

学校保健

JAPANESE SOCIETY
OF
SCHOOL HEALTH

平成27年5月

No. 312

(公財)日本学校保健会ホームページアドレス
<http://www.hokenkai.or.jp/>



(公財)日本学校保健会



平成27年度年間テーマ「健康相談とその活動」

健康相談を多角的な面から

茨城大学教育学部 教授 瀧澤 利行
(会報「学校保健」編集委員会 委員)

会報「学校保健」編集委員会では、今年度の特集テーマを「健康相談とその活動」に選びました。学校保健安全法の中で学校が行うべき業務として明確に「健康相談」(第8条)と「保健指導」(第9条)が示されました。すでに平成9年の保健体育審議会答申の中で、養護教諭の主体的な活動として「健康相談活動」の重要性が指摘されていましたが、法的に根拠が明らかにされました。一方で、教育職員免許法施行規則では第9条で養護教諭養成における養護に関する専門科目として「健康相談活動の理論及び方法」が定められており、養護教諭がなすべき活動として「健康相談活動」が挙げられています。「健康相談」を医学的、保健的観点から行われる相談であり、健康相談活動はそれと関連しながら養護教諭が養護活動の一環として行う子どもの発達を支援する教育的機能を含んだ活動とされていますが、なお種々の議論もあるようです。特集ではこれらを含めて健康相談を年間テーマとして多角的に取り上げていく予定です。

主な誌面

- 特集 健康相談とその活動①
健康相談および健康相談活動について……2～3
- 危険ドラッグについて……4～5
- シリーズ⑤「健康教育をささげる」
栄養教諭・学校栄養職員の現場から……6～7

- 健康教育推進学校表彰校の実践①
岩手県西和賀町立湯田小学校……8～9
- 児童生徒に対する
適切な妊娠・出産・育児の学校教育の充実を……1410
- 平成27年度「学校保健用品・図書等推薦」一覧……1511

平成27年度「学校のアレルギー疾患」支援事業

学校のアレルギー疾患に対する取り組みガイドライン 要約版等解説・食物アレルギー対応研修会(仮称)開催のお知らせ

本年度は左記の3カ所で開催を予定しています。広域で募集しますので、開催県(府)以外の方も参加できます。会場等の詳細は、決定次第、学校保健ポータルサイト等でお知らせします。

開催予定地	日 程
熊本県熊本市	平成27年7月24日(金)
大阪府大阪市	平成27年7月29日(水)
宮城県仙台市	平成27年8月11日(火)

■研修会内容 各会場共通(予定)

午後開会予定

シンポジウム(実践事例)	講 演	実技研修(質疑応答)
①養護教諭 ②管理職(校長) コーディネーター 文部科学省担当調査官 (要約版・DVD活用実践・解説)	現状と課題(仮) アレルギー専門医(要請中)	①エピペン®の正しい 取り扱い ②質疑応答

回覧

校 長	教 頭	保健主事	養護教諭	養護教諭	PTA会長	学校医	学校歯科医	学校薬剤師

【お知らせ】「学校保健」は年6回(奇数月)の発行です。学校保健委員会の参考に学校医等の方へもご回覧ください。

平成27年度

特集 健康相談とその活動 I

健康相談および健康相談活動について

東京都医師会学校医委員会 副委員長
会報「学校保健」編集委員会 委員

山田 正興

平成27年度の「学校保健」では、『健康相談とその活動』を年間テーマとして取り上げます。子どもたちの多岐にわたる健康課題に対応するための相談体制のあり方について共に学んでいきたいと思えます。学校現場で実際に行われている『健康相談』の事例などがありましたら是非ご投稿下さい。今回は、健康相談の法的な位置付けを踏まえ、総論的な内容を掲載いたします。



健康相談その法的根拠

健康相談は、学校保健安全法第8条に「学校においては、児童生徒等の心身の健康に関し、健康相談を行うものとする」と明記されています。安全法施行規則においても第22条には学校医、第23条には学校歯科医、第24条には学校薬剤師の各々の準則が「法第8条の健康相談に従事すること」として記載されています。一方、安全法第9条には「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、その保護者に対して必要な助言を行うものとする」とされています。さらに安全法第10条では「学校においては、救急処置、健康相談又は保健指導を行うに当たっては、必要に応じ、当該学校に所在する地域の医療機関その他の医療機関との連携を図るよう努めるものとする」との記載もあります。このことから「健康相談」や「健康相談活動」については養護教諭と学校三師との連携、さらには保護者やその他の医療機関をはじめとする関係機関等との連携も必要とされています。

学校医、学校歯科医および学校薬剤師が行う健康相談

各学校において健康相談が必要と思われるのは、以下のような場合が考えられます。

- 1) 健康診断の結果、継続的な観察指導を必要とする者
- 2) 日常の健康観察の結果、継続的な観察指導を必要とする者
- 3) 欠席が多い者
- 4) 心身の異常を自覚して自発的に健康相談の必要を認めた者
- 5) 保護者の依頼によって健康相談の必要を認めた者
- 6) 修学旅行や宿泊行事、移動教室、遠足、運動会、対外運動競技等の学校行事に参加さ

せる場合に必要と認めた者

健康相談には、健康管理として行う相談と健康教育として行う相談があります。健康管理として行う相談のひとつに、健康診断の結果、継続的な観察指導を必要とする場合に行われる健康相談があります。健康診断は、集団を対象として行うスクリーニングであり、確定診断をつけるものではありません。子どものある時点での横断的な健康状態の評価ですから、その結果、継続的な観察が必要となる場合があります。かかりつけ医へ診断を依頼し、学校生活での注意事項等について意見を求め、必要があれば保護者に生活習慣など、家庭での生活の様子を聞くこともあります。疾病に

よっては、学校生活管理指導表の提出を求めることもあります。健康相談を行う上では、カウンセリング的なアプローチも必要となります。カウンセリングとは、心やからだに不安を持ち、悩んでいる者に対し、健康なからだや精神を回復させ、正常な学校生活に復帰できるように支援することです。相談の内容は身体的なものばかりでなく、精神的な問題も多くなっていますので、健康相談の支援体制もこれに応じて、スクールカウンセラーや精神科医師との連携も必要となります。アレルギー性疾患を有する児童生徒への対応は提出された学校生活管理指導表に沿って、担任教諭、栄養教諭（学校栄養職員）、保護者等と情報交換により、安全な学校生活への配慮が検討されます。食物アレルギーを有する児童生徒については給食食材だけに限らず、家庭科などでの教科での実習、移動教室での食材など多くの学校関係者との連携・協議、情報の共有が求められます。また、気管支ぜんそくを有する児童生徒の場合は、常備薬の服用状況、発作時の対応、運動誘発性での発作の有無などきめ細やかな情報を確認する必要があります。東京調布市の事件を契機にアナフィラキシーに対する知識の啓発、エピペン[®]の使用などについて健康教育のひとつとして校内研修が必要となりました。このような研修については学

校医が主体的に関わり、少なくとも年1回程度はロールプレイなどを取り入れた研修が行われています。

児童生徒の中には口臭を気にする子どもたちもいます。口臭がいじめの原因になることもあります。学校歯科医が口腔状況の把握・分析し指導することが必要です。口腔状況に問題がない場合は、耳鼻科学校医やスクールカウンセラー、地域の精神科医との連携が必要な場合もあります。最近では歯周病予防が重要とされています。歯周病は生活習慣病と密接な関係もあり、歯の健康にとどまらず、児童生徒の生活習慣への指導も必要となりますので、養護教諭や保護者などを通じて解決に向け支援することも必要です。学校薬剤師は日常的に服薬をしなくてはならない疾患を有する児童生徒に対して、学校生活での注意点や服薬指導を通じて健康相談活動を行っています。一方では、薬物乱用防止教育や禁煙教育などの健康教育に積極的に参画しています。このように、健康教育上意義のある健康相談や健康教育は学校現場での児童生徒の安全管理のために色々な場面で行われています。特に最近では、相談内容も身体的なものばかりでなく、精神的な問題も多くなり、地区医師会などを通じて地域の精神科医療機関等とも連携した健康相談体制の構築が求められています。

健康相談における連携

【校内における連携】

養護教諭および他の職員は、問題を発見した場合は、担任等と情報交換を行うなど問題の背景要因を捉え、問題の本質を見極めることが重要です。問題に応じた相談・支援の方法を検討しながら健康相談活動を進める必要があります。また、校内組織が機能していない場合もあり、健康相談活動が校内組織や支援チームと連携し、効果的な支援が行えるよう働きかけていくことも必要です。機能する組織とするためには、管理職の参加が強く望まれます。定期的な会議を通じて、情報交換、事例検討、方針や支援方法の見直し、評価などを行い、問題を解決していくことが必要です。また必要に応じて、学校医や学校歯科医、学校薬剤師等の力を借りることも有効な手段となります。

【保護者や関係機関との連携】

近年のアレルギー疾患を有する児童生徒の増加、アナフィラキシーによる健康被害などの発生を受けて、学校生活管理指導表の重要性が高まっています。学校生活管理指導表は保護者から学校

に対してどのような配慮を求めているか、当該の児童生徒がどのような学校生活が可能であるかを知る大切な資料です。学校生活管理指導表の内容に基づいて校内での情報共有と対策について検討し、学校医からの指導、保護者からの情報などを総合的に判断し、児童生徒一人ひとりについてのリスクマネジメントが構築されます。最近では、社会生活の多様化等により、児童生徒の抱える健康課題は多岐にわたります。多くの健康課題は、養護教諭等がその相談を日常的に受けています。養護教諭等は、子どもの心身の健康状態から専門的な相談が必要と考えられる場合は、学校医、学校歯科医、学校薬剤師等と協議し、専門医につなげることも必要となります。学校で対応できるものか、病的なものが疑われるかの見極めは、養護教諭の重要な役割のひとつと考えられます。



危険ドラッグについて

公益社団法人日本薬剤師会学校薬剤師部会 幹事
一般社団法人愛知県学校薬剤師会 副会長

木全 勝彦

1.はじめに

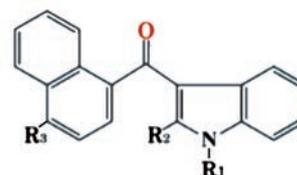
未成年者による喫煙や飲酒、青少年による薬物乱用について、学校での喫煙、飲酒、薬物乱用防止に関する指導・教育の充実強化が求められているなか、いま新たに「危険ドラッグ」について、児童生徒等への教育および啓発活動を積極的に行うことで、新たな乱用薬物の根絶を図ることが求められています。しかしながら、麻薬5法で規制される麻薬・大麻・あへん・覚醒剤・向精神薬、毒物および劇物取締法で規制されるシンナー・トルエンといった薬物と比較して、旧薬事法が改正された医薬品医療機器等法で規定される「指定薬物」についての正しい知識をもつ指導者は少ないといえ、医薬品の適正使用等を含めて児童生徒に正しく指導するためには、薬の専門家である学校薬剤師を活用することが求められ、新たな「危険ドラッグ」の乱用防止の徹底についての指導者教育ならびに児童生徒等への薬物乱用防止教育が望まれています。

2.危険ドラッグとは

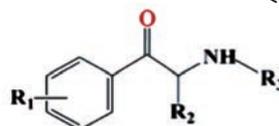
危険ドラッグとは、麻薬に類似する物質を含み、多幸感や快感を高め、幻覚作用などを得る目的で使用する製品の総称で、主にインターネット、アダルトショップ等で販売されています。その名称は、これまで「法の網にかからない」という誤解から、合法ドラッグ、脱法ドラッグ、脱法ハーブ、違法ドラッグなど、様々な呼び名が用いられてきましたが、最近、使用者が重大な事故を引き起こしたり、犯罪に及んだりする事例が頻発し、死亡者も出て社会問題ともなったことなどから、平成26年7月22日より、「規制の有無を問わず、使用することが危ない物質」という意味で危険ドラッグという新呼称を使用することとされました。

危険ドラッグの多くは医薬品医療機器等法上の指定薬物を含んでおり、なかには麻薬を含むものもあります。しかし、たとえこれらを含んでいないとしても、その作用から無承認無許可医薬品^{*}に該当するとされています。主な成分には大きく三つの系統があり、一つは「合成カンナビノイド系」と呼ばれる大麻の主成分の化学構造に類似する薬物が使用され、主に乾燥植物片から検出されます。二つめは「フェネチルアミン系」、三つめは「カチ

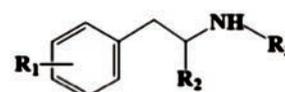
ノン系」と呼ばれるもので、覚醒剤の化学構造に類似した薬物で主に液体や粉末から検出されています。



①合成カンナビノイド系
<包括指定1号>



②カチノン系
<包括指定2号>



③フェネチルアミン系

また、指定薬物以外では、大麻、植物片（薬効のあるハーブ類、キノコ類等）、無承認無許可医薬品が含まれている場合もあります。

つまり「危険ドラッグ」は、指定薬物（麻薬や覚醒剤によく似た合成薬物）を植物片に混ぜたり、水溶液で溶かして液体にしたり、また粉末にしたりしたもので、麻薬や覚醒剤の化学構造のほんの一部を変えることで、「麻薬や覚醒剤ではない」とされてきましたが、実は麻薬や覚醒剤と同様の作用をもたらす、非常に危険な成分を含んでおり、その上、化学構造を変えたことで、麻薬や覚醒剤以上に危険になっているものもあります。

3.指定薬物とは

医薬品医療機器等法で中枢神経系の興奮もしくは抑制または幻覚的作用を有する蓋然性が高く、かつ、人の身体に使用された場合に保健衛生上の危害が発生するおそれがあるもののことで、規制薬物の化学構造式の一部を変更することで法の規制を逃れたり、指定されてもその所持・使用・購入・譲り受け等を規制する法律がなかったことから、平成25年1月以前には約90物質が指定されていただけでしたが、指定薬物制度に包括指定が導入されたことで、平成27年1月には1400物質以上にまで増加しています。しかし、今後も新たに指定される薬物が増加することは確実で、新たな薬物の出現は止まることなく増えるものと考えられています。

4. 危険ドラッグの販売形態

一般に乾燥ハーブと化学物質を混ぜたいわゆる「脱法ハーブ」と呼ばれたもののほか、粉末・液体状あるいは錠剤など様々で、お香・アロマ・観賞用と称してハーブ専門店・雑貨店・アダルトグッズ店等で販売されています。そのパッケージには、「人体目的使用禁止」、「飲用禁止」といった表示がされているものが多くみられますが、実際に使用している人は、人体に摂取するものであることを認識して購入しているのが実態で、販売店もそれを認識しており、法に基づいて担当職員が立ち入り調査に入った際に店員に聞いても、「人体に使用しないように説明して販売している」と答えることが多く、人体使用は自己責任と言いつけるケースがよくありました。

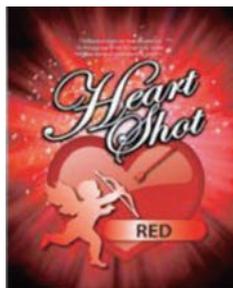
最近では取り締まりが強化されたことから、実店舗での販売は見られなくなってきましたが、業者の多くは店舗やネット販売から宅配（デリバリー）等に移行するなど、地下に潜るといった状況が見られ、今後も注意が必要といえます。

5. 危険ドラッグの害

危険ドラッグの使用でみられる主な症状としては、

- ①急性中毒症状
- ②精神依存として薬物探索行動
- ③身体依存として各薬物に特有な離脱症状（禁断症状）
- ④身体障害の症状
- ⑤薬物中毒による精神障害

などがあります。「嘔吐が止まらない」「瞳孔が開き、突然暴れ出す」「意識が朦朧とした状態となる」「突然服を脱ぎだし、訳の分からないことを叫ぶ」等の症状により、病院に救急搬送される例が増していますが、これらは危険ドラッグに含まれる成分が脳に刺激をもたらし、錯乱等を生み出しているためと考えられます。さらに、含まれている成分や含有量・薬理効果・毒性等には不明なものが多く、均一性もないことから、使用した時、何が起こるか本当に誰にも予想できず、最悪、毒性が強いものや量が多かったりした場合には、依存を引き起こす前に急性中毒で死亡することもあります。例としてその吸引によって、1都4県で2週間あまりの間に9名を死亡させた「ハートショット」と呼ばれる製品は致死率が非常に高い強力なもので、合成カンナビノイドの一つである5F-ADBを使用したものといわれています。



6. 危険ドラッグに対する法的規制

旧薬事法が「医薬品医療機器等法」に改正され、平成26年4月1日より、指定薬物についての所持・使用・購入・譲り受けが新たに禁止されるとともに、平成26年12月17日の一部改正により、厚生労働大臣が「指定薬物と同等以上に有害な疑いがある」と認めた場合、その販売禁止や広告中止等を命令できるとともに、その薬物の名称や形状、包装等から同一と認められる製品についても、製造・輸入・販売・譲り渡し・広告などを禁止できるようになりました。即ち、新たな危険ドラッグが発見された場合、その製品だけでなく、それと同様の製品についても、指定薬物の指定を待たずに製造・販売などを禁止することができ、その後の検査・分析を経て指定薬物に指定されれば、改めてさらに厳しく規制されることになっています。また、ネット上の違法広告についてもプロバイダへの削除要請が可能となりました。

さらに、こうした規制を補完する形で大都市を抱える自治体では、独自の条例を制定したりしています。

7. おわりに

危険ドラッグの乱用は、自らの身体に悪影響を及ぼすばかりか、他人を傷つけることもあり、絶対に許されるものではありません。「一度だけなら」や「危なくないから」は「ウソ」であり、ゼツタイに「持たない、もらわない、買わない、使わない」の四つを守ることで、危険ドラッグ乱用の根絶を図っていただきたい。そのためにも、児童生徒に正しい適切な知識を伝え、「なぜいけないのか」を十分に周知させることが必要で、啓発資料等を活用して薬物乱用防止教育の指導強化を図っていただくようお願いいたします。

**危険ドラッグはゼツタイに
持たない！もらわない！買わない！使わない！**

“一度だけなら”や“危なくないから”はウソ！

薬物については偽りの情報も多く、正しい情報が伝わりにくいことから、使用者の死亡事例、使用者が引き起こした事件・事故等が急増しています。

ハーブ系の錠剤
（カンナビノイド）

Q：危険ドラッグって？
A：麻薬や覚醒剤といった、法律で規制されている薬物を「脱法ハーブ」として偽装して製造・販売されているものを指します。見た目や匂い、効果など、麻薬や覚醒剤と似ているものも含まれています。

Q：何が危険なの？
A：麻薬や覚醒剤といった、法律で規制されている薬物を「脱法ハーブ」として偽装して製造・販売されているものを指します。見た目や匂い、効果など、麻薬や覚醒剤と似ているものも含まれています。また、中には「脱法ハーブ」として偽装して製造・販売されているものの中には、非常に強い毒性を持つものもあり、誤って摂取すると、命を失う危険があります。

※ 脱法ハーブ、カンナビノイド、1-PPAC、5F-ADB等の危険ドラッグ

※ 麻薬や覚醒剤、カンナビノイド等の危険ドラッグ

危険ドラッグ啓発資料（ダウンロード可）

- ・指導者用 PP 資料 ・PP 解説 ・FAQ 集
- ・中高校生用 PP 資料 ・ちらし（生徒用）
- （公社）日本薬剤師会 HP：[http : // www . nichiyaku . or . jp /](http://www.nichiyaku.or.jp/)
- （一社）愛知県学校薬剤師会 HP：[http : // yak . a - gaku . jp /](http://yak.a-gaku.jp/)

※ 無承認無許可医薬品
医薬品医療機器等法に基づく品質・有効性・安全性の確認がなされていない物質のこと

シリーズ 51

「健康教育をささえる」～栄養教諭・学校栄養職員の現場から～

長野県における児童生徒の食に関する実態調査とその活用について

長野県学校保健会栄養教諭・学校栄養職員部会食に関する指導委員会

駒ヶ根市赤穂学校給食センター 栄養教諭 埋橋 恵美

I はじめに

長野県学校保健会栄養教諭・栄養職員部会では、児童生徒の食生活等の実態を把握し、その結果をもとに効果的な食に関する指導を実施し、評価をすることを目的に、平成16年度から「児童生徒の食に関する調査」を3年に1回継続的に実施しています。

調査内容は自記式アンケートで、朝食、家庭の

食事、食の意識、生活リズム、学校給食等について、県内全ての小学校5年生、中学校2年生合計約4万人を対象に行いました。

平成25年度に実施した調査結果について、朝食に関わるデータを中心に、過去3回の調査結果と比較検討し、児童生徒の食に関する実態や指導の成果・課題を報告します。

II 調査結果

朝食を「毎日食べる」小学生は92.3%、中学生は87.9%でした。平成16年度と比較すると小学生で7%、中学生11.4%増えており、多くの児童生徒は毎日朝食を食べています。しかし平成22年度との比較では大きな変化が見られず、上げ止まりの傾向にあると考えられます。(図1)

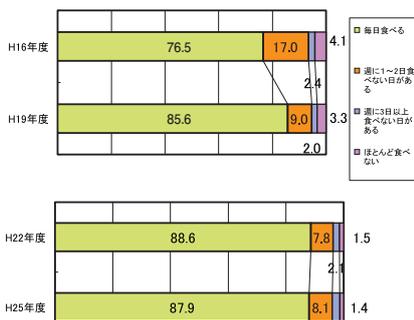


図1 朝食の喫食状況(中2)

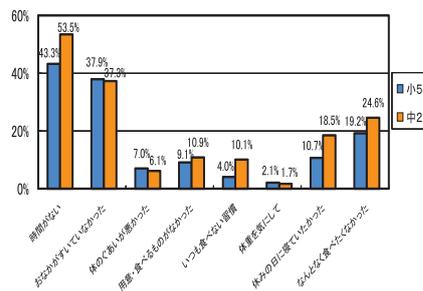


図2 朝食欠食の理由(複数回答)

欠食の理由は、小学生・中学生ともに「時間がない」「おなかがすいていない」が多く、「いつも食べない習慣」と答えた中学生が10.1%いました。(図2)

22年度調査時の小学5年生が25年度には中学2年生になっており、回答した対象がほぼ同じであることを考えると、中学進学を含めた3年間で朝食摂取率が約5%減少していることがわかりました。欠食の理由も「時間がない」と回答する中学生が小学生より10%多く、遅寝遅起きの傾向が増えていることから、生活リズムの乱れにより朝食欠食が習慣化していると考えられます。主食+主菜+副菜のそろったバランスのよい組み合わせの朝食を食べている児童生徒は約5割でした。「副菜なし」「主食のみ」等、野菜を使った料理を食べない児童生徒が約1/3いました。(図3)

また、22年度と比較すると「煮物・おひたし」「みそ汁」を食べた割合が減るなど朝食の準備に時間

をかけることができにくくなっていることが考えられます。

「ひとりで」あるいは「子どもだけで」朝食を食べる小学生は26.9%、中学生は42%いました。中学生になると「孤食」の割合が高くなります。

(図4)

平成23年度から施行された内閣府の第2次食育推進基本計画では「共食」がキーワードとなり、家族一緒に食事をする回数が数値目標となりました。今回新た

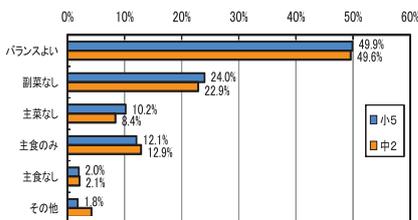


図3 朝食のバランス

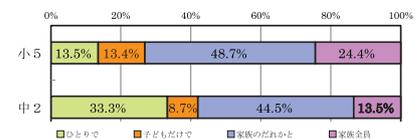


図4 朝食の孤食の状況

に「共食」について意識調査したところ、「一人で食べるより、家族や友達と一緒に食べるほうが楽しい」と答えた小学生は90.5%でしたが、中学生は79.9%という結果でした。(図5) この10%の差をどう考えるか、心の育ちを紐解く鍵の一つとして、今後の変化を注視したい課題です。

朝食を家族そろって食べた児童生徒は、「ひとりで」や「子どもだけで」で食べるよりも、朝食の組み合わせのバランスがよい傾向が見られることから、共食は朝食内容の充実につながっていると考えられます。(図6)

また、朝食をひとりで食べるより誰かと一緒に食べている児童生徒は、「共食を楽しんでいる」と思う割合が高いこともわかりました。(図7)

長野県食育推進計画(第2次)第2節「未来を

担う子どもの食育」では、「子どもたちは家族や友だちと一緒に食事をし、食の楽しさを実感することを目指すべき姿としています。児童生徒・保護者・地域へ「共食」についての理解が高まる啓発をしていくことが必要と考えます。

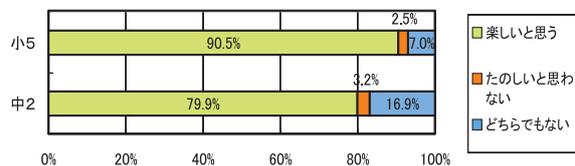


図5 共食を楽しんでいる児童生徒

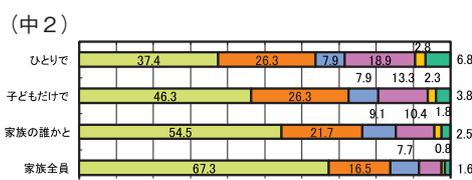
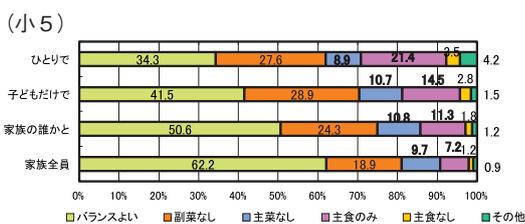


図6 「朝食の孤食」と「朝食のバランス」

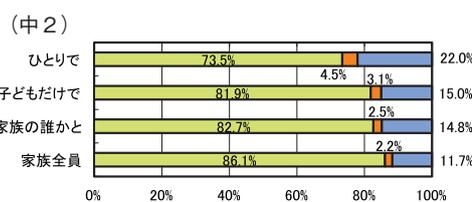
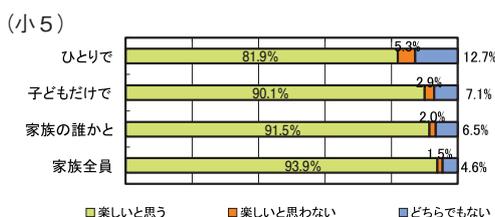


図7 「朝食の孤食」と「共食を楽しむ」の関係

Ⅲ 今後の課題

今回の調査では、新たに家族や友だちと一緒に楽しく食事をする「共食」に関する調査項目や、様々な観点からの分析を加えたことにより、児童生徒の食生活の実態や生活リズムの状況がより明らかになりました。

その結果、今後私たちが重点的に取り組む三つの課題が挙げられました。

- 朝食欠食の習慣化を防止するために、生活リズムが変化する小学生から中学生になる時期に「朝食摂取の重要性」を確認し、定着を図る。
- 簡単に作ることができる朝食の副菜メニューの紹介や常備菜の工夫等、さらに具体的な方法を示しながら、朝食内容の充実と副菜としての野菜摂取の増加を図る。
- ひとりや子どもだけの食事よりも、家族そろって食事を食べたほうが食事のバランスもよいこ

と等から、「家族や友だちと一緒に楽しく食事をする(共食)」について啓発していく。

これらの課題を解決するためには、長野県の栄養教諭・学校栄養職員全員がこの三つの課題を共有し、関係各機関との連携をもちながら、食に関する指導を推進していくことが必要と考えました。そこで全会員が児童生徒に同じ内容で指導を行うことができるように、課題に添った食に関する指導の実践事例集を作成しました。また、一緒に課題を解決していくロゴマークとキャラクターも作成し、給食だよりや食の指導など、様々な場面に登場させていく予定です。



部会作成ロゴマーク「ながりん」

Ⅳ おわりに

この調査が「健康長寿長野県」の未来を担う子どもたちの健やかな成長を育む一助になるよう、

効果的な食育の推進に取り組み、望ましい食習慣の定着化を図っていきたいと思います。

健康教育推進学校表彰校の実践①

健康でたくましい子どもの育成

～ 家庭でしつけ、学校で学び、地域で鍛える ～

平成 26 年度最優秀校 岩手県西和賀町立湯田小学校

1 学校紹介

本校は、平成 23 年度、東日本大震災後すぐに開校し、今年で4年目を迎える。24 年度と 26 年度は、「復興教育推進校」の指定を受け、健康教育と関連させた「いきる」活動の充実、防災教育と関連させ

た「そなえる」活動の具体的実践を行っている。児童数は 91 名の小規模校で、地域や家庭の学校教育、健康教育に向ける関心は大きく、協力的であり、ともに連携を図りながら教育活動を行っている。

2 健康づくり活動を総合的に

健康課題である「基本的な生活習慣づくり」「歯の健康づくり」「バランスのよい心と体づくり」にむけて、

保健指導、食育指導、全校体育指導、安全指導を総合的に進めている。

	モットー	主な活動内容
保 健	自分の心身の健康に関心がもてるような「楽しい」保健活動	「健康のめて」：年 2 回 「けんこうしゅうかん」：年 5 回 「背中シャキーン」：年 2 回 「かぜブロック 123」：年 2 回 ミニ保健指導：年 6 回 「テレビ日記」：冬休み 「健康オリンピック」：年間 親子歯みがきカラーテスト 「湯田小歯みがきの順序」での歯みがき
食 育	自校給食の良さをいかした食育指導	「訪問給食」：年 6 回 「交流給食」：年 3 回 栄養指導：全学年 食育指導：全学年 地場産物、学校田・学校畑の収穫物の活用  交流給食：2年生と5年生で
全校体育	楽しい体力づくり	業間時間：エアロビクス、ストレッチ、マラソン、ボール投げ 雲梯、竹馬、一輪車、ダッシュ、長縄跳び、短縄跳び 全校遊び：鬼ごっこ、雪合戦 体育ファイルの活用
安 全	実践力を高める安全指導	交通安全教室：年 2 回 登校班会議：年 4 回 登校班長会議：月 1 回 防災教室 「防災・安全マップ」：PTA 作成
組 織 ・ 連 携	家庭でしつけ、学校で学び、地域で鍛える	歯科衛生士による歯科指導：全学年 薬物乱用防止教室：3年生 学校保健委員会：2回 町学校保健会（朝食調べ など） 児童保健委員会（全校遊び、歯みがき CD づくり など）  歯科衛生士による歯科指導  たばこの煙とアルコールの害の学習会

児童生徒に対する適切な妊娠・出産・育児の 学校教育の充実を

～新しいいのちの誕生のために～

公益社団法人日本産婦人科医会 会長 木下 勝之

学校保健が関与する領域には、児童生徒のための健康管理、学校環境衛生、そして健康教育がある。学校保健に直接携わる養護教諭、教師、学校医等は、それぞれの分野で設定された課題の達成を目指し、子どもたちの学校生活を通して、健康増進のために尽力してきたと思われる。

しかし、女性の生涯の健康に関するスペシャリストとして、日常診療に携わっている産婦人科医師の目で、児童生徒の妊娠に関連した悲劇や性病の脅威を直接診るにつけ、学校における健康教育のなかで、性の問題、妊娠・出産・育児、そして、性病の問題など、基本的な男女の健康生理現象に関して、児童生徒に対し、果たして適切な教育はされているのか極めて疑問に感じている。

例えば、“Stating Families”の妊娠・不妊に関する男性と女性の国別の調査結果を見ると、日本人では、①「36歳を過ぎると受胎能力が落ちる」の正答率（正解はYes）は30%以下、②「40代と30代では同じくらい妊娠する可能性がある」の正答率（正解はNo）は50%以下であった等、世界の先進18か国中、日本の男性16位、女性17位と、妊娠・不妊に関しての知識レベルは極めて低いことが明らかとなっている（図1）。

実際、女性の生物学的特徴は20歳代が最も妊娠に適した時期であり、35歳を過ぎると妊娠しづらくなり、妊娠

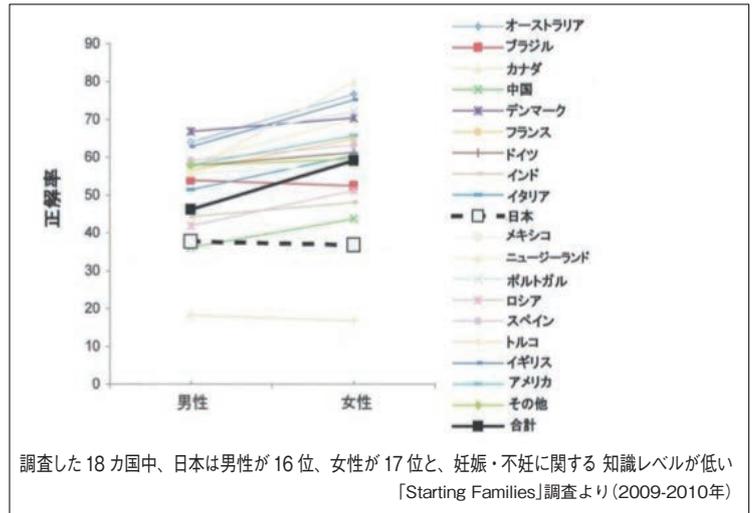


図1 妊娠・不妊の知識(国別・男女別)

しても流産率が高くなることは、妊娠分娩を担当している産婦人科医には当たり前の事実となっている（図2）。

しかし、今日の我が国の人口減少の背景を調べると、女性の身体にとって最も妊娠が望ましい時

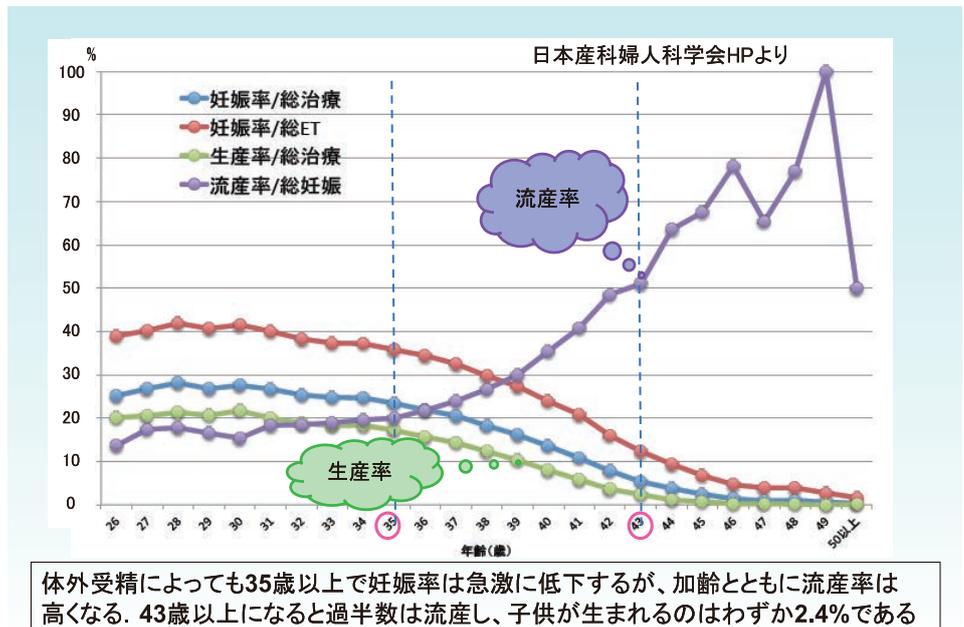


図2 ART妊娠率・生産率・流産率 2012

期である20歳代での妊娠率は年々減少し、一方流産率が上昇する35歳以上の妊娠例が増えているが、生産率は低いために、全体としては、人口減少に歯止めがかからないのが特徴である。

このように、妊娠・出産に関する女性の体の特徴について、男女の児童生徒にも、正しい女性の体の仕組みと機能に関して、適切な教育は不可欠となっている。

さらに、悲しい事実は15歳以下の出産事例は2013年だけで235例の報告がある。人工妊娠中絶を行った事例を含めれば、15歳以下の妊娠例は1558例に上がると報告されている。日本の国にとって、極めて不名誉な記録であるが、現実はこのような事例が珍しくないのである。

今後このような若年妊娠例をいかに防ぐかの大きな課題に対し、基本的に学校教育の上で性教育を、そして母親による女の子へ、父親の男の子に対する家庭での性教育を、着実に広めて実行していく時代に来ていると痛感している。

実際、文部科学省にこの件で、性教育の具体的な内容に関し、現代の小学生から中学生の生徒を対象とした取り組みを要望しても、学習指導要領にない表現は許されないという姿勢に終始し、現

実の性に関する悲劇に対して、文部科学省として取り組むべき姿勢は見えてこない。

児童生徒の性に関する知識は、コンビニの漫画本における露骨な性描写やスマートフォンからインターネットを介した性に関する情報で、すでに興味本位の知識は容易に手に入れている事実を私ども大人は認識しなければならない。

これからの学校保健の学校医として、産婦人科医を積極的に登用して、健康な妊娠・出産・育児の知識を植え付け、子どもたちへの適切な性教育、さらには、性教育に最も適切な位置にある母親にどのような仕方で行うべきか具体的な内容づくりも、産婦人科医の学校医の役割として、全国組織である日本産婦人科医会は協力する姿勢でいる。

現在、地域の校長会等との接点を持った産婦人科医は個別の校長の依頼で妊娠教育、性教育、性病の予防など、すでに始めていて、大きな成果を上げている県がある。

学校保健分野で、ご活躍の先生方には、産婦人科医の児童生徒への役割をご理解いただき、産婦人科医の学校保健における新たな展開をお願いしたい。

福祉施設における実習時に 食品取扱い従事者の検査に

腸内細菌検査(検便)キットのご案内



全国どこからでもお申し込みが可能です。
郵便や宅配便での検体提出ができ、
安全で早く安く便利です!

1セット(5名分) 2,100円(税別) ※詳細はHPをご覧ください

対象者

- 福祉施設における実習にともなう検査(実習先届出)
- 食品取扱い従事者の定期検査(学校給食衛生管理基準)
- その他検査を必要とする方

検査項目

赤痢菌、チフス菌・パラチフスA菌及びその他のサルモネラ、腸管出血性大腸菌O157

*検査機関到着から、概ね10日で成績書を発行します。

お申し込み先

公益財団法人
日本学校保健会
TEL. 03-6273-3919(直通)
<http://www.hokenkai.or.jp/>

検査機関

一般財団法人東京顕微鏡院(登録衛生検査所)

公益財団法人日本学校保健会 新刊本

※ご購入は、本会HPまたはファックスで

保健室経営計画作成の手引き
平成26年度改訂

学校経営の観点に立った保健室経営の在り方をふまえ、平成21年度発行の本冊子をさらに検証・検討した最新版。

価格：1350円
発行／日本学校保健会

小学校保健学習の指導と評価の工夫

新学習指導要領に基づく「小学校保健学習」の授業実践例や評価方法等を掲載。指導担当者のほかにも教職員養成大学の学生のテキストにも。

価格：1080円
発行／日本学校保健会

中学校保健学習の指導と評価の工夫

新学習指導要領に基づく「中学校保健学習」の授業実践例や評価方法等を掲載。指導担当者のほかにも教職員養成大学の学生のテキストにも。

価格：1080円
発行／日本学校保健会

高等学校保健学習の指導と評価の工夫

新学習指導要領に基づく「高等学校保健学習」の授業実践例や評価方法等を掲載。指導担当者のほかにも教職員養成大学の学生のテキストにも。

価格：1080円
発行／日本学校保健会

学校保健ポータルサイトからのお知らせ

クリック



日本学校保健会発行物デジタルアーカイブで公開中

- 「学校保健・安全に関する広報啓発資料の有効的な活用に向けて」
本書は、本会の「学校保健に関する効果的な広報啓発の在り方調査研究委員会」で全国調査を実施、分析結果をふまえて作成しました。
- 「心の健康に関する教育」委員会報告書
本書は、本会の「現代的な健康課題対応委員会」で、心の健康について精神保健に関わる教養という観点から検討を行い、まとめた報告書です。

学校保健会ニュース事務局
(公財) 日本学校保健会発行のメールマガジン

登録会員募集中!



<ほけんだよりプラス> “のりもの酔い” 予防対策 **公開中!!**

学校保健会ニュースでは、ほけんだよりプラス「のりもの酔い予防対策」を公開しています(各A4、1ページ)。無料でダウンロードして、児童・生徒や保護者の皆さんに配布してください。学校保健会ニュースの登録会員になると、「ほけんだよりプラス」の新しい公開情報をメルマガで直ちにお届けします。**今すぐ、ご登録ください!**

ほけんだよりプラス “のりもの酔い” 予防対策 →
<http://gakkohokenkainews.jp/plus/298/>

ほけんだよりプラス 花粉症

検索



学校保健会ニュース会員登録 →
<http://gakkohokenkainews.jp/register/>

学校保健会ニュース会員登録

検索



虎ノ門 (132)

県保健主事会の現状と活動状況

日本学校保健会に通いはじめ半年が過ぎました。会議の中で、三師会の先生方はじめ色々な方のお話を聞く機会をいただいていることに感謝いたします。そこで考えさせられるのは、保健主事の立場としてどのように学校保健との関わりを深めていくか考えさせられます。

私の所属する県保健主事会は、県内の小中学校を市町村単位で23の地区に分けそれに県立の特別支援学校と県立高等学校の合計25地区に分かれ、その中でさらに細かく分かれています。各地区代表が年に3回の会議と事務局は基本年4回です。それ以外は必要に応じて会議を行っています。地区代表の方の年度はじめの会議の挨拶の中で出てくる言葉は「保健主事の仕事は何をしたらよいか。保健主事に任命され何をしたらよいか。保健主事に任命され、すぐに地区代表になり何をしたらよいか。」という話をよく聞きます。そこで、各地区代表の年3回の会議は県教育委員会学校安全保健課の保健主事担当の指導主事の先生から県の学校保健

の現状について30分位講演していただき、学校保健について理解を深めていただくようにしています。その後、全地区の活動状況報告を発表していただき質疑の時間を設定し活動状況を共有しています。一年間の最大の行事は、毎年12月の第一週の水曜日に、県保健主事実践研究発表大会を行っています。内容は、小・中・高・特別支援学校それぞれ1校ずつの発表と「健康教育指導者養成研修」参加者からの報告、記念講演の内容で実施しています。県内小・中・高・特別支援学校を合わせ1378校ありますが、近年の参加者は500名から550名前後です。発表内容で私がいつもお願いしているのは、保健主事として、または、保健主事の立場になって「どのように学校保健に関わったのか」がわかるようにとお願いしています。

保健主事は校務分掌で任命されるので「どのような仕事をしたらよいか理解してきたところに替わる。」「任命されたが、何をしたらよいかよくわからない。」という先生方の話をよく聞きます。少しでも仕事内容の理解を深める手助けになればと思い活動しています。

(編集委員 串田 工)

編 集 後 記

学校の健康相談は、病気の既往歴や健康診断の結果、そのほか就学中の疾患や障害など様々な場面に応じて実施されます。

昨今の相談内容には、今号の11ページの本文の中で問題にあげられている望まない妊娠のほかにもスポーツによる無月経などの産婦人科領域、

摂食障害や自傷行為など精神科領域の相談も少なからずあると思います。

今年度、本誌では、年間特集としていろいろな面から健康相談をテーマに取り上げてまいります。ご期待ください。

(編集委員長 雪下國雄)

成長期のからだや下着について 簡単に指導できる「無料DVD」できました。



下着教室ツボミスクールで講師が話している内容をまとめた「テキストとDVDのセット」を無料提供しています。DVDは約10分で、視聴するだけでも知識が得られる内容です。宿泊学習前のご指導などにぜひお役立てください。

※今なら学研まんがでよくわかるシリーズ12「下着のひみつ」を差し上げています。

無料提供はホームページからお申し込みを!

ツボミスクール

検索

■その他ご不明点は下記までお問い合わせください。
TEL 0120-203-248 (受付時間) 平日 9:30~17:00



TOPICS



ツボミスクールの養護教諭コースが 全国へ無料出張いたします!

「関東」と「関西」を中心に出張しておりますが、参加者が養護教諭や学校関係者に限り全国へ無料出張させていただきます。研究会や講演会のひとつとして、ぜひお役立てください。

- コース：養護教諭コース ※対象者：養護教諭、一般教諭ほか
- 人数：30名以上
- 会場：公民館や学校などの公的施設をご手配ください
- 費用：無料 (講師料・交通費は不要です)
- 期間：年中 (6,7月を除く)

詳しい内容やお申し込みは下記までお問い合わせください。
ツボミスクール運営事務局

TEL 0120-203-248 (受付時間) 平日 9:30~17:00

平成27年度「学校保健用品・図書等推薦」一覧

推薦期間：平成27年4月1日～平成28年3月31日

品 目	摘 要	会 社 名
健康管理支援ソフト 子どもの健康管理プログラム（改訂版）	児童生徒の生活習慣病、成長障害の早期検知に活用。個々にパーセントイル成長曲線が描けるPC用ソフト	勝美印刷株式会社
JES シューズ	「JES 活動（足元からの健康教育「足育」の普及啓発活動）」を推進するために研究・開発した学校シューズ	日本教育シューズ協議会
小学校・中学校・高校生向けシャツ・ブラウス	耐洗濯性に優れた制菌加工を施した形態安定シャツ	エクセル株式会社
シキボウ「健康快服」	学生服、体操服、給食衣等 健康な学校生活を送るための機能加工を施した生地。抗ウイルス・抗菌防臭・制菌・抗かび・消臭・ノロウイルス対策・防汚加工	シキボウ株式会社
UVカットウェアスクールシリーズ	学校生活の紫外線対策として、UVカット率の高い特殊な繊維を使用したスクール対応衣類製品	株式会社ピーカパー
アルボース石鹸液	手指の洗浄・消毒・殺菌用 天然ヤシ油を原料とする純植物性石鹸液	株式会社アルボース
学校手洗石鹸	手指の洗浄・消毒・殺菌用 排水後は微生物によってすばやく分解される	サラヤ株式会社
電動付歯ブラシ「こどもハピカ」	米国FDAの規格基準を満たす品質・安全性。通常のブラシの使用が困難な子どもにも有効な仕様	株式会社ミニマム
クリニカ kid's ハブラシ生え替わり期用	子どもの成長過程に合わせた歯科医推奨設計のハブラシ	ライオン株式会社
ライオンこどもハブラシ6-12才用	先端丸形カットの毛先だから生え替わり期の高さがふぞろいの歯もきれいに磨けるハブラシ	ライオン株式会社
腸内細菌検査キット	学校給食従事者、文化祭、実習時等に必要とされる検便検査キット。郵便等で簡便に検査が受けられる	一般財団法人東京顕微鏡院
パッシブガスチューブ（ホルムアルデヒド用、VOCs用）	室内化学物質測定。3次元に空気を採取でき、精度の高いサンプリングが可能。厚労省・文科省・環境省等すべてに対応する分析（公定法）を採用	一般財団法人東京顕微鏡院
マイティチェッカー	屋内の塵性ダニアレルゲンを抽出液に浸し発色チェッカーで確認、ダニ抗原を簡便に測定できるキット	リオンテック株式会社
デジタルCO ₂ モニター（RT-50A1）	教室内のCO ₂ 、温度、湿度をリアルタイムに計測、データを記憶保存ができる	リオンテック株式会社
日産アクアチェック [®] シリーズ	残留塩素濃度測定試験紙	日産化学工業株式会社
ハイライト [®]	プール用殺菌・消毒剤	日産化学工業株式会社
日曹ハイクロン	プール用殺菌・消毒剤	日本曹達株式会社
スタークロン	プール用殺菌・消毒剤	南海化学株式会社
スタートリクロン・スターダイクロン	プール用殺菌・消毒剤	南海化学株式会社
ネオクロール	プール用殺菌・消毒剤	四国化成工業株式会社
バイゲンラックス	プール用水、飲料水等の殺菌消毒剤	株式会社カズサ
アクアビルシリーズ	プール水透明度改善凝集剤 人体無害、液に接触せず投入が可能	エタニ産業株式会社
トヨクロン（トヨクロン、トヨクロンファイン）	プール用殺菌・消毒剤	東ソー株式会社
肝油ドロップ	栄養機能食品	河合薬業株式会社
キシリトールガム及びタブレット	児童生徒の口腔保健の向上を目的としたチューインガム及びタブレット	株式会社ロッテ
GREEN DAKARA（グリーンダカラ）	果実やミネラルなどからできた体にやさしい水分補給飲料。機能性飲料	サントリー食品インターナショナル株式会社
ポスカ	元の健康な歯と同じ結晶の並びになる再結晶化による再石灰化を促進させる成分「Pos - Ca（正式名リン酸化オリゴ糖カルシウム）」を配合したガム	江崎グリコ株式会社
ポスカF	元の健康な歯と同じ結晶の並びになる再結晶化による再石灰化を促進させる成分「Pos - Ca（正式名リン酸化オリゴ糖カルシウム）」を配合したガムに緑茶エキスを追加配合した「ポスカ」の系列品	江崎グリコ株式会社
ウイスパー（多い日用シリーズ）	体育やクラブ活動、課外授業時など経血量が多い時でも安心して使用できる生理用ナプキン	プロクター・アンド・ギャンブル・ジャパン株式会社
アレルブロック加工カーテン・カーペット	アレルギーの原因物質である花粉やダニ、ハウスダストのアレルゲン抑制効果のある加工を施した繊維を使用したカーテン・カーペット	株式会社スミノエ

品 目	摘 要	会 社 名
熱中症注意表示板「トリガーボード」	日常の学校生活における実践的防災教育教材。通常気温では校訓や教育標語の表示、熱中症の危険気温になると自動的に注意喚起表示に反転し、児童生徒に危険回避行動を起こすきっかけを与える	株式会社奥村
しろくまのきもち キッズ	水だけで首元が冷やせ、繰り返し使えるサマースカーフ。園児・児童の熱中症予防に有効な頸動脈を冷やせる冷却グッズ	株式会社ビッグウイング
アクエリアス	熱中症対策飲料として、全国清涼工業会制定（厚生労働省確認済み）の熱中症対策表示ガイドラインに定められたナトリウム量に合致し、ローカロリーで、スムーズな水分補給ができる	日本コカ・コーラ株式会社
アクエリアス ゼロ	ゼロカロリー。熱中症対策飲料として、全国清涼工業会制定（厚生労働省確認済み）の熱中症対策表示ガイドラインに定められたナトリウム量に合致し、スムーズな水分補給ができる	日本コカ・コーラ株式会社
アクエリアス ビタミン	ビタミン C1000mg / 500ml 配合。熱中症対策飲料として、全国清涼工業会制定（厚生労働省確認済み）の熱中症対策表示ガイドラインに定められたナトリウム量に合致し、ローカロリーで、スムーズな水分補給ができる	日本コカ・コーラ株式会社
アイスボックス 〈グレープフルーツ〉	全国清涼工業会制定の熱中症対策表示ガイドラインに定められたナトリウム量を配合した氷菓子。低カロリーで少ない量で体を冷やすことができる	森永製菓株式会社
嘔吐物、汚物処理剤「オブツポイポイ」	汚物やウイルス・細菌などの感染症の疑いのある嘔吐物を除菌、消臭して安全にスピーディーに固めて処理できる凝固剤。教室などでの嘔吐物を安全に迅速に処理できる	株式会社環境衛生
手洗い用無添加石けん	学校給食等の使用済み食用油を回収、精製した原料を使用した無添加固形石けん	エスケー石鹸株式会社
泡ぶくハンドソープ	泡で出てくる無香料、無着色、防腐剤・酸化防止剤無添加の肌にやさしい液体石けん	エスケー石鹸株式会社
就学時の健康診断における知的発達スクリーニング検査	就学時の健康診断において知的発達のスクリーニング検査を行う際の検査者用実施の手引き、検査用紙、採点表	第一法規株式会社
アクアソリタ	長年医療現場で使用されてきた電解質液組成をベースに開発された、飲みやすい経口補水液（特許取得済）。ハイボトニックで水分・電解質の吸収が速く、しっかり体内に保持できる、糖分・カロリーにも配慮した熱中症対策・脱水対策飲料	味の素株式会社

小学校の校長先生・保健室の先生・担任の先生へ

出張講座

楽しく学ぼう！ 歯の健康づくり

参加校募集

出張講座概要

募集対象 全国の小学校（高学年対象）※応募多数の場合抽選

開催時期 2015年9月～12月

専門講師 日本歯科大学 生命歯学部 福田雅臣教授ほか予定

講座内容 咀嚼判定ガムを使って「噛む」事の大切さを体験しながら歯・口の健康づくりを学び、良好な生活習慣形成をしていくための支援を目的とします。

特典

きむらゆういち先生の
絵本プレゼント!!

「あらしのよるに」であなじみのきむら先生書き下ろしの「歯の健康」がテーマの絵本。出張講座にお申し込んだと、もれなく差し上げます。



応募締切 7月1日(水)

申込方法

①学校名 ②担当教諭名 ③住所 ④連絡先（電話・FAX） ⑤希望日時 ⑥参加予定学年・人数
⑦希望コース ⑧植樹希望本数（最大5本）

※本活動普及の為、メディア等が取材をさせて頂く場合がございます。予めご理解頂けますようお願い致します。

どのコースでも出張講座の記念にキシリトールの原料となるシラカバの木を植樹させていただきます。

申込先: FAX 03-6222-4823 企画・監修/共催: (公財)日本学校保健会
歯の健康づくり講座事務局(プラスエム内) 電話03-6222-5251 協力: **LOTTE**

くすりと、もっと仲良くなれる。
Daiichi Sankyo
くすりミュージアムのご案内

- 開館時間／午前10時～午後6時（入館は、閉館30分前迄）
- 休 館 日／月曜、年末年始 ※月曜が祝日・振替休日の場合は開館、翌日休館
- 入 館 料／無料
- 問合せ先／Tel：03-6225-1133
- ホームページ／<http://kusuri-museum.com>
- e-mail／kusuri.museum@daiichisankyo.co.jp

東京都中央区日本橋本町3-5-1 ・地下鉄銀座線・半蔵門線「三越前駅」A10出口 徒歩2分 ・JR総武線快速「新日本橋駅」出入口5 徒歩1分



**安易なカラーコンタクトレンズの使用には注意を
 ルールをまとめたリーフレットができました。**

目の健康やコンタクトレンズに関する正しい知識のご指導などにぜひお役立てください。
 学校保健ポータルサイトからダウンロードできます。
<http://www.gakkohoken.jp/modules/bulletin4/index.php?page=article&storyid=13>

ACUVUE® BRAND CONTACT LENSES



眼科へ行く コンタクトレンズの正しい使用と、眼科での定期検査を。
<http://acuvue.jnj.co.jp/goeyedoctor/>

ジョンソン・エンド・ジョンソン株式会社 ビジョンケアカンパニー
 東京都千代田区西神田3丁目5番2号 ©I&JKK 2014

●赤玉 日本学校保健会の推薦商品 透明度を高めます。(No.2) 藻を防ぎます。(No.5)

プール浄化剤 アクアピル
 ※無料サンプルを提供します。

●青玉



〒152-0022 東京都目黒区柿の木坂1-5-1
 エタニ産業株式会社 TEL.03-5701-7272

熱中症注意表示板 トリガーボード

子ども達を熱中症の危険から守には
 自発的危険回避行動が出来るのが
 最も効果的と言われています。

熱中症注意

気温で変化
 大きな表示面の変化

心の教育

公益財団法人 日本学校保健会推薦
 卒業記念にご採用ください

岐阜市東鶴1丁目225番地
 株式会社 奥村
 セフテム TEL. 058-276-2311
<http://www.seftem.co.jp/>