

- ゆとりのある充実した学校生活と学校保健
- 特色のある学校づくり
- 肥満児には緊張感が必要
- 保健室の常連S子の場合
- 特色のある某高校の地域騒音対策と生徒保健委員会
- 学級の保健活動を活発にするために

The School Health (No.133)

# 学校保健

昭和55年 9月 1日発行  
(隔 月 発 行)発行 日本学校保健会  
東 俊 郎  
〒105 港区虎ノ門2-3-  
13 第18森ビル  
電話 (501)3785・0968  
振替口座 東京 4-98761  
頒価1部100円(送料共)

## ゆとりのある充実した学校生活と学校保健

「ゆとりのある充実した学校生活の実現」は、「人間性豊かな児童生徒の育成」「基礎的・基本的内容の重視と個性や能力に応じた教育」とともに、今次の教育課程の基準改訂の重要なねらいとなっている。

したがって、第1に休息、学校給食、清掃の時間などに余裕をもたせ、児童生徒が心身ともに安定した状態で学校生活を過ごすことができるようにすること。第2に各教科、特別活動などの指導に創意工夫を加えるとともに、地域や学校の実態に応じた創意

を生かした教育活動の充実を図り、学校が児童生徒の自己実現の場として、また、児童生徒一人一人にゆきとどいた教育を施すことが当面の課題となっている。

児童生徒の健康を保持増進し、学校教育の成果の確保に資するという学校保健の役割は、ますます重要性を加えてきており、その活動の一層の充実を図ることが期待されている。

文部省体育局学校保健課教科調査官 よしだ せいいちろう 吉田 瑩一郎



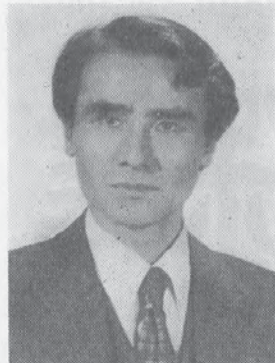
港区立桜小学校 石川行男

## 文部省体育局の人事異動

(学校保健関係者)



遠藤審議官



長谷川課長

文部省では、6月11日付けで体育局審議官及び学校保健課長の異動がありました。体育局審議官には、遠藤 丞氏、学校保健課長には、長谷川善一氏が着任されました。

前学校保健課長島田 治氏は、大学局高等教育計画課長として栄転されました。

## 特色のある学校づくり

—学校保健を重視した—

### 1. 意欲的、積極的な子どもたち

これからの子どもは、社会の急変する環境に対応して、たくましく生きぬく子どもでなければなりません。そのため、私たちは、心と体の健康こそすべての活動を保証する基本条件であり、その健康の営みである学校保健活動は、学校教育の基盤をなすものであると考え、たくましく生きぬく子どもの育成をめざし、研究と実践を進めてきました。

いろいろな活動をする中で、子どもが受身の姿勢ではなく、意欲的・積極的な姿勢となり、子どもが健康ということ意識しなくても、「心身ともに健康」になっていく方法はないかと考えました。「行事によって子どもは育つ」とよくいわれますが私たちは、次のような主な活動の中にそれを求めたのです。

### 2. 手づくり教室

近頃の子どもは「手先が不器用だ」とよく言われています。考えてみれば、子どもの世界の中に自分たちで工夫し、何かをつくり出していくという遊びが見当たらないことが問題です。子どもには子どもの知恵があるはずであり、それを子どもの頃に伸ばしてやることは、子どもの将来にとって大切なことです。本校では身近にある、わらを生かした「わらぞうりづくり」を高学年が実施しています。講師は、校区の老人であります。この手づくり教室の講師に

老人を招いたことによって、お年寄りに子どもたちが何かを教えてもらう、その教える活動に参加してもらうことによって、生きがいや張り合いを持っていただく。そして、そのお年寄りの持っている技術に子どもが触れることによって、教えなくてもおじいさん、おばあさんに対する畏敬の念が培われ、それがまた敬老の心にも結びつくことを願い実施しています。

### 3. 学校実習田の経営

最近の子どもは、農家の子どもでも農作業を手伝う者は少ない。そこで、地域に根ざした教育として「米の命を育てよう」をテーマに4年前から、米づくりの体験学習を実施しています。毎年12月には「天王まつり」を企画し、全校児童がもちをほうばり、児童会主催の行事に参加する中で働くことの尊さと収穫の喜びを味わわせ、連帯感を深めています。

### 4. 天心ランドの設置

子どもは風の子太陽の子です。遊びを通して子どもは成長するものです。遊びながら、楽しみながら体力づくりのできる自作遊具施設(天心ランド)を設置し、太陽の時間(業間運動)を中心に積極的な体力づくりに励んでいます。

おわりに、保健活動を教育という広い視野に立って健康教育を推進し、特色ある学校づくりに一層の精進を続けていきたいと考えています。

愛知県豊川市立天王小学校校長 鳥山敏基

個に徹した指導ーI

# 肥満児には緊張感が必要

正しいことには、いつでも意欲的に取り組む子どもにしたい。というのが私の願いである。そして、このような健康な精神を持った子どもの土台となるのが、健康な体である。担任が精神的な成長を求め、健康な体なくしてこの目標を達成することはできない。

◆F君とTさんとわたし

T子とF君は入学当初から肥満であった。私が担任になったのは、4年生からである。T子は肥満児で、学習に対して意欲も根気もなく、生活のしかたも消極的で、毎日をいやいやながら過ごしている。という状態であった。F君は肥満傾向が一層激しく、生活態度はT子と類似し、加えて自己認識も甘く、責任感も、また、薄い子であった。

◆まず、話しあいから

養護教諭と相談の上、それぞれに本人、親、養護教諭、担任との4者で話し合いをし、肥満の状況を本人、親に訴え、食生活の改善、スポーツの奨励、規則正しい生活のしかた等について確認した。と同時に、担任としては、食欲旺盛なのは、欲求不満の表われと解釈し、精神的な不満を除去してやりながら、精神的緊張を加えてみることにした。

その後、T子は女子の羞恥心と家庭の協力と相まって体重の増加カーブがゆるやかになった。T君の家庭は、指導した事項が徹底されず体重も上昇のまま1年間が過ぎてしまった。

◆F君とT子のその後

翌年T子は、特別活動の役員を引き受け、運動会では、担任推薦で応援団にした。両活動共、始めは

嫌がったが、しだいに誇りを持ち、内容豊かな仕事をするようになった。確かな変身であった。その後T子は、勉強にもよく食いついてくるようになり、成績が上がり始めるのと前後して、生活態度も積極的になった。また、スポーツもよくするようになり、筋肉が引き締まってスマートになった。現在では、健康体重を維持し、意欲的な毎日を送っている。

一方、F君は、家庭も肥満に対する認識不足があり、本人の甘えもとれず、何度も加えた精神的な緊張も効果が薄かった。担任して3年目、再度4者による話し合いをやり肥満状況を分析し、おこり得る弊害を訴えた。一か月後、彼の祖父が永眠という悲しみに出会い、命の大切さを知ったF君は日記に「健康な体を作っておくことにした。そのため、我慢や努力を進んでやることにする。」と決意を書いてきた。それから1か月、まだ、体重に変化は起きてないが、生活にけじめが付き、態度も男らしくなってきた。自覚とともに肥満度がさがることを願っている。

◆まとめ

これというの、本校では、養護教諭の堀内先生が過去30年にわたって魂を打ち込んだ学校保健を実践し、習慣化を図る指導をされた結果である。例えば、室内に入る前のうがいや手洗い、正しい姿勢、食後の歯磨き、虫歯の治療など、実によく行われている。

このような学校で私は、微力ではあるけれど、児童の真の成長を願って努力をし、毎日を楽しく過している。

東京築地小教諭 萩尾智子

## 貧血や倒れやすい子の調査の一部

項目	小学校				中学校				高校				
	浅間		宮代東		新宿		全桐生		小松川		大津商		
調査例	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	
立ちくらみ1ない	703		1,093		631		3,644		698		620		
	2ときどき	8	1.1	24	2.1	196	22.6	1,753	29.7	385	32.4	589	44.3
	3よくある	2	0.3	2	0.2	27	3.1	365	6.2	79	6.6	88	6.6
ねおきわるい1ない	589		911		622		3,365		758		780		
	2ときどき	103	14.2	176	15.5	178	20.5	1,965	8.2	306	25.7	428	32.2
	3よくある	28	3.9	28	2.5	56	6.4	494	8.4	107	9.0	110	8.3
下痢しやすい	642		976		727		4,466		778		809		
	2ときどき	70	9.6	133	11.7	122	14.0	1,220	20.6	339	28.5	437	32.9
	3よくある	13	1.2	11	1.0	11	1.3	146	2.5	59	5.0	70	5.3
のりもの酔いやすい	443		652		462		2,802		734		761		
	2ときどき	225	31.0	340	29.9	317	36.5	2,134	36.1	399	33.6	469	35.3
	3よくある	50	6.9	126	11.4	86	9.9	911	15.4	49	4.1	89	6.7
肩こりしやすい	691		1,046		640		3,479		645		588		
	2ときどき	28	3.9	66	5.8	189	21.7	1,932	32.7	389	32.7	541	40.7
	3よくある	2	0.3	8	0.7	37	4.3	456	7.7	146	12.3	193	14.5

## 個に徹した指導— 2

## 保健室の常連S子の場合

## ◆S子の健康は

偏食が著しく、骨折や脱臼を繰り返し、また、不定愁訴で頻りに保健室を訪れるS子(中三)の例。

S子は、一年の時から腕の骨折と肩の脱臼を繰り返している。顔色も悪く、精神的にも不安定で陽気な時と陰気な時の差が激しい。また、行動に落ち着きがなく、小さなケガで保健室を訪れることが度々であった。偏食は激しいが学校の貧血検査では毎回血色素量は正常である。

本人の主訴は、手足のしびれ、だるさ、頭痛、胃痛、吐き気、肩のこり、息苦しさと多様であるが中でも頭痛と胃痛が毎回であった。

## ◆その日常生活は

S子の日常生活に、かなり問題がありそうなので放課後の時間を利用して個人面接を実施した。

数回の面接で、S子の生活を把握することができた。中学入学以来、食事らしい食事をしていないことが判明。想像以上の生活の乱れであった。

S子の食事と生活について。朝食はほとんど食べない。給食はいつも残す。間食はコーラ、ポテトチップ、アイスクリームを毎日飲食している。夕食はお菓子やインスタントラーメンで済ませるのが日常で、いわゆる「ごはん」はずっと食べていない。野菜と肉が大嫌いだが小学生の頃は食べられた。生活は不規則で夜更し型。朝の二時、三時まで起きていることが多い。家族構成……S子に暴力をふるう父親、温和しい母親、両親から愛されている妹、そしてS子の四人である。夕食は、父・母・妹の三人は揃って食べるが自分は食べたくないの、テレビを

見たりしているが別に不自然と思わないとのこと。

## ◆S子の指導として

S子に対する個人指導として、S子自身の生活の中に、健康を阻害している原因があることを理解させ、バランスのとれた食事や朝食の必要性を説明。夜更し型の生活を早寝早起き型に変えること。お菓子をなるべく食べないこと。コーラを牛乳に変えること等を約束した。

一方、母親に対しては、電話でS子の食べられる食事を作ってやるように指導した。学校では、学級担任に、S子が給食を食べるよう指導してもらい、学級の友人の協力も得て、本人自身“食べる努力”に積極的に取り組むようになった。

胃の精密検査を受けた大学病院でも、お菓子の食べ過ぎで胃が、ただれていると注意を受け、母親も本人も深く反省したようだった。

とは言え、長く続いた生活を新しい生活に切り換えるのは大変なことであった。途中、期末テストで生活のリズムが崩れて、進歩は遅々としていた。食事をとるようになってからの個人指導は月一回程度にしてS子を激励し、自主性を育てる努力を続けている。

## ◆元気で高校生活を

どういうきっかけで、食事を食べなくなったのか。また、親子関係に問題があるのではないかという核心に触れる掘り下げができなかったのは残念だが、一応、生活のリズムが正常になったことで、安心して中学を卒業させた。最近になって、S子から「元気で高校生活を送っている。」との近況報告を受け養護教諭としての使命に喜びを感じている。

中央区立第三中学校養護教諭 稲田 悦子

## 昭和55年度「学校保健用品」推薦品一覧

別	番号	品 名	摘 要	商 社
図 書	1	養護教諭質疑応答集		第一法規(株)
	2	養護教諭ハンドブック		"
	3	逐条注解学校保健法規集		"
器 具 器 材	1	重炭酸カルシウム製 教学タンサン カルシウムチョーク	教授用チョーク	日本教学工業(株)
	2	バネットライオンジュニア歯刷子	学童用歯刷子	ライオン(株)
	3	救急用人工蘇生器 レスパック	救 急 用	杉山元医理器(株)
	4	NフィーダCSD12型 H20型		日本フィーダ工業(株)
	5	手拭紙「クリーンウエット」	学校給食用手ふき紙	(株)トーヨ

特色のある某高校の

## 地域騒音対策と生徒保健委員会

今年の日本衛生学会で神戸大教育学部の横尾助教は「線路わきの学校で勉強する子供たちは、電車の通る音を聞くと無意識に思考をストップする」と発表し注目された。筆者は以前、授業中の発生音を測定した時に気づいたことであるが、約60ホン前後の騒音が教室に入ってくると教師の音声は約3～5ホン高くなる。しかし、教師自身は意識していないが、騒音の影響を受けている教室での授業後は、何んともなく疲れを感じるという。

騒音がヒトに及ぼす影響は、器質的な影響（例、難聴のような）と精神・神経的な影響に分けられる。器質的影響は明らかに健康障害として判断できるが、精神神経的な影響の判断は「受けとめる個人によって異なるので判断は極めて難しい」とするのが一般的な評価である。ところが前述の2例は、無意識の中での影響、つまり意識しないで「思考のストップ」がみられたり、教師の発声音レベルが高くなる傾向がみられるということは、今後、騒音の学習活動に対する影響について考えなおさなければならない事柄といえよう。

ある地方都市に創立80年余になる女子高校があるが、交通機関の発達に伴って学校に近接する道路の拡張工事が行われ校地の一部も道路になった。このために自動車の通過台数が激増し、交通騒音の影響を大きく受ける学習環境に変貌してきている。たまたま道路拡張工事の時、生徒保健部員の一人が交通騒音の授業妨害に気づき、校内保健委員会にこのことを提案した。これが切っかけとなって、生徒保健

部の年間事業計画に立案され、調査とその対策について検討することになった。

まず具体的な騒音測定と学習妨害の実態調査を行うことになり、騒音発生源である道路とその影響の最も大きい校舎と最も小さい校舎、そして各校舎の授業妨害についてアンケート調査を行った。結果は最も影響を受けている校舎では騒音レベル中央値が51～56ホンで、授業中の教師音声を「聞きとれない、聞きとりにくい」の訴えが54%以上あり、最も影響の小さい校舎での騒音レベル中央値は48～53ホンの範囲で、授業妨害訴えは23%と低率であった。騒音発生源の指摘では、影響の大きい校舎で「トラック・ダンプカー」、次いでオートバイ、普通自動車の順に低率となっているが、学校全体として「宣伝カー」の宣伝放送の指摘が46%と他に比べ高率を示した。つまり、言葉としての「意味のある騒音」に対する授業妨害の実態が明らかになったわけである。

これらの成績は、学校全体（PTAを含めた）の学校保健委員会に提出され、一部の教室には二重窓の防音設備、学校周辺道路における宣伝放送の禁止、クラス保健委員による窓明け調節（侵入騒音の減少）等の対策が実行され、僅かながら学習環境は改善された。

これは生徒保健委員の提案から展開された騒音対策事例であるが、学校環境の保全は学校内のみならず地域ぐるみの対策が必要であることを示している。

日本学校薬剤師会常務理事 平木陽一

昭和55年4月1日～56年3月31日

別	番号	品 名	摘 要	商 社
薬	1	カワイ肝油ドロップ	ビタミンA、D栄養補給	河合製薬(株)
	2	ハイライト®90	プール消毒用	日産化学工業(株)
	3	ボキール錠、液	駆虫剤	パーク・デービス三共(株)
	4	三共エームス簡易検査試薬	簡易尿検査試薬	三 共 (株)
	5	日曹ハイクロン	プール消毒用	日本曹達(株)
	6	プール用バイゲンラックス	プール消毒用	(株)エドラックス
	7	ピタドールゼリー	ビタミンA、D栄養補給	林兼食品工業(株)
	8	アルボース石けん液	手・指消毒、手洗い用	アルボース薬粧(株)
	9	ネオクロール、ニューW	プール消毒用	四国化成(株)
	10	ジュニアサンテ	お子さま目薬	参天製薬(株)
品	11	ベンギンS・Cクリーナー	床、壁面、トイレ、手洗場、プール等の洗剤	ベンギン艶出(株)
	12	ベンギンMGワックス	化学タイル、石床用樹脂ワックス	"
	13	ジムコンディショナー	ウレタンコートされた床の帯電清掃用	"
	14	ベンギンフロアーキーピング	木床用清掃剤	"

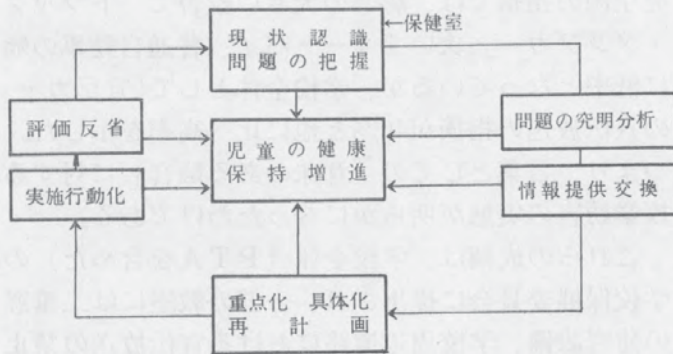
# 学級の保健活動を活発にするために

—保健指導資料の活用—

## 1. 学校保健の母体は

仲よく元気で、探求心のある子どもを育てる学校保健活動の母体は、学級である。学級経営を無にしては、保健活動は成り立たない。学級に保健活動が根づくための努力は、人によってさまざまだが、究極は「ゆく川の水は絶えずして、しかももとの水にあらず」の例えのように、新しい実態にもとづく資料提供、つまり、保健活動の「もとでになる材料」の魅力は、児童・教師・父母の共感を呼び保健認識を深めていく。

## 2. 学級保健が根づくための保健経営サイクル

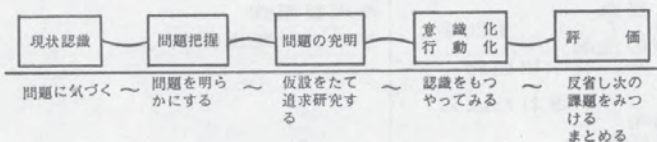


目標達成のためには、事実にもとづく素直な実践評価が大切である。特に実践の過程に、教師と児童、父母の温いふれあい、未知なものへの知識の獲得、実験、体得によるおどろき等、教育の大切な要素にふれ、苦しみながら、楽しみながら作成した資料が活用され、「ほんとうによかった」としみじみ思う。

## 3. 授業に根づく資料の活用

保健安全指導は、子どもの身近な生活から問題を発見し生活へ返していく過程が重要である。指導の流れを念頭におき、指導資料を作成することは効果的である。

### 指 導 の 過 程

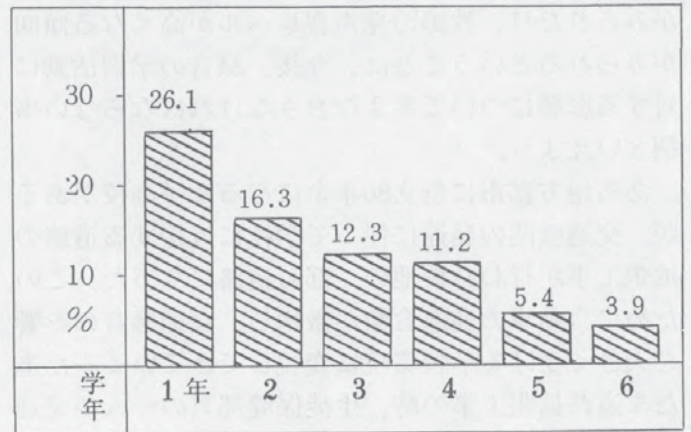


## 4. 活用した資料の実例



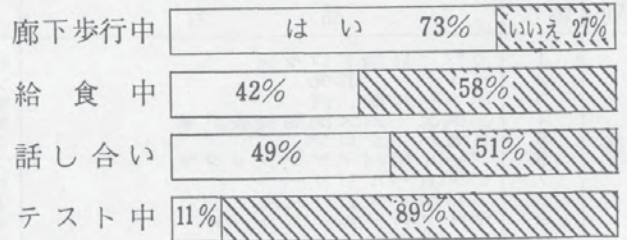
- (1) わたしの姿勢、友だちの姿勢を観察し合い問題点はないか、気づかせる。
- (2) よい姿勢で字をかくことができたか問題を明らかにしていく。

### ① 姿勢に気をつけている (昭55年 3月 調査)



学年がすすむにしたがい姿勢を気にしなくなっている。

### ② 正しい姿勢がとれているかどうかのアンケート



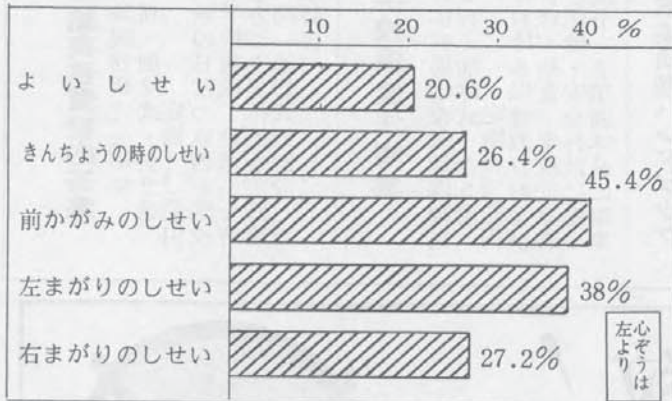
- (3) わるい姿勢はどうしていけないのかを究明する。

- ① よい姿勢、悪い姿勢の脈はく数を調べると  
(5分間立っていたあとの30秒間の脈はく数)

しらべた人	A子	B子	C子	D子	E子
よいしせい	30	32	34	31	32
わるいしせい	43	40	42	42	40

○わるい姿勢は脈はく数が(多くなる)

- ② 姿勢と呼吸数(酸素の消費量)の関係



(大河内一郎氏資料)

- ①と②から考えられることは

○前かがみのしせいは(心ぞう)をあつぱくし、

酸素を(多く)必要とする。

○悪い姿勢だと呼吸数が(多い)、だから(内ぞう)にふたんがかかる。

酸素の消費量と姿勢の関係、「背骨のしくみ」を知り、よい姿勢で学校や家庭での生活をするよう心がける。また、姿勢定木や姿勢鏡を使って、正しい姿勢の感覚を体得させるよう導く。姿勢は、学習の能率を高めるばかりでなく、生活態度に大きな影響を及ぼすことも考えさせる。

○こしかけにふかくすわり、腰をつねにのばす。

○本を頭にのせ背すじをのばす。

○外で元気に遊び、何んでも食べ、骨や筋肉を強くする。

○お互に注意しあう。

5. 子どもと共に

第一木曜日の一時間めに保健安全指導の時間を位置づけ、全職員が指導する。月の目標にそい資料を作成、活用し、活用後の反応を確認する。次回への作成に留意しつつ児童の健康観を育てていく。

横浜市立深谷台小養護教諭 鈴木和子

## 全国学校保健大会とブロックの大会

### 「たくましいからだ と 豊かな心」

山口大会副題 -自ら守り育てる からだと心-

第30回全国学校保健研究大会 山 口 県 11. 8~10

全国学校保健協議大会 同 11. 8

1. 第29回北海道学校保健大会 北 海 道 9. 13~14

2. 第15回東北学校保健大会 山 形 県 7. 29~30

3. 第31回関東甲信越静学校保健大会 静 岡 県 8. 12~13

4. 第28回北陸3県学校保健研究協議会 石 川 県 10. 24~25

5. 第2回東海ブロック学校保健連絡協議会 愛 知 県 9. 10

6. 第2回近畿学校保健連絡協議会 滋 賀 県 7. 24

7. 第4回四国学校保健研究大会 昭和56年度(隔年)

8. 第26回中国地区学校保健協議会 (山 口 県) 全国大会と重複のためなし

9. 第30回九州地区学校保健研究協議会 福 岡 県 8. 9~10

10. 第31回十大都市学校保健協議会 札 幌 市 6. 21~22

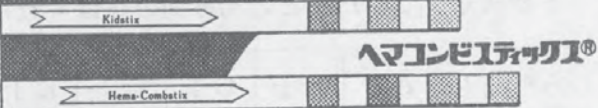
肉体疲労時のVB<sub>12</sub>補給に  
**アリナミンA**

筋肉痛・腰痛・神経痛・肩こりの緩和、脚気、病中病後・妊娠授乳期のビタミンB<sub>12</sub>補給にも。

武田薬品工業株式会社  
〒541 大阪市東区道修町2-27



学童の集団検尿には  
**潜血検査も**



製造元：エームス事業部 販売元：三共株式会社  
マイルス・三共株式会社

◀日本学校保健会推せん図書▶

〒107 東京都港区南青山二丁目一七  
電話(03)4041-3531

**第一法規出版株式会社**

日本学校保健会へ申込受付中

**子どもと健康**  
— 学校級担任のために —  
★ A5判・単行本・全1巻  
定価1,000円(税別)

日本学校保健会編纂  
展開するにふさわしい保健活動を  
もろろん、学級担任として必  
ず心得ておかなければならな  
い学校保健のあらましからな  
い学校保健の応急処置に至る基  
礎知識をやさしく解説。

**養護教諭執務ハンドブック**

★ A5判・加除式・全2巻  
定価1,000円

文部省体育局学校保健課監修  
養護教諭の実務に必要な諸法  
令、通達、統計資料等を網羅  
してこれらを事項別に分類し  
て編集した執務ハンドブック。

**逐条 学校保健法規集**

★ A5判・加除式・全5巻  
定価3,000円

文部省体育局学校保健課編纂  
学校における保健教育および  
保健管理、給食、学校安全管  
理など保健・安全行政にかか  
る諸法令を事項別体系に編纂。

**養護教諭実務研究会編纂**

★ B5判・加除式・全2巻  
定価800円

養護教諭の日常の執務を学校  
種別、学校規模、地域的な背  
景にもとづき具体的な実践事  
例を一文一答形式で解説した  
実務指針書。

**育ちざかりのひと粒!**

体力をつけ健康を保つ

**カワイ肝油ドロップ**



製造発売元 **河合製薬株式会社** 東京都中野区新井2-51-8

これからの教室、体育館などの学校清掃管理は——SCシステムで!



- 塗るだけでピカピカ!
- 滑らないので安全です
- 水性タイプなので安全、清潔です



**ペンギンワックス**

推薦 **日本学校保健会**

カタログご希望の方は、SCS保苑お申し込み下さい。

本社 大阪市東成区東中本3-10-14(〒537) TEL06 (976)1451

**歯ブラシはお口に合せて選びましょう。**



推薦 **日本学校保健会**

**バネット** ジュニア

ライオン株式会社