

学校保健

The School Health No.164

(財)日本学校保健会

- 喫煙防止「手引」の活用
- 喫煙防止の指導事例
- 北から南から
- Q&A 保健指導の基礎知識

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。

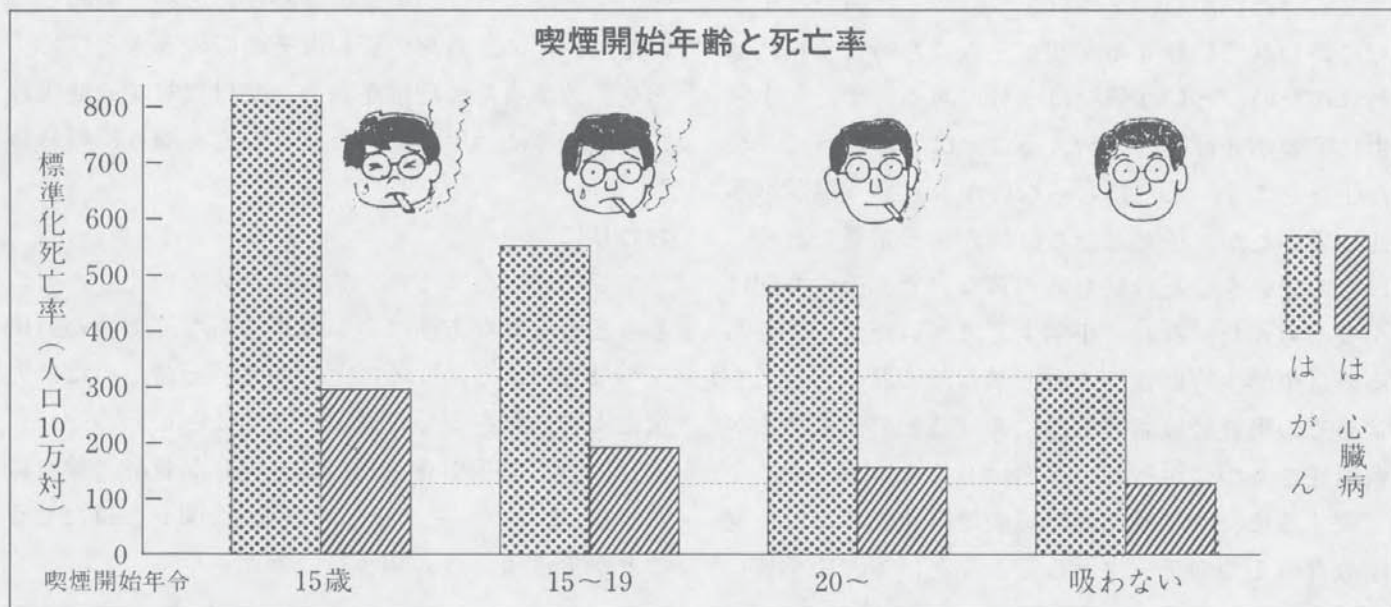
教職員の研修と学校保健

文部省体育局 体育官 吉田 瑩一郎

教職員の研修は、その職責の重要性にかんがみ、絶えず研究と修養に努めなければならないこととされている。このため、教職員の研修は、国、都道府県、市町村、学校において、それぞれの機能に応じ多様に行われている。学校保健に関しても、関係教職員に対する研修が計画的に実施されているところである。

しかし、何と云っても、いじめに象徴されるような生命軽視の現象を克服して、児童生徒一人ひとりが健康、安全で幸福な生涯を全うできる力を育てていくためには、学級担任のための保健教育に関する校内研修の充実を図ることが急務のように思われる。

そのためには、学級担任が、学級で起きている心と体の健康問題について、学校医、学校歯科医、学校薬剤師と話し合う機会を定例的に設け、理解を深め、指導の糸口を見出していくといったような試みはいかがなものだろうか。



喫煙防止「手引」の活用

学校保健センター的事業

禁煙指導の手引作成委員会 委員長 平 山 宗 宏

はじめに

喫煙は健康によいところがある、と本気で考えている人はいないと思う。売る立場の言い分は別として、「健康によいとは思わないがやめられない」、とか、「こうなったら意地でもやめるものか」、という人はいるであろう。

大人が自分の責任で、喫煙場所で吸うことにまで、とやかくいうつもりはないが、子どもたちに対しては「将来の健康のために喫煙の習慣をつけさせたくない」、というのが本委員会の立場である。なお、タバコを吸うと頭がすっきりして、仕事の能率が上がる、という言い分があるが、これはタバコ依存（いわゆるタバコ中毒）になっている人についての本人の感じであって、健康な人間についてあてはまることではない。

「手引」編集の立場

委員会は、教師や児童の家族に喫煙習慣のある者が少なくないことは承知しているので、喫煙が悪いこと（社会悪）であるとはいわず、健康によくないこと、としてとり上げている。小学校の児童に、タバコを吸うことは悪いと教えれば、喫煙する父親や教師は悪人ということになってしまうからである。ただし、われわれとしても「お父さんには長生きしてもらいたいから、タバコをやめて下さい」と子どもにいわれて禁煙する父親が一人でもいてくれればありがたい、という気持は十分にある。また、小学生に喫煙防止(防煙)を教えることは、かえって“寝た子を起こす”ことにならないか、という議論も承知していたが、子どもたちは喫煙を日常見ており、けむい思いをした経験もある筈なので、その心配は不要と考えた。なお、小学生では、いたずらに、あるいは中学生等に強制されて試みたことのある者を含めての喫煙経験者は3割にのぼるとの説もあるが習慣性をもつに至っている者はあるまい。

要するに、小学校における喫煙防止指導には、健康教育の1つのテーマとしてとりあげて、中学校に

も継続させてゆくこと、喫煙を非行のシンボルとしては考えないこと、を委員会の基本路線とした、とご了解いただきたい。

指導の内容と活用

「健康とは何か」「健康を守る条件としてのよい空気は」、というところからはじめ、学年の進行にあわせて、タバコそのものの害にまで進めてゆくという順序で、指導内容の展開を考えている。一方、タバコの害を急性毒性と慢性毒性にわけて展開例をあげておいた。これまでは肺がんをはじめとする長期の喫煙習慣による害が強調される傾向が強いので、児童にわかりやすい急性毒性もとりあげた。その例としてイトミミズを使い、タバコの抽出液で変性、死滅する状況を実験ないし写真でみせる案が示されているが、これは、イトミミズならば金魚の餌であり、動物を殺す実験という印象は持たれないであろうとの意見にもとずいている。しかし、イトミミズといえども死なせるのはさけたいという意見もあるのでこの実験を提示するかどうかは、直接指導に当る教師の判断におまかせしたい。

いずれにしても、手引書に示した展開例は、学級指導を中心とした例にすぎないので、これを参考の1つとして、地域や学校の特性にあわせ、また、教師の工夫によって、児童の理解度にあわせ実施していただきたい。巻末の資料はその際の参考として、また、教師自身の理解を深め、父母に対する健康教育の機会等に活用していただくことを願って収録した。

おわりに

すでに述べたように、禁煙を進めていくうえで、もっとも有効な方法は、いうまでもなく喫煙の習慣をつけないようにすることであり、そのためには児童に喫煙の害を十分に認識させることにある。

ぜひ、この手引を活用して、児童が自身の健康に関する、よりいっそう正しい知識と、関心を持たせることができるよう、願っている。

小学校 喫煙防止の指導事例

自分の健康は、自分で守る

たばこの害を小学校の年代から理解させ、児童に健康に関する正しい知識を持たせる。

喫煙防止の指導は、教育活動のあらゆる場で展開する。特に学級指導を中心とし、学校行事等で計画的に実施する。

(1) 小学校における喫煙防止の具体例要約

学年	主題名	設定理由	指導のねらい
1年	げんきな子	睡眠、食事、運動と健全な生活習慣	健康を害する酒、たばこを含め、健康生活の態度
2年	きれいな空気	空気の汚れと換気	空気が汚れる原因の理解、進んで換気をする態度
3年	たばこの煙とわたしたち	たばこへの興味とたばこの害	たばこの煙と有害物質、その恐しきの理解
	たばこに含まれているもの	たばこ中の有害成分の理解	たばこの恐しき、たばこを喫わない態度
4年	健康に悪いたばこ	家族とたばこの害、回りの人の健康	たばこの煙は本人や回りの人にも被害
	たばこの毒	たばこの中の毒性	たばこをとかした水とイトミミズの実験
5年	たばこと病気	反抗期と喫煙、たばこの害	喫煙とガンの発生率
	たばこと心臓	たばこ・心臓や血管の変化	喫煙と心臓の動脈の変化
6年	学習や運動に悪いたばこ	未成年の禁煙と法律、脳や運動能力の低下	喫煙は、脳の機能を下げ、運動能力の低下をきたす
	たばこと寿命	たばこと寿命の相関	喫煙者はたばこを吸わないものより短命

(2) 資 料

本書は、第6章に資料を掲げ、保健指導の一層の効果をあげようとしている。「たばこを1本吸った時の動脈血中ニコチン濃度」等、18項目とその解説がある。児童はもちろん、教師自身の喫煙に対する意識を改め、父母の関心を高めるのに役立つだろう。

1. 主流煙と副流煙
2. 気道“空気の通道”とその名称
3. たばこを1本吸った時の動脈血中ニコチン濃度
4. たばこ喫煙の心臓、血管系機能に及ぼす影響
5. たばこ喫煙の呼吸系機能に及ぼす影響
6. たばこを一服すると頭はスッキリするのか
7. 喫煙と呼吸器系症状有症率の関係
8. 喫煙習慣と呼吸器系症状有症率
9. 非喫煙者と比較した場合の喫煙者の呼吸器系疾患による死亡比
10. 非喫煙者と比較した場合の喫煙者のがんの死亡比
11. いろいろな環境及び発生源における一酸化炭素(CO)濃度
12. 受動的喫煙による眼の刺激の経時的変化
13. きれいな肺とたばこによって汚れた肺
14. たばこによる毛細血管の収縮
15. サーモグラフィで見た皮膚温の変化
16. たばこによる血管の変化
17. イトミミズの実験
18. 禁煙場所・喫煙場所の様子



資料9 喫煙とり患率 (P.28)

(3) 学習指導の展開例

前述の“小学校における喫煙防止の具体例”18項目と、20分程度で行う学級指導の展開例がある。次は、6年生「たばこと寿命」の例である。

1. 主題設定の理由

小学校の最終学年に当たり、たばこの人体影響の総決算ともいえるべき、たばこと寿命との関係について扱うことが必要である。これまでの指導との関連性を考え、死亡原因としての心臓病にも触れるが、

3. 展 開

個々の病気を扱うのは中学校以降にゆずり、ここでは、たばこと寿命との関係に焦点を当てて、本主題を設定した。

2. 指導のねらい

- (1) たばこを吸っている者は、たばこを吸っていない者に比べて短命であることを理解させる。
- (2) たばこを吸うことは寿命を短くしていることを理解させ、将来にわたってたばこを吸わない決意をもたせる。

指 導 事 項	学 習 活 動	指 導 上 の 留 意 点
<p>1. 喫煙量と寿命</p> <p>2. 喫煙者と心臓病の危険性</p> <p>3. 心筋梗塞</p> <p>4. 喫煙しない決意</p>	<p>たばこを吸っている人とたばこを吸っていない人とでは寿命がどうちがうのだろうか。</p> <p>1. たばこを吸う者は平均して何年生きられるか、TPシートを見て話し合う。</p> <p>(1) たばこを吸っている人とたばこを吸っていない人の差</p> <p>(2) あまり吸わない人とよく吸う人の差</p> <p>2. たばこを吸う者は心臓病で死亡する率が高いことを示すTPシートを見て話し合う。</p> <p>(1) たばこを吸う人とたばこを吸わない人</p> <p>(2) あまり吸わない人とよく吸う人</p> <p>3. たばこを吸い続けると血管はどうなるか話し合う。</p> <p>4. 将来にわたってたばこを吸わない決意を書く。</p>	<p>・同じ喫煙者でも、量の多いほど短命であることを示し、たばこと寿命の関係の強いことを理解させる。</p> <p>・平均余命とは、ある年齢の者があと何年生きることができるかを示す数値であり、0歳の平均余命を平均寿命という 主題名には、一般的な意味で寿命という話を用いてある。</p> <p>・心筋梗塞の心臓写真供覧</p> <p>・喫煙を続けると心臓を養う血管が固く、もろくなり、詰ってしまいやすくなることを説明する。</p> <p>・理解の程度に応じ、たばこががんの関係について触れるのもよい。</p> <p>・具体的に決意を書かせ発表させる。</p>

4. 準 備

- ・TPシートまたはスライド（喫煙量と平均余命の図、喫煙量と心臓病死亡率の図）を用意する。
- ・心筋梗塞の心臓写真(スライド)を用意する。

5. 評 価

- (1) たばこにより寿命を縮めていることが理解できたか。
- (2) 小学校でのたばこについての教育を通じ、生涯たばこを吸わないという決意ができたか。

Q&A — 学校保健活性化のための —

Q 保健指導の基礎知識ということばをよく聞きますが、どのような観点でとらえたらよいでしょう。喫煙防止指導に例をとり教えてください。

A 東京都教育庁指導部初等教育指導課指導主事
“禁煙指導の手引” 作成委員

深 海 龍 夫

保健指導の基礎知識は、保健の基礎知識とは違い、あくまで指導の側のものであり、指導に当っての基礎となる知識（事項）と考えなければならない。いま喫煙防止指導（とくに小学校）を例にとって考えてみたいと思います。

小学校における喫煙防止に関する保健指導には、その目標に、喫煙の自他に及ぼす害の認識、たばこに対する正しい判断力と生涯にわたって喫煙しない態度を養うことを挙げている。さらに、この目標の実現にあたり、低・中・高学年と発達に応じた指導のねらいがあり、そのねらいにもとづく指導内容があります。これらの目標・ねらい・指導内容はまず指導に当っての基礎となる知識で、これをもとに各学校では指導計画を作成します。

この指導内容を児童が具体的に理解し体得できたとき、それらは児童にとっての基礎知識となりましょう。しかし、この場合も単なる知識でなく新たな問題を解決するために生きてはたらく知識なのです。この実現を図るために指導は進められねばならないのです。

そこでさらに指導の実を挙げるために、次の点を理解しておくことが大切です。

- (1) 学校における教育活動の全体を通して計画的・継続的に指導すべきこと、とくに学級指導に重点をおき、実態に即して個別指導の必要のあること。
- (2) 家庭・地域とも連携を図り、PTA活動や保健委員会の協力のもとに、下校後や校外の指導を考えるべきこと。
- (3) 喫煙の害についての実際や、それを裏づける諸統計や資料について理解しておくべきこと。

以上のように保健指導の基礎知識としては、単なる指導内容だけでなく、その指導の方法・場面等もしゅうぶん考慮し、理解しておかなければならないと思います。

北から南から

「喫煙防止に関する保健指導の手引き」 の活用について

愛知県学校保健会 事務局 河 合 康 道

愛知県の各小学校（名古屋市を除く）の指導の実際に当たっては、9つの教育事務所の管下にある市町村教育委員会で、その地域の実態をふまえた教育課程を編成している。また、その教育課程に基づいて、各教科ごとに年間指導計画例も作成している。

各小学校では、それらを参考にしながら地域や子どもの実態をふまえて、各学校独自の教育課程を作成し、指導が展開されている。

保健指導も、「学級指導」の年間指導計画に位置づけ、その中に喫煙防止についての指導も取り上げられている。

したがって、今回の手引書の効果的な活用については、各教育事務所及び市町村教育委員会からも、十分配慮していただくようお願いしていきたい。

現在は、手引書の送付からまだ日数が少ないため、具体的な活用の例や指導事例がないので、小学校の先生方の感想や活用についての考え、要望などについて述べてみたい。

〈感 想〉

- 喫煙防止に関する指導は、高学年で行えばよいと考えていたが、今回の手引書が第1学年から6年の見通しをもって、発展的に指導するように書かれていて、大変参考になった。
- 授業実践に対して、具体的な展開例や指導上の留意点などがあって、授業案をつくる時の参考になると思う。
- 全体的な内容が「たばこの害」にしぼってあるので、低学年の指導では「たばこを吸っている人は悪い人」と見せないような指導も手引書の趣旨のとおり欠かせてはならないと思う。

- 4年生でニコチン、一酸化炭素、心臓疾患にいたる過程などの用語や資料は、やや高度ではないかと思う。
- 各学校の実態によっては、各学年1～2単位時間の指導計画よりも、喫煙防止のイメージを広げていくには、10～20分ぐらいの指導をくり返していくように変更作成して行く方法もあるように思う。

〈活用について〉

- 大変よい内容なので、管理職の先生にお願いして、校内現職教育等で全教職員の共通理解を図り、指導に十分活用していきたい。
- 全体にすばらしい手引書のうえ、資料編の資料もすばらしく、貴重なものなので、授業だけでなく「保健だより」などでも取り上げ、広く保護者にも理解してもらうようにしていきたい。
- 低学年では、喫煙している人に批判的になりがちなので、家庭で喫煙防止についての話し合いの場をもつような指導も考えていきたい。

〈要 望〉

- 大変よい手引書なので、もっと多くの冊数がほしい。できれば全担任がよいが、せめて各学年1冊はほしいように思います。
- 喫煙防止だけでなく、今後も健康や発育を阻害する「シンナーやアルコール」などについても、同様の指導手引書をつくっていただきたいと思いません。
- 資料にあるカラー写真は大変きれいで、わかりやすいと思います。これらは、学校でつくりなおすこともできないので、TPで写して授業ができるようなものをつくっていただけませんか。



第 50 回 全国学校歯科保健研究大会 156名に文部大臣表彰

第50回全国学校歯科保健研究大会は、9月19、20日の両日、岩手県盛岡市にて全国より1500名の学校歯科保健関係者の参加のもと「学校歯科保健の管理と指導の調和」をメインテーマに盛大に開催された。

昭和6年の第1回大会から半世紀を迎える記念すべき大会である。この第50回大会記念として開会式において、永年にわたり学校歯科保健活動に貢献した156名の先生方に、文部大臣表彰が行われ、また、「全日本よい歯の学校表彰」の新しい基準により、学校規模の大・中・小に応じて、最優秀校それぞれ1校ずつ合計3校に文部大臣賞が授与された。

第1日は県民会館にて式典と岩手大学名誉教授板橋源先生による「平泉藤原氏の成立とその文化」の記念講演と、全体シンポジウムが行われた。

第2日の第1領域は、雫石町立西根小学校にて“学校・家庭・地域と学校が一体となった歯科保健活動”の研究協議会があり、第2領域は県民会館にて“学校におけるむし歯予防活動のすすめかた”と題して事例報告があり、午後は全体協議と大会宣言文が発表され2日間にわたる大会を閉じた。

(会報編集委員・日本学校歯科医会 石川 行男)

日本学校保健会だより

文部省体育局の人事異動



國分体育局長



青柳大臣官房審議官

文部省では、9月1日付けで、体育局長、大臣官房審議官の異動がありました。

体育局長に國分正明氏(こくぶん まさあき)(前高等教育局私学部長)が就任され、大臣官房審議官(社会教育局・体育局担当)に青柳徹氏が前大臣官房人事課長が就任され、前体育局長加戸守行氏は教育助成局長に、前大臣官房審議官(社会教育局・体育局担当)澤田道也氏は社会教育局長にそれぞれ栄転されました。

また、9月10日付けで、体育局学校保健課課長補佐の異動がありました。

課長補佐に藤井陽光氏(前総務庁青少年対策本部参事官補)が就任され、前課長補佐土居正氏は、文化庁文化財保護部伝統文化課課長補佐に栄転されました。

◇ 新 刊 ご 案 内 ◇

小 学 校

喫煙防止に関する保健指導の手引

本会の喫煙等防止指導委員会が編集。内容の概要は本号で特集しています。

(テレビ新聞等でも報道されました。)

たばこの害から子どもを守るための手引書です。

ご注文は本会事務局まで。 頒価1部800円



(中 表 紙)

発行 財日本学校保健会 東 俊 郎 〒106 東京都港区虎ノ門2-3-13 第18森ビル 電話(501)37850968 振替口座東京4198761 預金一部1000円(送料共)

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



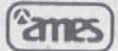
製造発売元 河合製薬株式会社 東京都中野区新井2-51-8



どちらかひとつをお選びください。

エームスの尿潜血・蛋白質同時検査試験紙。

エームスは新しい検査方法を先駆けて



尿中潜血・蛋白質・pH同時検査用試験紙

キッドスティックスⅢ

尿中潜血・蛋白質・ブドウ糖・pH同時検査用試験紙

マコンビスティックスⅢ

マイルス・三共株式会社

東京都中央区銀座1丁目9番7号 〒104 ☎(03)567-5511

販売元:

三共株式会社

東京都中央区銀座2丁目7番12号 〒104 ☎(03)542-3511

●学校保健の総合月刊誌

健康教室

いつもフレッシュな現場のための専門誌

例月号定価 600円

特集増刊号(年3回) 各650円

臨時増刊号(年1回) 800円

学校保健専門出版

東山書房

京都(075)841-9278

東京(03)553-8358

●一般向け資料集・指導書(日本学校保健会編)

61年度版学校保健の動向 B5判 320頁 2,200円

保健指導に必要な知識100題

A5判 210頁 1,100円

(小学校)学級担任のための歯の保健指導

B5判 174頁 1,580円

たばこの害から子どもを守るための手引書!!

小学校 喫煙防止に関する保健指導の手引

(財)日本学校保健会 編

本書は、(財)日本学校保健会が文部省の委託を受け、専門委員会で研究しまとめた、小学校における喫煙防止に関する保健指導の手引書です。

★A5・定価800円<千200円>



第一法規

<〒107> 東京都港区南青山2-11-17
☎(03)404-2251/振替東京3-133197

養護教諭実務 質疑応答集 全3巻

養護教諭実務研究会 編

★B5・加除式・台本定価10,000円★

養護教諭の執務を、教育現場の立場から具体的な実践事例をもとに、その役割と義務についてわかりやすく具体的に、問答形式で解説。

“ふだんの予防で、元気な毎日”まず手洗い!!

殺菌 消毒用 シャボネット石鹼液 2.0L

日本学校保健会推せん No.659

精製ヤシ油を原料にした殺菌、消毒用石鹼液で、手洗いのあといや～な臭いが残りにませんので喜んでお使いいただけます。シャボネット容器に入れ、水で7～10倍にうすめてお使いください。

サラヤ株式会社 TEL(06)797-2525

東京サラヤ株式会社 TEL(03)458-1515

（本会報は、拠出金と、本会への船舶振興会助成金により作成しました）