

- 全国児童生徒の健康状況調査の概要
 - 1.運動などについて
 - 2.睡眠と食事について
 - 3.健康習慣について
 - 4.調査を通じて
- 健康調査とマスコミ

会報をよくするため、読者のご意見を求めています。お葉書をお寄せください。

The School Health (No.144)

学校保健

昭和57年10月15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)

児童生徒の健康状況調査

昭和48年度以来、本会は学校保健センター的事業を実施し、その実績は、高く評価されています。とくに、昨年度実施した「児童生徒の健康状況調査」は、全国の小中学校の児童生徒約60,000人を対象にし、去る7月下旬に集計結果をTV、新聞を通じ報道し、大きな反響を呼びました。なお、この調査を実施された要項ならびに協力校の先生方、各保健会と教育委員会の関係者各位に対し、心から感謝を申しあげる次第です。

本調査が、次代を荷う児童生徒の健全育成のため、学校や地域で活用されることを念願するものであります。

(財)日本学校保健会 副会長 渡辺一九



(東京・高松小 福原保子)

全国児童生徒の 健康状況調査の概要

1. 目的や対象など

児童生徒の食事、運動、休養などの健康状態と体格、体力、疾病異常などの健康状態について総合的に調査し、学校保健に関する基礎資料を得るために行ったものである。

各都道府県において抽出された学校の、一部の児童生徒を対象としたが、小学生は182校に在籍する39,957人、中学生も同じく182校に在籍する21,152人であった。

学校数は都道府県で異なるが、最も少ない県で小学校2、中学校2の計4校、最も多かったのは東京都の小学校14、中学校14の計28校、次が大阪府の小中それぞれ12校宛の計24校であった。

調査日は昭和56年10月29日（木曜日）に設定したが、この日に欠席した者のテストは11月5日（木曜日）とした。

2. 調査方法について

小学校低学年用、小学校高学年用、中学校生徒用の3種類の健康状況調査票を用意したが、中学生に対しては別に食品摂取調査票を作成した。

健康状況調査の方は、調査日の午前中に45～50分の調査時間を設定し、各質問ごとに教師が説明をし

ながら、児童生徒に記入させるという方法をとった。ただし、身体計測値、体力テスト値、病欠欠席日数などは学校において記入した。

中学生での食品摂取調査票は10月29日に生徒に配布し、この調査が「7日間にどのくらいの種類の食品を摂取したか」という趣旨の調査であることを理解させ、自宅で毎日〇印をつけるように指示し、11月5日に提出させ、表の中の〇印の数をかぞえさせた。

点検・整理された調査票は、学級整理表ならびに学校整理表とともに都道府県へ返送され、さらに日本学校保健会に収集された。

3. 調査結果の収集整理

調査結果の集計の方針は、児童生徒健康状況調査協力者会議が、文部省体育局学校保健課の関係諸官の参加を得て立てた。そして調査の集計にあたっては、財団法人全国保健情報システム開発協会の協力を得た。

調査結果は睡眠に関するもの、食事に関するもの、運動に関するもののそれぞれの質問項目で、性別、学年別に集計する一方、住宅地、農林水産業地、商工業地の3地域ごとの集計も行った。また健康習慣及び健康状態を示す各項目についても同様に集計された。

1日当たりの平均保健室利用率(%)

	学年	男	女	計
小 学 校	1	0.46	0.58	0.52
	2	0.52	0.44	0.48
	3	0.51	0.78	0.64
	4	1.16	1.26	1.21
	5	1.12	1.58	1.34
	6	1.13	1.90	1.50
中 学 校	1	1.60	1.86	1.73
	2	1.67	2.43	2.04
	3	2.26	2.48	2.37
計		1.18	1.50	1.34
(再 掲)	住宅地	1.13	1.40	1.26
	商工業地	1.36	1.73	1.54
	農林水産業地	1.10	1.49	1.29

4. 結果の概要

最近の児童生徒は、精神的にも肉体的にも著しく不健康になっているとする研究調査が数多く発表されているが、本調査の結果は必ずしもそれを支持しているとは認めがたい。

項目によっては、異常と考えられる者の比率が、相当高率になっているものもあるが、それと比較できる過去の調査結果が無いために、果して、最近特にそういう傾向が強くなって来たのかどうか判定できない。同じ調査が今後せめて数年に1度ぐらいの頻度で行われることが望まれるゆえである。

いずれにせよ、不健康な児童生徒の数がどれくらいであるかということより以上に、何が原因でそうなっているか、を明らかにすることの方がより重要だと考えている。そして、そういう不健康な子ども達に対して、学校は、家庭は、地域社会は、何をなすべきかが示唆されているようである。

(東京学芸大学教授 小野 三嗣)

1. 運動などについて

1. 学校の運動クラブ等について

学校の運動クラブ等の加入者の割合は、全体で男子61%、女子53%、平均57%である。学年別にみると小学校高学年では49%であるが、中学1年では78%で最高の加入率を示し、中学2年ではやや減少し、中学3年では41%で最低である。

学校の運動クラブは、学校の経営方針として、体育的クラブと文化的クラブを半々に構成する学校もあり、特に中学3年については、調査時期が10月であったため、受験勉強のため既にクラブを止めた生徒も多いということから、本調査の運動クラブ加入状況は、ほぼ学校の現状の実態を表していると思う。

2. 地域のスポーツクラブ等について

地域のスポーツクラブ等の加入者の割合は、全体で男子26%、女子12%で男子は女子の約2倍となっている。学年別にみると小学校高学年は32%で最も多く、次に小学校低学年の19%であり、中学校は全学年平均で7%であり最低の加入率である。

地域のスポーツクラブ等の加入者の割合と学校の運動クラブ等の加入者の割合とを比較してみると、相関々係があるように思われる。即ち、小学校では地域のスポーツクラブ等に多く加入しており、中学校では学校の運動クラブが中心のようである。小学校で地域スポーツクラブ加入者が多いのは、地域スポーツ少年団、地域子ども会（少年育成会）等の活動によるものと思われる。

地域別の加入の割合をみると、住宅地と商工業地は20%であるのに対し、農林水産業地は15%で少ない。これは学校の運動クラブの地域別の加入率が、住宅地と商工業地は62%であるのに対し、農林水産業地は70%で多くなっているのと対照的である。

3. 1日当り身体を動かした時間について

学校及び地域の運動・スポーツクラブ等における1日当り平均運動時間は、男子34分、女子22分、小学校低学年5分、小学校高学年23分、中学生55分である。

また、身体を動かす遊びの1日当り平均時間は、小学校において男子2時間2分、女子1時間18分、1年生1時間54分、6年生1時間17分である。

さらに、これに登下校・手伝いなどで身体を動かした1日当り平均時間を加えると、男子3時間8分、女子2時間37分、小学校低学年3時間21分、小学校高学年3時間9分、中学校2時間14分である。

現代の子どもたちの運動不足が問題となっている

今日、今回の調査の結果からみれば、子どもたちの平均的運動など身体活動の時間は、思ったより健全であるといえることができる。

4. 遊びの時間について

子どもたちが主に遊ぶ場所は、家で50%、遊園地公園等運動施設で27%、自然の中で15%、道路で8%となっている。

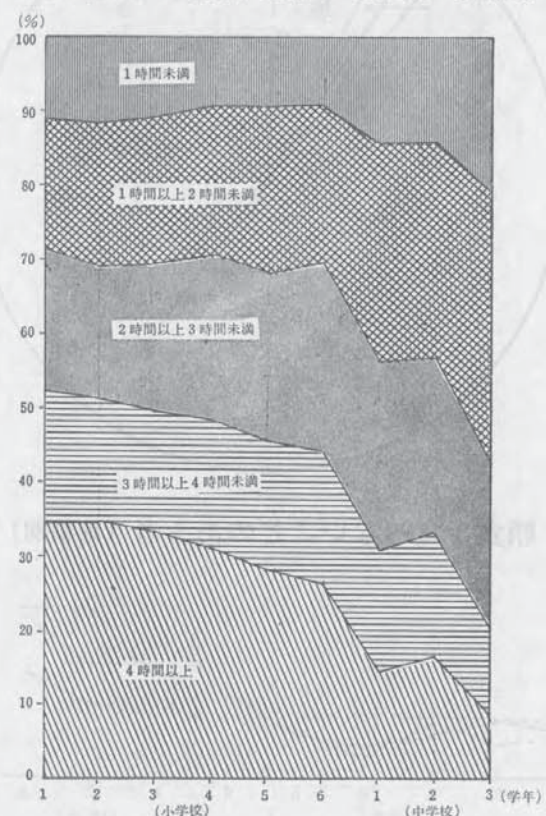
男女別にみると、家で遊ぶ者は女子62%で男子の39%を大きく上廻っているほかは、総ての場所で男子の方が多い。

地域別にみて住宅地と農林水産業地とを比較してみると、遊園地・公園等で遊ぶ者は、住宅地29%、農林水産業地21%で差があり、家で遊ぶ者も住宅地46%、農林水産業地59%で差が出ているが、その他の場所での差は、ほとんどない。

遊園地・公園等で遊ぶ者が住宅地に多いのは、施設の状態から考えて当然と思われるが、家で遊ぶ者が農林水産業地に多いのは、意外に感じられるが、農林水産業地では家の周囲がすべて自然であれば、家の周辺で遊んだことを、自然の中にとらえるよりも、家の庭で遊んだだととらえていると解してよいのではないかと思われる。

(福岡県教育庁保健課長 足達 九)

1日当たりの身体を動かした平均時間



2. 睡眠と食事について

健康の保持増進にとって、十分な睡眠と望ましい食事内容がたいせつなことはいうまでもない。

1. 個人差の大きい睡眠時間

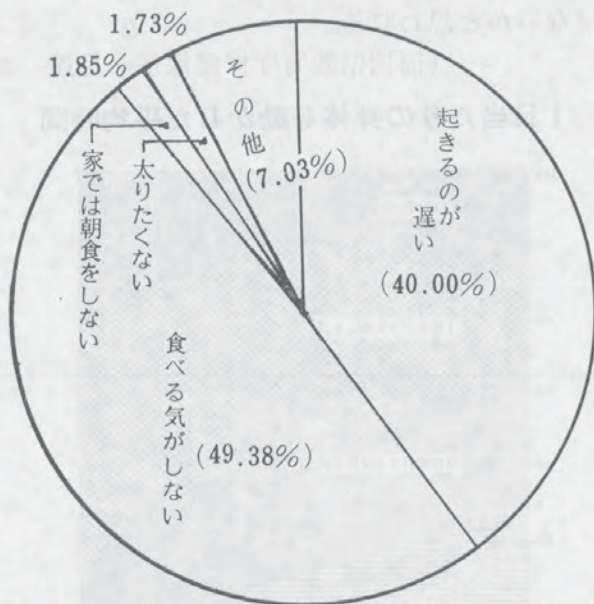
今回の調査結果をみると、起床時刻の平均は、調査日（木曜日）の場合が6時44分、日曜日の場合は7時30分であった。しかし、学年別にみると学年が進むにつれて遅く起きる傾向がみられる。調査日前の就寝時刻の平均は21時50分で、これも学年が進むと遅くなる傾向である。睡眠時間の平均は8時間55分であり、これは学年が進むと短くなる傾向がみられる。

このように、睡眠に関する結果をみる限りでは、大体において想像していたとおりであった。ただ、調査結果をよくみると、非常に個人差が大きく、それも学年が進むに従って個人差の幅が広がっていることが分る。たとえば、中学3年生で睡眠時間が4時間未満の生徒から12時間の生徒まで、個人の生活となると、たいへん個人差が大きいというのが卒直

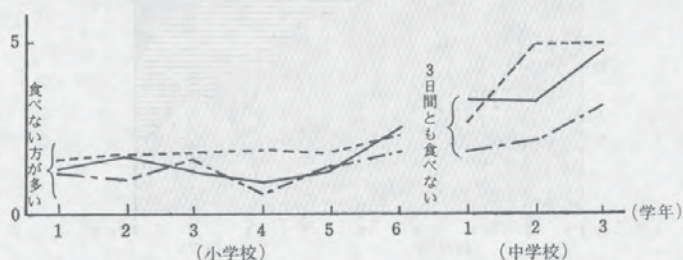
な感想である。このことは、何も睡眠に限らず、すべての項目にも関連していると思うが、やはり児童生徒の発育・発達段階を基盤にして考えると思春期の特性として理解できるかもしれない。また、個人差とともに男女差がみられたのも面白いことであった。つまり、女子よりも男子のほうが早く起きるタイプと、遅く起きるタイプの両極端に分かれているように見えるという点である。思春期の頃から、良い悪いは別として、生活が「朝型」と「夜型」に分れていくのかもしれない。就寝時刻の遅い理由として、「宿題や勉強などのため」という項目が最も多く、ついで「テレビ、ラジオのため」が多いのも児童生徒の望ましい生活リズムを考えるうえでは重要な点である。

食事については、調査日の朝、朝食を摂らずに登校したものの割合が、小学生の1～2%から中学生では3～7%に学年とともに急上昇する点が問題となろう。これは、最初から予想されていたとはいえ重視されなければならない。起床して登校するまでの時間のゆとりがない児童生徒がいることと、親の生活習慣から生じていることであろうが、今後大いに考えていくべき点である。しかも、朝食を食べない理由として、「朝、起きるのが遅い」というものよりも「食べる気がしない」というものが多いということは、重要な課題であろう。

朝食を食べない理由



朝食を食べないことのある者（地域別）



2. 男女差の大きい食事

食事によく残す食品をみると、小学校1年生では男女差が急に目立って、女子のほうが、よく残す食品の出現率が高くなるのも興味深い。この点については、中学生の女子では質的にバランスよく食事をしているものの、量的には女子に残す食品が多いというみかたができるのではないだろうか。

一週間に摂取した食品の種類数をみると、30種類未満から110種類をこえるものまで分布のひろがりは大いだが、おおむね、60種類程度が平均的な数値である。これを地域別でみると、農林水産業地域が最も種類は多く、住宅地が最も少ないようである。地域に関しては、朝食をとらずに登校するものの率は商工業地域が最も多いようであり、この点は家庭の生活リズムと関係があるように思われる。

ともかく、睡眠、食事など、生活リズムの基盤となるべき行動については、性、年齢、地域との関連を十分に配慮して検討する必要がある。

(東京大学教授 高石 昌弘)

3. 健康習慣について

健康に関する生活習慣としては、歯みがきと便通が調査されている。

歯みがきは手洗いの習慣とともに、就学前からよくしつけられていることが、別の調査でも明らかにされているが、今回の調査で、もっとも具体的な調査日前夜と、当日朝のはみがき状況をみると、92%は少なくとも1回はみがいているし、58%は夜も朝もみがいている。みがかなかった子どもは男子に多いが、学年が上るほど減少していることをみても、学校での指導が奏効しているといえよう。ただし、朝みがいている者の約4分の1が、朝食前にみがいており、昔からの習慣が家庭内に残っているようで、う歯予防の立場からは、食後にみがくことの意義をもっと徹底させるべきであろう。

大便を毎日ほぼきまった時間にする習慣は、男子で40%、女子で24%であったが、男子は学年の上るに従って率が上昇するのに対し(小学校低学年27%、中学生50%)、女子では学年による差が認められなかった。成人で女子に便秘に悩む者が多いが、性の特性に関わる点があるにせよ、児童期からの便通の習慣づけは有益であると考えられる。

健康状況について

健康状態については、欠席状況や症状を持つ者の状況等が調査された。

最近1週間の欠席状況調査では、欠席者は全体で1.4%、学年が上るほど減少する傾向にあり、欠席理由は病気が8割を占めていた。同様に遅刻者は全体で1.0%、学年が上るほど増加(小学校1年0.4%、中学3年1.9%)し、理由は寝坊が半数を占めるという実情が示された。しかし、調査日に当てられた2日とも欠席した児童生徒についての欠席理由をみると「病気・けが」が小学校低学年79%、高学年74%から中学生41%と減り、「登校拒否・怠業」が同じ順序で4%、11%から39%と中学生で急増しているのが気にかかる。学校保健の立場からの一層の指導、努力が痛感させられる。

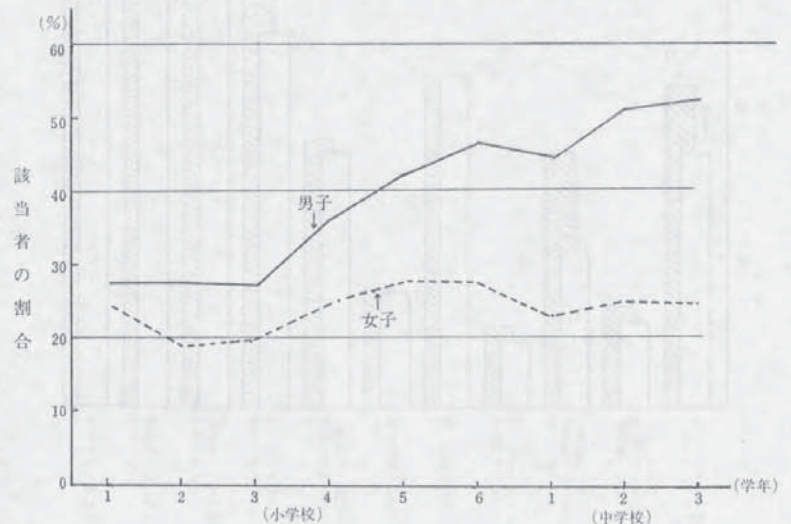
一方、からだの具合のわるいのおして登校したという子どもは、小学生で1%前後であるのに対し、中学生では3%に上る。これは勉強のために病気なのに登校する生徒もあるかも知れないが、むしろ不摂生な生活による体調不調が多いと考えられ、睡眠不足の解消、食生活の改善を中心とした日常生活全般の指導の必要性を感じさせられる。

保健室を利用した者(調査日前1週間のうち1日でも利用)は、小学校低学年の3%、高学年7%から、中学生の9%へと上昇している。保健室が問題をもつ子の退避所になっていることがよく指摘されるが、教室へ追い帰すのではなく、積極的に受けとめてやる姿勢が養護教諭と学級担任との連携のもとで望まれよう。

前年度1年間に骨折(ひびを含む)した者は男子5%、女子3%ほどで学年による差はない。最近子どもの骨折がマスコミ等でとり上げられやすいが、本調査に見合う過去の成績はないにしても、とくに増加しているとは考えられない。健康診断で記録された疾病・異常については、う歯と近視を別にし、耳鼻咽喉科疾患(約10%)を除けば、ぜんそく0.7%、心臓疾患0.4%、腎疾患0.2%、脊柱側弯症0.2%など、従来の小児科臨床統計と大差はない。また、子ども達の訴える自覚症状を、起立性循環障害(OD)に現われやすい症状を中心に質問した調査成績では、ODの患児がひろい出されるというよりも、神経質な子ども、寝不足などによる疲労のある子どもが訴えているという印象で、日常生活全般についての指導の必要性をここでも痛感させられる。

以上の成績を通覧してわかるように現在の児童生徒の健康は、家庭における生活全般の立てなおしを学校保健の立場から見なおし、指導するということの重要性と緊急性をあらためて示したものといえよう。われわれ学校保健関係者の責任もますます重いと痛感する。
(東京大学教授 平山宗宏)

毎日決まった時刻に排便している者



4. 調査を通じて

財団法人日本学校保健会は、昭和56年度の事業として実施した「児童生徒健康状況調査」の報告をまとめた。

1. 結果の活用

この調査のような児童生徒に対する生活及び健康(疾病)状況にまたがる全国的な調査は、我が国では初めてのものであり、より有効な活用が望まれるところである。

例えば、特別活動の学級指導における保健指導、日常の学校生活における保健指導及び個別指導の改善充実に役立てること等が考えられる。また、家庭との連携のあり方についても具体的な手がかりを提供しているとも考えられる。

さらには、クラス単位での同一項目による調査の実施により、全国集計との比較検討を通じてその集団の生活・健康状況の特性を把握することが可能となり、地域の実態に即した指導が図られることも考えられる。

以上のように、本調査の結果は、学校保健行政に

寄与することはもとより、各学校における保健指導等の資料としても大いに役立つことから、今後の各方面での活用のほどは、ひとえに日本学校保健会における普及指導事業での調査結果の普及活動にかかっているといえる。

なお、本調査については、「健康調査資料委員会」において、その今後の活用等の方途を含めてさらに検討されており、本調査のより有効なる活用がなされるものと期待される。

2. 調査の意義

本調査は、その結果から得られる効果もさることながら、家庭内生活まで含めた児童生徒の生活一般に渡る調査に「健康状況調査」という調査名がつけられたことに象徴されるように、児童生徒の保健対策の一つの新しい流れを示唆するかのようである。

明治初頭にその端緒がみられる保健対策は、伝染病予防を主とした疾病対策と、養生法に代表される保健学習の2つの大きな流れがあり、疾病対策に端を発した保健管理体制は、現在「健康増進対策」まで含むようになり、一方、養生法に端を発した保健教育体制は、最近「保健指導」分野の確立充実が期せられ、2つの流れは、その幅の増大のため大きく融合しようとしている。すなわち、早期発見・治療、流行・蔓延の防止等の疾病等に焦点を当てた対応は当然のことながら、さらに、健康増進や健康生活の実践化等の「健康」に焦点を当てた対応が求められている。

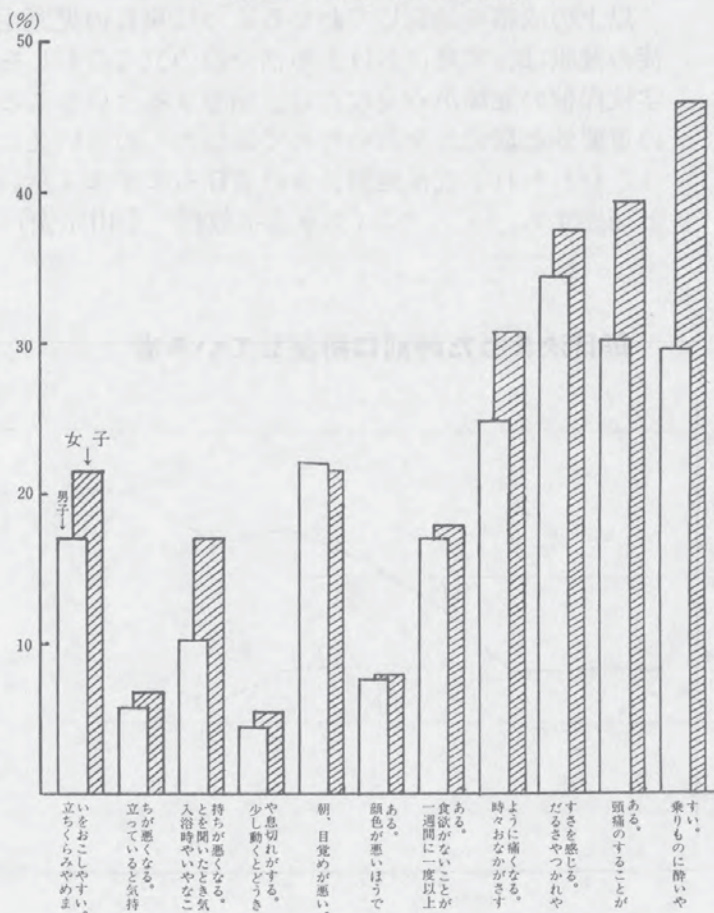
一方、悪性新生物の予防・治療が確立されたと仮定した場合、残された疾病群等は、「遺伝」と「老化」とあるといわれている。遺伝(例：糖尿病)や老化(例：動脈硬化)は、生活行動の改善によりある程度予防(発症遅延)が現在の段階でも可能であるといわれており、また、「習慣病」とさえもいわれている症病群である。

これらの背景のもとで、学校保健に関する統計を考えてみると、定期の健康診断の結果の集計である現在の「学校保健統計」では、このように多様化している保健対策の基礎資料を得るという目的を全うすることは困難になってきた。

生活調査は、今までも多々あったが、生活等に関する設問を含めて総合的に「健康」を調査したもので全国的なものはなく、本調査がなされた意義は、大きいものと言わざるを得ない。

(文部省学校保健課専門員 三木和彦)

自覚症状のある者の割合



健康調査とマスコミ

報告書の反響

7月20日、この調査報告書が発表された途端、新聞、テレビ、ラジオなどのマスコミが一斉に取り上げて報道した。校内暴力や非行などではともかく、学校保健関係でこれほど関心をもたれたケースは、最近にないことであった。おかげで、翌日から今日まで、70余の各方面から資料を送れ、という依頼の手紙が事務局に殺到した。なかには遠くアメリカ・コロンビア大学の東亜図書館からの依頼もあり、情報化社会の反響の大きさを再認識するとともに、その対応に事務局も多忙であったという。

新聞報道の見出しは

さて、マスコミの反応であるが、いま、その当時の新聞の切り抜きをみると、

A紙：現代っ子、健康なのに「だるいな」頭痛、疲れ……自覚症7割

B紙：心身症子供にも増加「夜遊び」たたる。寝不足→朝食抜きで不調。

C紙：小中学生、6割が寝不足、TV、漫画で宵っ張り、たるい……心身症状も

D紙：意外に“健康”な面も！多いクラブ加入、だが遊びは「家の中」目覚め悪く、野菜敬遠

E紙：児童たち“ほぼ健康”です。毎日朝食8割超す。

TVやラジオの報道も、大体これらと同じような、とり扱い方であったと思う。

マスコミ報道の特徴

マスコミの報道というのは概して、一般大衆の注目をひくための手段としてのセンセーショナルリズムがある。それはA、B、C各紙のように、全体のなかの一部をとりあげてスポットをあてるような紙面

作りをする。読む人たちはそこに問題点があると早のみこみしてしまう。よく内容を読んでみると、D、E紙のようなことなのだが、見出しだけと同じ内容の報道だが、両者には理解の仕方にズレがある。

この報告書の主査を担当された小野三嗣教授のコメントも、C紙では「全体として、どこまで正常か異常か、簡単に判断できない」と書き、E紙は「個別には問題点はあるが、全体として今の子供たちはほぼ良好な健康状況にある」と話している、というふうにより部分を両方が分けて書いている。

以上のようにみえてくると、マスコミの報道は、それ一つだけを見てみると、(それも見出しだけの印象で判断すると)大きな間違いのもととなる。記事の内容をしつかり読まない、思わぬ誤解をしてしまうことになる。

情報が多くの人へ、早く正確に伝わるのが望ましいことなのだが、現実には、その情報を受けとめるときに、正しく把握をする努力が必要である。

事実を正しく認識し理解しよう

一時、子供に骨折が多いのは、ジュースやコーラーの飲みすぎ？ というニュースがあった。いまは、運動不足による反射神経の鈍さがあるのでは、などの論もある。

しかし、実際にいままでの常識では考えられない骨折が現にあるという。やはり一つ一つのケースを掘り下げて検討してみることは必要である。骨折に限らず、学校や地域における些細なことでも、その事実を検討し、それらの集積されたものから、進歩が生れるのである。マスコミの見出しのように安易な判断でなく、地域差を理解して、実状に合った保健活動のためにこの調査を役立てたいと思う。

(会報編集委員長 杉浦 稔)

定期健康診断の結果(%)

疾病	心臓疾患	腎臓疾患	喘息	糖尿病	高血圧症	胃指腸及び十二指腸潰瘍	起調節立性障害	脊わ柱ん側症	脊柱側わん	そ脊柱他異の常	眼疾患	耳疾鼻咽頭患
男子	0.39	0.19	0.86	0.01	0.02	0.03	0.02	0.13	0.37	0.32	3.19	12.16
女子	0.39	0.22	0.49	0.04	0.01	0.04	0.04	0.19	0.41	0.13	2.88	9.46
計	0.39	0.20	0.68	0.03	0.02	0.03	0.03	0.16	0.39	0.23	3.04	10.85

「風しんと私たちのからだ」

予防接種の事前学習用に平山教授(東大医学部母子保健学)の指導により、製作されたものである。(スライド)

1. 風しんとはどんな病気か
2. 妊娠時の感染と胎児への影響
3. 風しんの感染の予防方法

(問い合わせ先 学研情報機材事業部 ☎03 (754) 5423)

純植物性で手に臭いの残らない

シャボネット

石鹼液ユ・ム

日本学校保健会推せん No.550

サラヤ化学工業株式会社 サラヤケミカル株式会社

学童の集団検尿には 潜血検査も

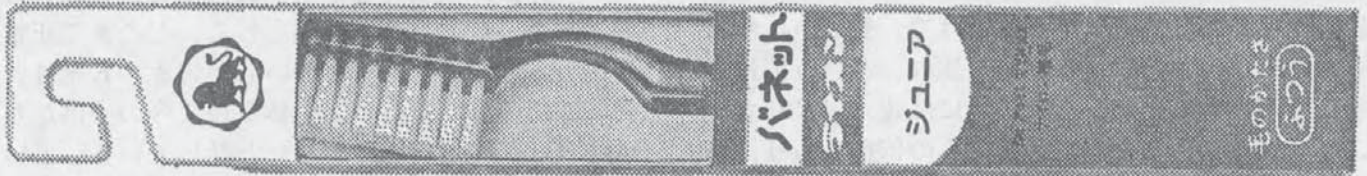
キッドステックTM



ヘマトンビュテックTM

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

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^{ライオン}ジュニア

ライオン株式会社

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

お子さまの目をやさしくまもる



日本学校保健会 推薦

「こどもマイティア」は、涙液型目薬を基調にした
お子さま用の点眼液です。目の調節機能や新陳代
謝の改善に効果のある成分が配合されており、「つ
かれ目」「水泳のあと、ほこりや汗が目に入った時
の眼病予防」などにすぐれた効果があります。

お子さまのつかれ目に

こどもマイティア[®]

製造: 千寿製薬 ・ 販売: 武田薬品

●製品に添付の説明書をよく読んで正しくお使いください。

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!

安全
で
清潔

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



体育館床の保護・
ツヤ出し、すべり
止め効果があり、
ダストコントロール
作業にどうぞ。



推薦

日本学校保健会



ペンギンワックス

※ カタログご希望の方は、
SCS係宛お申し込み下さい。

本社・大阪市東成区東中本3-10-14(〒537) TEL06(976)1451
支店・札幌・東京・名古屋・大阪・高松・広島・福岡