し
- ・家庭の役割を確認

学校とPTAが連携した取組

生活振り返りカードの活用

生活振り返りカード

平成 年度 月

僕の私の生活振り返りカード

元気で楽しく正しい生活をしよう

年 組、名前 (〇〇小保健部)

- 家族で話し合って出来たら○をつけましょう
1週間続けて全部○がつくようにやってみよう。
- () テレビやビデオを見る時間を決める
 - () テレビやビデオを見る番組を決める
 - () ゲームをする時間を決める
 - () テレビやビデオを見ながら食事はしない
 - () 早寝早起きができるようにする
 - () 朝ごはんは毎日食べる、
 - () 1日1回は皆で食事をする
 - () 夜、遅くに歩かない
 - () 毎日体をしっかり動かす

- ・あなたの生活でよかったところは何ですか ()
- ・あなたの感想 ()
- ・保護者の方の感想 ()
- ・担任の先生から ()

家庭で取り組むこと

- ①子どもとの対話を心がける。
[心のノートと一緒に読む]
- ②家庭で早寝・早起き、朝食は毎日食べる。
- ③子どもの生活リズムを大人に合わせない。
- ④テレビやゲームの時間を決める。
- ⑤生活振り返りカードの実践をする。

<生活振り返りカードの効果>

- ・テレビやゲームの時間を決めたら集中して勉強ができるようになった。
- ・子どもたちとふれ合う時間ができた。
- ・朝ごはんを毎日食べるようになった。
- ・早寝早起きができるようになった。
- ・担任のコメントが家庭のコミュニケーションにつながった。

規則正しい生活ができる

(2) 学校・家庭・地域の連携（学校保健委員会の活用）

<事例>

本校では、年間テーマを元に各回毎のテーマを関連づけて設定し、子どもたちをとりまく学校・家庭・地域が一体となって課題解決の方向を探っています。

<本年度の内容> 年間テーマ「生活習慣病予防について」

回数	議題
第1回(1学期)	生活習慣を見直そう ①睡眠と休養
第2回(2学期)	生活習慣を見直そう ②運動・食
第3回(3学期)	取組の評価と次年度の計画作成

第2回学校保健委員会

学校名	〇〇小学校 学校規模 児童数720 学級数24 教員数30
出席者	学校医、学校歯科医、学校薬剤師、PTA会長、副会長、保護者、学校長、副校長、各部主任、体育主任、保健主事、栄養教諭、学校栄養職員、養護教諭、町内会長、保健所、計38名
日時	平成〇年9月18日 14:00～15:30

事前 5月：全校児童対象に「健康生活に関するアンケート調査」実施
6～7月：個別面談及び家庭訪問で結果を活用しての話し合い

当日の流れ

- <第1部> ① 結果の報告、②校医による講話「学童期の肥満と生活習慣病」③栄養教諭・学校栄養職員からは食事とおやつのととり方、養護教諭からは「睡眠について」の講話
- <第2部> ① リズム体操の体験学習、(地域レクリエーションコーディネーターが講師)
- ② グループ別協議(司会進行：PTA役員)：親子で健康生活、生活習慣を見直すための活動を協議→「健康生活チェックカード」を健康週間を設けて実施、年度末に「1年間の健康生活の振り返りカード」を実施し自己評価する。

- 事後活動** ① 啓発(学校保健委員会だよりを各家庭と地域へ配付、学校だよりやPTA広報誌へも掲載学級懇談会資料としても活用)
- ② 家庭でも今回の内容を実践化するための話し合いが行われた。
- ③ リズム体操も家族の健康づくりとして行なわれている。
- ④ 学校では協議内容が翌日の学級活動の時間や全校集会、職員会議で報告され全校児童、職員の意識高揚が図られた。また、週1回昼休みに体力づくりと肥満予防を兼ね「リズム体操」を実施

- 成果** ① 家庭において健康生活チェックカードの実施や、リズム体操が習慣化する中で、家族内のコミュニケーションが図られた。
- ② 家族全体が生活習慣病予防を意識した生活を実践するようになった。
- ③ 全校的に食育・給食指導やリズム体操への関心が高まり、肥満の子どもたちも自主的に清掃やリズム体操を行ったり摂食にも注意するようになり肥満予防効果がみられた。
- ④ 地域においても学校を理解してもらう良い機会となった。

この報告書は、本会が平成20年度文部科学省補助金により実施している「学校保健センター事業」のうち、下記の委員会において編集作成した。

財団法人 日本学校保健会 保健指導資料作成委員会名簿

◎委員長 ○副委員長

今関 豊一	順天堂大学スポーツ健康科学部 准教授 (平成20年度)
伊村 欣祐	東京都渋谷区医師会学校医担当理事 (渋谷区本町小学校学校医)
岩埜 直史	千葉県立千葉工業高等学校 教諭 (全国学校保健主事会 理事)
上迫田健二	前埼玉県さいたま市立仲本小学校長
小磯 透	国際武道大学 准教授
小嶋 保廣	前千葉県立千城台高等学校 校長 (前全国学校保健主事会 会長)
柴田 明子	秋田県立雄物川高等学校 養護教諭
島内 憲夫	順天堂大学スポーツ健康科学部 教授
関 真理子	東京都教職員研修センター研修部授業力向上課 指導主事
高橋 伸明	福島県喜多方市立塩川中学校 教頭
◎ 戸田 芳雄	国立淡路青少年交流の家 所長
中川四始子	東京都立八王子特別支援学校 養護教諭
縫 洋子	福島県郡山市立小泉小学校 教諭
直川 豊	和歌山県御坊市立高城小学校 校長
○ 林 眞示	千葉敬愛短期大学 講師 (元全国学校保健主事会 会長)
原 真紀	青森県北津軽郡鶴田町立水元中央小学校 教頭 ・ ・ ・ 小委員会委員長
渡辺千津子	静岡県浜松市立東部中学校 養護教諭

なお、本書の作成にあたり、

森 良一	文部科学省スポーツ・青少年局学校健康教育課教科調査官 (平成20年度)
今関 豊一	前文部科学省スポーツ・青少年局学校健康教育課教科調査官 (平成18,19年度)

のほか、下記の方々に、多大な援助とご助言をいただきました。

采女智津江	文部科学省スポーツ・青少年局学校健康教育課 健康教育調査官
北垣 邦彦	文部科学省スポーツ・青少年局学校健康教育課 健康教育調査官
高山 研	文部科学省スポーツ・青少年局学校健康教育課 専門官

さらに、本資料の作成に当たり、優れた健康教育の取組を実践されている次の学校等に訪問し、健康教育への取組を調査するとともに、いただいた貴重な写真や資料の一部を表紙及び本文等に掲載しました。末尾となりましたが、厚く御礼申し上げます。

岩手県二戸市立金田一中学校	埼玉県川口市立青木中央小学校
千葉県白井市教育委員会 (教育センター)	千葉県白井市立南山小学校
群馬県中之条町立中之条小学校	群馬県立前橋高等養護学校
東京都立九段高等学校	愛知県豊田市立竜神中学校
香川県立高松南高等学校	愛媛大学教育学部附属松山特別支援学校

みんなで進める学校での健康づくり
～ヘルスプロモーションの考え方を生かして～

平成 21 年 4 月 15 日

発行者

財団法人 日本学校保健会

〒 105-0001 東京都虎ノ門 2 - 3 - 17

虎ノ門 2 丁目タワー 6 階

TEL 03 (3501) 3785・0968

印刷所

株式会社 千葉印刷

● 付録CD ●

- 1 子どもの心身の健康を守り、安全・安心を確保するために学校全体としての取組を進めるための
方策について（答申） 平成 20 年 1 月 中央教育審議会
- 2 幼稚園、小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校の学習指導要領等の改善について（答申）
平成 20 年 1 月 中央教育審議会
- 3 学校評価ガイドライン〔改訂〕 平成 20 年 1 月 文部科学省
- 4 小学校学習指導要領 平成 20 年 3 月 文部科学省
- 5 小学校学習指導要領解説 総則編 平成 20 年 6 月 文部科学省
- 6 小学校学習指導要領解説 特別活動編 平成 20 年 6 月 文部科学省
- 7 中学校学習指導要領 平成 20 年 3 月 文部科学省
- 8 中学校学習指導要領解説 総則編 平成 20 年 7 月 文部科学省
- 9 中学校学習指導要領解説 特別活動編 平成 20 年 7 月 文部科学省
- 10 高等学校学習指導要領 平成 21 年 3 月 文部科学省
- 11 学校環境衛生基準 平成 21 年 4 月 文部科学省
- 12 学校保健法の一部を改正する法律の公布について
平成 19 年 7 月 10 日付 文部科学省スポーツ・青少年局長通知
- 13 学校保健法等の一部を改正する法律の施行に伴う関係政令の整備に関する法令等の施行について
平成 21 年 4 月 1 日付 文部科学省スポーツ・青少年局長通知
- 14 学校保健法の一部を改正する法律新旧対照表 平成 20 年 7 月 9 日付 文部科学省スポーツ・青少年局長通知
- 15 学校保健安全法 平成 20 年 6 月 18 日公布／平成 21 年 4 月 1 日施行
- 16 学校保健安全法施行令及び施行規則 平成 21 年 4 月 文部科学省
- 17 学校保健活動推進マニュアル 平成 15 年 2 月 （財）日本学校保健会
- 18 やってみませんかこんな学校保健委員会 平成 18 年 2 月 （財）日本学校保健会
- 19 文部科学省ほか学校保健関係のホームページアドレス一覧

● 日本学校保健会から出版されている本資料の関連図書 ●



- ①学校保健活動推進マニュアル
- ②やってみませんかこんな学校保健委員会
- ③学校保健委員会マニュアル
- ④保健主事の手引〈三訂版〉
- ⑤児童生徒の健康診断マニュアル〈改訂版〉
- ⑥学校のアレルギー疾患に対する取り組みガイドライン

①、②については、付録CDに収録しております。

③、④、⑤、⑥については、日本学校保健会ホームページから注文できます。