

学校保健

平成29年11月

No. 327

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



JAPAN SOCIETY
OF
SCHOOL HEALTH

(公財)日本学校保健会

副会長就任にあたって

公益財団法人日本学校保健会 副会長 川本 強



このたび、日本学校保健会副会長を務めることになりました日本学校歯科医学会会長の川本でございます。一言ご挨拶を申し上げます。

私は平成29年6月に日本学校歯科医学会会長に、その後、日本学校保健会副会長に就任致しました。長きにわたり学校保健活動に携わって参りましたが、これらの重責には改めて身の引き締まる思いでございます。

我が国は平均寿命・健康寿命ともに世界トップクラスであります。それを成し遂げた要因の一つとして、ライフステージの中でも最も大切な出発点、児童生徒期における学校保健活動があったと推察致します。従前より、日本学校保健会は児童生徒に対して「生きる力」を基盤として活動して参りました。この「生きる力」を、心身ともに健全なる国民の育成へと繋げ、ライフステージ後半には「生き抜く力」に昇華して頂くことが私達、学校保健に携わる者の念願であります。

この目的・念願を達成するために、日本学校保健会は二つの役割を遂行しなければならないと思われます。一つは目的を達成するための機能組織、すなわち「機能体」としての役割であります。もう一つは組織構成員である学校医・学校歯科医・学校薬剤師そして学校保健関係者の活動を援護する「共同体」としての役割であります。これら二つを並行して成し遂げていくことは容易でないことは当然であります。それを成就させるためには、日本学校保健会の組織運営において、常に合意形成、つまり「和」をもって進めて行くことが不可欠とっております。学校保健を考える時、その目的は「心身共に健全なる次世代の国民の育成」であることには論を待たないところとっておりますが、それを遂行する上での各論においては多くの考え方が存在するものと推察致します。私は、お役目として、それら各論の選択に迷った際には、目的は何か、それは児童・生徒の健全育成の目的と合致しているかの考えに戻りながら、その運営に参画していく所存です。

私は、児童生徒は韓非子の卞和の璧（べんかのへき）に登場する宝石の原石と考えます。児童生徒を磨いて宝石とするか、ただの石とするかは、社会の責任であり、国民の責任でありそして学校保健に関与する者の責任であると思っております。どうぞ心身ともに健全なる児童生徒の育成にお力添えを賜われますようお願い申し上げます。

主な誌面

特集
いこの大切なことを考える健康教育Ⅳ
学校でがん教育を実践するための手引
…… 2
8
9

全国健康づくり推進学校表彰校の実践④
群馬県高崎市立豊岡中学校
…… 10
11
新・学校での応急処置とその対応Ⅲ
学校での耳・鼻のけがおよびその応急処置・対応について
…… 12
13

平成29年度

全国健康づくり推進学校表彰式 実践事例発表会

主催／(公財)日本学校保健会

参加者募集

詳細は12月上旬頃HP・ポータルサイトで!

日 時：平成30年1月27日(土)
会 場：日本医師会館(東京都文京区本駒込2-28-16)
JR山手線・東京メトロ南北線 駒込駅徒歩10分
参 加 費：無料 どなたでも参加できます。
参加定員：400人
申込方法：日本学校保健会HP、ポータルサイトから
問 合 せ：日本学校保健会 03-3501-0968

13:30	開会行事
14:30	表彰式
16:00	実践事例発表会 閉会

*平成28年度より表彰式と事業報告会の日程
が変更となりました。事業報告会は平成30年
2月15日(木)を予定しています。

回覧

校 長	教 頭	保健主事	養護教諭	養護教諭・学校保健職員	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三師の方々へもご回覧ください。

特集 いのちの大切さを考える健康教育Ⅳ (全5回予定)**学校でがん教育を実践するための手引**

東京女子医科大学 化学療法・緩和ケア科教授 林 和彦

1. はじめに

近年、疾病構造の変化や高齢社会など、児童生徒を取り巻く社会環境や生活環境が大きく変化し、健康教育もそれに対応したものであることが求められています。ご存知のように、今やがんは生涯のうち2人に1人がかかる国民病です。国民の死因の第一位はがんであり、その累積罹患リスクは男性63%、女性47%にも達しています(国立がん研究センター2012年データ)。このような状況を鑑み、本年3月に告示された次期学習指導要領では、中学校の保健分野である「健康な生活と疾病の予防について理解を深めること」という項目に、「がんについても取り扱うものとする」と明記されました。本来は大綱的な内容のみで構成される学習指導要領に、特定の疾患名が入ったのは、

1998年改訂時のAIDS(エイズ、後天性免疫不全症候群)以来、約20年ぶりのことです。来年3月に告示を予定している、高等学校の次期指導要領にも同様に明記される見通しで、全国各地で様々な取り組みが始まっています。

なぜ今、学校でがん教育を行う必要があるのでしょうか?そして実際にがん教育を行う際には、どんなことに留意したらよいのでしょうか?

私は大学病院のがん専門医ですが、数年前から全国の小・中・高等学校にがん教育に伺うようになり、最近、教員免許も取得しました。本稿では、がん教育を取り巻く状況や実際の課題について、自分自身の経験も踏まえてお伝えします。

2. がん啓発の現状と課題

2007年4月に施行されたがん対策基本法では、その第6条に、「国民は、がんに関する正しい知識を持ち、がんの予防に必要な注意を払うよう努める」と定められました。基本法に基づき策定された「第2次がん対策推進計画」(2012年6月)では、「健康教育全体の中で「がん」教育をどのようにすべきか検討する」、としており、実際にこれまで国民への様々な啓発活動が行われてきましたが、残念ながら、がんに関する国民の意識改革には繋がっていないようです。

先進諸国では、がん検診はもはや常識になりつつありますが、わが国の検診受診率は伸び悩み、現在でも約40%にすぎません。自覚症状が出現してから医療機関を受診しても、進行がんで手遅れになるケースも多いのに、検診の重要性がなかなか浸透しないために、がん死亡者の増加につながっています。医学の進歩により、実際には早期がんの5年生存率は90%を超え、全体でも60%以上のがん患者ががんを克服しているにも関わらず、国民のがんに対するイメージはネガティブなものばかりで、依然として、治らない病気、苦し

みながら死んでしまう病気、というように誤解されています。その結果、がん告知の際には、大半の患者や家族が死を覚悟し、「もう終わりだ」とか、「なぜ私の大切な家族が、よりによってがんなんかに…」と悲嘆にくれてパニックになったり、先走って仕事を辞めてしまったり、家庭内が大きく混乱してしまうケースもしばしばみられます。

わが国には世界に冠たる国民皆保険制度が整備され、貧富の差や居住地などにかかわらず、国民は等しく世界水準の医療を受けることができます。しかしその一方で、かつては家庭で家族が対峙してきた「病」や「死」は、次第に家庭から遠ざけられ、そのプロセスの多くが医療機関に委ねられるようになりました。人々は、家庭で間近に家族の闘病や死を経験し学ぶという、生物学的にも社会的にも、極めて貴重な機会を失いつつあるのです。「病」や「死」が非現実的な出来事になる一方で、マスコミからは毎日のように、がんで亡くなった芸能人の話題ばかり流れてきますから、国民のがんに対するイメージが偏向してしまうのもやむを得ないのかもしれません。

3. がん教育の意義と目標

がん患者さんを取り巻く社会環境もいまだ未熟で、がんを完全に克服していても、就職や結婚で差別を受けることがあります。がんと診断された患者さんのなんと34%が失職するという、信じられないような調査結果も明らかになっています。

第2期がん対策推進基本計画では、「がんそのものの理解やがん患者に対する正しい認識を深める教育は不十分である」として、大人への啓発・教育はもちろん、「子どもに対しては、健康と命の大切さについて学び、自らの健康を適切に管理し、がんに対する正しい知識とがん患者に対する正しい認識をもつよう教育することを目指し、5年以内に、学校での教育の在り方を含め、健康教育全体の中で「がん」教育をどのようにするべきか検討し、検討結果に基づく教育活動の実施を目標とする」と定められました。文部科学省の『「がん教育」の在り方に関する検討会』の報告書（2015年3月）には、「がん教育は、健康教育の一環として、がんについての正しい理解と、がん患者や家族などのがんと向き合う人々に対する共感的な理解を深めることを通して、自他の健康と命の大切さについて学び、共に生きる社会づくりに寄与する資質や能力の育成を図る教育である。」と記述されています。

がん教育には次の2つの大きな目標があります。

①がんについて正しく理解することができるようにする

がんが身近な病気であることや、がんの予防、早期発見・検診等について関心をもち、正しい知識を身に付け、適切に対処できる実践力を育成する。また、がんを通じて様々な病気についても理解を深め、健康の保持増進に資する。

②健康と命の大切さについて主体的に考えることができるようにする

がんについて学ぶことや、がんと向き合う人々と触れ合うことを通じて、自他の健康と命の大切さに気付き、自己の在り方や生き方を考え、共に生きる社会づくりを目指す態度を育成する。

学校における健康教育は、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し改善していく資質や能力を育成することを目指して実施されるべきものです。家庭や地域でがんと向かい合う機会がなくても、学校でがん教育を行うことで、子どもたちはがんという病気を正しく理解し、健康であることの素晴らしさを実感します。また家族の一員として、家族全員が健康な家庭生活を送れるように気を配るようにもなります。さらにがん患者さんに共感し、その苦悩を理解しようと思える過程で、他人を思いやり、いのちを大切にできる心が育まれます。がん教育の目的は、がんをほかの疾病等と区別して特別に扱うのではなく、がんを通じて健康教育そのものの充実を図ることなのです。

4. がん教育の具体的な内容と教材

文部科学省の「「がん教育」の在り方に関する検討会」の報告書には、がん教育の具体的な内容として、①がんとは（がんの要因等）、②がんの種類とその経過、③我が国のがんの状況、④がんの予防、⑤がんの早期発見・がん検診、⑥がんの治療法、⑦がん治療における緩和ケア、⑧がん患者の生活の質、⑨がん患者への理解と共生、の9項目があげられています。内容の取り扱いでは、「それぞれの内容を関連付けて、一次予防（生活習慣の改善等）、二次予防（がん検診等）について理解できるようにする」、としています。非常に膨大な内容になりますから、必ずしも1回の授業で、①から⑨までの内容をすべて網羅する必要はありません。学校や地域の実情や子どもたちの発達段階に応じて、授業内容を適宜変えたり、複数年度に分けたりといった、柔軟な取り組みを行うことが望ましいと思います。

文部科学省では、「がん教育推進のための教材」（2016年4月）を作成し、「がんの教育総合支援事業」のモデル校で実際に活用しましたが、そこで得られた知見をもとに、新たに開発した教材を、2017年5月にホームページで公開しています。（http://www.mext.go.jp/a_menu/kenko/hoken/1385781.htm）

この教材は、小学校版と、中学校・高等学校版に分かれています。いずれも教師用の指導参考資料と映像やスライドで構成されています。小学校版教材は、がん博士の「がんについての基礎知識」というアニメーションや、実際のがん経験者が語る「がんと生きる」という映像中心で、非常にわかりやすい内容になっています。また、中学校・高等学校版教材はモジュール形式を採用しており、前述した9つの項目について、モジュールごとに6～15枚のパワーポイントのスライドファ

イルが添付されています。授業者や学校のねらいに合わせ、自由に必要なモジュールを選択し、組

み合わせて活用することが出来ます。

5. 外部講師の活用について

がん教育は、がんに関する専門的な内容を数多く含んでいますから、教員だけでなく、学校医やがん専門医などを外部講師にすれば、よりリアリティのある授業を展開できます。また、がんを通して健康と命の大切さを考えるためには、実際のがん経験者、医療関係者、がん患者の家族など、様々な立場の外部講師を有効に活用してください。初めて外部講師を呼ぶ際には、どうしても講演会のような形式になりがちですが、可能であれば二回目以降には、ぜひ担任や養護教諭が積極的に主導していただきたいと思います。通常の授業の一環として、きちんと指導案を作成し、外部講師とチームティーチングを行ったり、グループワークを取り入れたり、創意工夫することで目に見えて授業効果があがります。

6. がん教育における配慮

がん教育の実施に当たっては、家族や身近な人ががん患者がいるような場合には、一定の配慮が必要です。実施の際には、保護者に事前通知をした上で、外部講師とも出来るだけ詳細に授業内容の打ち合わせをしておきましょう。自分自身ががん患者である保護者の中には、そのことが子どもへのいじめの原因になるのではないか、とか、保護者間の関係が気まづくなってしまうのではないか、という危惧から、学校側ががん患者であることを隠している方がどの学校にも相当数いらっしゃいます。授業者は基本的に、このような児童

しかし、せっかく学校が独自のプランを立ててがん教育を企画しても、学校側のねらいを正しく理解し、ともに実践してくれるような外部講師を、学校側が個別に手配することは困難です。外部講師の確保や授業内容の標準化など、がん教育を円滑に行うための組織づくりが不可欠ですが、文部科学省の「外部講師を用いたがん教育ガイドライン」(2016年4月)では「都道府県教育委員会は外部講師の活用のために、学校医、がん専門医、がん経験者等をリストアップし、必要に応じて学校との日程調整の支援等を行うこと」としています。次期学習指導要領への記載を契機に、これまで何の組織も持たなかった都道府県にも、ようやく協議会や会議体が設置されつつあります。

生徒がいるという前提でがん教育に臨むべきだと思いますが、学校全体でこれまでの経験を生かして対処すれば、ほとんどの場合は大きな問題にはならないはずです。ただし、小児がんの当事者がいるケースだけは、格段の配慮が必要です。病気の経過によっては、本人だけでなく、周囲の児童生徒にも大きな影響を与えてしまう可能性がありますから、保護者はもちろん、主治医の意見も十分に聞いた上で、慎重にがん教育の実施を検討すべきでしょう。

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」配布中。



視聴時間: 約10分

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。

※お申し込みは随時受け付けています。



お申し込みはホームページから！

※スマートフォンからご利用いただけます。 ツボミスクール 検索



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いたします。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
- 人数：30名程度よりお受けいたします
- 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29年度 各地区ブロック大会報告 (9月までの開催分)

第16回九州地区健康教育研究大会報告

「生涯にわたって、心豊かにたくましく
生きる力をはぐくむ健康教育の推進」

期日：平成29年8月7日(月)、8日(火)

会場：佐賀市文化会館(佐賀市) ほか

内容：

(1)全体会：8月7日(月)

①開会式

②シンポジウム

主題「生涯にわたって、心豊かにたくましく
生きる力をはぐくむ健康教育の推進」

副題「学校における家庭・地域社会及び
関係機関との連携の在り方を考える」

コーディネーター：

唐津市立立唐小中学校 校長 福井 宏和

シンポジスト：

佐賀県歯科医師会地域保健部 理事 原 秀幸

佐賀県立唐津商業高等学校 養護教諭 吉森 旭希

佐賀県PTA連合会 会長 江田 明弘

佐賀女子短期大学 教授 橋本 節子

武雄市教育委員会 教育長 浦郷 究

③特別講演

演題「私が“IRONMAN”にチャレンジし続ける理由」

講師 株式会社パーク・コーポレーション 代表取締役 井上英明 氏

(2)分科会：8月8日(火)

学校経営と組織活動等9分科会

(3)パネル展示等

佐賀県小中学校養護教諭研究会、佐賀県高等学校保健会養護教諭部会、

佐賀県学校栄養士会

平成29年8月7日(月)、8日(火)、九州各県から約800名の参加者を迎え、佐賀市において標記大会を開催しました。

大会初日の全体会では、開会式に続いてシンポジウムを行い、子どもたちの多様化・深刻化する現代的健康課題に組織的に対応する方策について、各分野で健康教育を推進する方々から提言をいただきました。また、特別講演では、井上氏に豊富な御体験に基づいたお話をいただき、人の生き方と健康について考えるよい機会となりました。

2日目の分科会では、学校保健、学校安全、食に関する指導等、9つの課題に分かれ、それぞれ喫緊の健康課題について発表の後、活発な意見交換がなされました。

多くの皆様の御協力と御支援により実り多い大会となりました。



第62回中国地区学校保健研究協議大会

「生涯を通じて、心豊かにたくましく
生きる力を育む健康教育の推進」

日時：平成29年8月17日(木)

会場：岡山コンベンションセンター、岡山県医師会館(三木記念ホール)

内容：

(1)全体会

○開会行事

○特別講演

演題：「生きる力の源、生活習慣の確立は一生もののプレゼント
～眠って、賢く、優しく、美しく、人間力UP！～」

講師：国立大学法人富山大学 理事・副学長 神川 康子 氏

(2)職域部会(3部会)

○学校薬剤師部会(シンポジウム)

テーマ：「各県における学校薬剤師活動の好事例について」

○校長・園長部会、学校保健・安全担当教員部会(講演)

演題：「第2次学校安全の推進に関する計画に基づく今後の学校安全」

講師：文部科学省初等中等教育局健康教育・食育課

安全教育調査官 吉門 直子 氏

○養護教諭部会(シンポジウム)

テーマ：「時代の変化に対応した保健室経営の進め方」

コーディネーター：

国立大学法人岡山大学 理事・副学長 高橋 香代 氏

(3)班別研究協議会(5班)

○保健安全教育 ○性に関する指導・エイズ教育

○歯と口の健康づくり ○心の健康づくり

○学校環境衛生・薬物乱用防止教育

平成29年8月17日(木)、岡山県岡山市において、中国地区各県から約900名の参加者を迎え、標記大会が開催されました。

開会行事に引き続き、富山大学 理事・副学長の神川康子氏による「生きる力の源、生活習慣の確立は一生もののプレゼント～眠って、賢く、優しく、美しく、人間力UP！～」と題した御講演をいただきました。子どもの成長に睡眠がどのような影響を与えるかを改めて確認し、家庭や学校での生活習慣の見直しや改善等について御示唆をいただきました。

午後からは、職域部会ごとのシンポジウムや講演が行われ、班別研究協議会では、5つのテーマについて、活発に協議が行われました。各県関係者の方々の御協力により、成功裡に大会を終えることができました。



学校保健の最新情報を満載

一般書店等でも購入できます！

平成29年度版 学校保健の動向

特 集 平成28年度改正学校健診の結果 総論 ほか2編

第1章 健康管理の動向 感染症、児童生徒の発育・発達、眼科等科目別ほか

第2章 学校環境衛生の動向 学校環境衛生、学校給食の衛生管理

第3章 健康教育の動向 保健教育、安全教育、食育、エイズ・性教育ほか

第4章 学校保健に関する組織・団体の最近の動向

第5章 資料編 学校保健関連年表

■養護教諭、大学関係者必携 ■養護教諭養成課程の学生の採用試験対策としても最適



発行/日本学校保健会
2,800円(十税)

第60回全国学校保健主事研究大会 「自ら守り育てる心とからだ」

開会行事
講 演：高知県・高知市病院企業団立高知医療センター病院長 吉川 清志
演題「小児科医から見た児童・生徒・教職員の健康管理」
行政説明：文部科学省初等中等教育局健康教育・食育課健康教育調査官 松崎 美枝
研究発表：研究課題1：学校保健と学校全体との調整について
発表者：福島県立須賀川支援学校 星 ひろ子
テーマ：「健康課題解決に向けた、専門家や自分手帳等の活用」
～学校保健委員会の新たな取り組み～
研究課題2：学校保健計画の作成と実施について
発表者：福岡県福岡市立宮竹小学校 河塚 揚子
テーマ：「豊かな心とよりよく生きる力を身につける健康づくり」
～学校保健計画に基づく保健教育と組織活動を中心とした実践を通して～
研究課題3：学校保健に関する組織活動の推進について
発表者：高知県香南市立野市東小学校 松岡 友美
テーマ：「子どもたちの健康をみんなで考えよう」
～学校保健委員会の設置と地域、家庭、学校の連携～
研究協議：司 会：全国学校保健主事会顧問官 三谷 博之
指導好評：高知県教育委員会保健体育課長 山本 儀浩
閉会行事

平成29年7月28日（金）全国各県より約350名の学校保健主事の参加を得て、高知県立県民文化ホールグリーンホールにおいて標記の大会が開催されました。



大会では、高知県・高知市病院企業団立高知医療センター病院長 吉川清志 氏より、「小児科医から見た児童・生徒・教職員の健康管理」と題し、子どもの病気に関するお話を交えながら、学校の健康課題への組織対応の必要性についてご示唆をいただきました。その後全国学校保健主事会の研究課題に沿って、小・中・特別支援学校の実践発表が行われました。研究協議においても学校保健主事の在り方や活動について討議が深められ、成功裡に大会を終了することができました。

第52回北陸三県学校保健研究協議会 兼 第64回石川県学校保健研究大会

生涯を通じて、心豊かにたくましく
生きる力をはぐくむ健康教育の推進
～心身の健康づくりに自ら取り組む子供の育成～

開会式
全体会講演
演 題：「学校における子どもの心のケア」
～災害や不測の事態などによる心の傷からの回復を視野において～
講 師：医療法人安積保養園あさかホスピタル 子どもの心診療部長 本間 博彰 氏
課題研究協議会
7分科会に分かれて研究協議会
石川県学校保健会表彰式

第52回北陸三県
学校保健研究協議
会 兼 石川県学
校保健研究大会が、
平成29年8月27日
（日）に石川県輪島



市において約280名の参加を得て開催されました。

午前中は、開会式に続き本間氏の講演が行われ、「学校における子どもの心のケア」と題して、東日本大震災で被災した児童生徒の心のケアや、発達障害の子どもたちへの具体的な支援や対応など、学校現場で大変参考になる貴重なお話を教示していただきました。

午後は、「歯・口の健康」、「性に関する指導」、「心の健康」、「望ましい生活習慣」、「学校安全教育」、「特別支援教育における保健活動」、「喫煙・飲酒・薬物乱用防止教育」の7課題に分かれて研究協議会が行われました。各課題では2校の提案発表と、その後、活発な意見交換や協議が行われ、最後に専門家から助言や講話をいただき、今後の学校保健活動の推進に向け、実り多い大会となりました。

参加無料 研修会・講習会のお知らせ

平成29年度文部科学省補助事業

「喫煙、飲酒、薬物乱用防止に関する 指導参考資料」研修会

千葉県開催（定員：300名）

日時：平成29年11月24日（金）13：00～16：30

会場：千葉県総合教育センター（千葉市美浜区若葉2-13）

群馬県開催（定員：300名）

日時：平成30年1月31日（水）13：00～16：30

会場：群馬会館（群馬県前橋市大手町2丁目1-1）

アレルギー講習会（学校における普及啓発講習会）

広島県開催（定員：250名）

日時：平成29年12月14日（木）

会場：広島YMCA国際文化センター（広島市中区八丁堀7-11）

三重県開催（定員：900名）

日時：平成30年2月22日（木）

会場：三重県総合文化センター（津市一身田上津部田1234）

※各開催：会場共、申込み先着順。定員になり次第、締め切ります。
※申込み・詳細は、学校保健ポータルサイトをご覧ください。

平成29年度日本学校保健会事業

学校における飲酒防止教育支援研修会

日時：平成29年12月21日（木）13：00～16：40

会場：横浜市開港記念会館（横浜市中区本町1-6）

定員：450名

保健教育推進研修会

日時：平成29年12月25日（月）10：00～16：00

会場：奈良県社会福祉総合センター（奈良県橿原市大久保町320）

定員：100名

平成29年度日本学校保健会特別セミナー

「子供の健康とスマホ依存」講習会

日時：平成29年12月14日（木）14：00～16：30

会場：星陵会館ホール（東京都千代田区永田町2-16）

定員：300名

第39回近畿学校保健連絡協議会

日 時：平成29年8月3日(木)
場 所：奈良市ならまちセンター市民ホール
参加数：186名

研究協議において、各府県・政令指定都市の学校保健会の活動概要、特色ある活動内容及び課題等の報告を行うとともに、学校保健の充実に関する国への要望事項等に関しての協議を行った。

また講演会では、「社会を生き抜く健やかで心豊かな子どもの成長に向けて ～今、わたしたちにできること～」と題して、鳴門教育大学特任教授の森田洋司氏から、具体的な事例を交えながら御講演を頂いた。

参加者からは、「新たな視点、観点からの児童生徒等へのアプローチ法を知ることができた。」などの声が聞かれ、近畿ブロック全体としても非常に有意義な協議会となった。



第50回東北学校保健大会

「生涯を通じて、心身ともに健康で、たくましく
生きる力をはぐくむ健康教育の推進」
～児童生徒が自ら進んで健康づくりに取り組む
健康教育を目指して～

期日：平成29年8月9日(水)、10日(木)
会場：秋田市文化会館、秋田県生涯学習センター
内容：[8月9日]
・開会行事 [アトラクション・開会式・秋田県表彰式]
・記念講演「いのちの授業～がん教育を『いのち』学ぶ場に」
特定非営利活動法人いのちをバトンタッチする会
代表 鈴木 中人 氏
[8月10日]
・分科会 [6分科会] ※実践発表及び研究協議

東北ブロック
6県から約570名の参加者を迎え、秋田市を会場に開催しました。

1日目は開会行事に続いて、特定非営利活動



法人いのちをバトンタッチする会鈴木中人氏より御講演をいただきました。自身の体験に基づくお話は、参加者がこれからのがん教育の方向性について考えを深める貴重な機会となりました。

2日目の分科会では、6つの分科会それぞれのテーマのもと、実践発表、研究協議が行われました。参加者の熱心な研修姿勢が印象的でした。

多くの皆様の御協力により、大会を成功裡に終ることができました。

第68回関東甲信越静学校保健大会

期日：平成29年8月10日(木)
会場：コラニー文化ホール、山梨県立図書館
主題：「生きる力」を育てる健康教育の充実を目指して
内容：
(1)全体会
・開会式
・特別講演
演題 「世界一ジャンプが好きな男の挑戦」
講師 鈴木 徹 氏
SMBC日興証券株式会社 (リオ2016パラリンピック
走り高跳び日本代表)
(2)班別研究協議会
第1班 [学校経営と学校保健]
教育目標具現化を目指す学校保健
第2班 [健康教育]
生きる力をはぐくむための健康教育
第3班 [性に関する指導・エイズ教育及び薬物乱用防止教育]
適切な行動選択の力を育てる性に関する指導・エイズ教育
及び薬物乱用防止教育
第4班 [学校歯科保健]
生活習慣病の予防等を目指した歯・口の健康づくり
第5班 [学校環境衛生と安全教育]
快適な学校環境づくりと実践力を高めるための安全教育

関東甲信越静ブロック11都県から、約800名の学校保健関係者を迎え、甲府市のコラニー文化ホール及び山梨県立図書館を会場に、第68回関東甲信越静学校保健大会を開催いたしました。

特別講演では、リオ2016パラリンピック走り高跳び日本代表の鈴木徹氏に「世界一ジャンプが好きな男の挑戦」と題して御講演をいただきました。

鈴木氏の、実体験をもとに怪我との向き合い方、あきらめないことの大切さなどの御講演をいただき、児童生徒の豊かな心と健やかな体の育成に携わる学校保健関係者にとって、大変有意義な講演となりました。

班別研究協議会の発表・研究協議では、5会場に分かれそれぞれのテーマを基に11都県の学校保健関係者による活発な意見交換・協議がなされ、実り多い大会となりました。



シリーズ 65

「健康教育をささえる」 ～栄養教諭・学校栄養職員の現場から～

～子どもの食の実態を知る！小学校における食生活実態調査の結果を通して～

福岡県大野城市立大野北小学校 栄養教諭 松尾 真由美
(福岡県筑紫地区学校給食研究会 栄養教諭、学校栄養職員部会)

1. 研究の概要

私たちが在籍する筑紫地区は福岡市に隣接し、年々人口が増加している4市1町（筑紫野市、大野城市、太宰府市、那珂川町）で構成されている。本調査研究は、筑紫地区の栄養教諭・学校栄養職員（42名）において、子どもたちの生涯の健康のために、エビデンスに基づいた栄養管理と効果的な食に関する指導を探ることを目的としている。昭和54年度より5年ごとに行い、今回で8回目を迎えた。

研究の目的と調査概要は次のとおりである。

【研究の目的】

- 1 児童の食生活の実態やその課題を把握する。
- 2 学校給食摂取基準の運用、及び学校給食標準食品構成表の作成に活用する。
- 3 食の行動変容に向けた効果的な食に関する指導の方法を探る。

【調査概要】

対象校：栄養教諭等在籍の小学校 28校／48校
対象者：小学校5年生及び保護者 707名／4367名
(男子 362名、女子 345名 合計 707名)
※同意を得られた世帯から無作為で抽出し回答を得た。

調査内容は、「食事状況調査」「1日の食事調べ」「食生活アンケート調査」の3つからなる。

2. 調査の仮説

食生活アンケート作成や調査後の解析にむけて次のような仮説を設定した。

《仮説1》児童の一日のエネルギー、各栄養量の摂取量から、学校給食の給与量の過不足が把握できるであろう。

《仮説2》家族そろって食事をするなど、共食が、エネルギー、各栄養素や食品群の摂取量及び体の不調等と関連しているであろう。

《仮説3》野菜は大好きなど、野菜の好き嫌いが、各栄養素や食品群の摂取量及び体の不調等と関連しているであろう。

《仮説4》学校給食を全部食べるなど、学校給食がエネルギー、各栄養素や食品群の摂取量及び体の不調等と関連しているであろう。

《仮説5》朝食に主食、主菜、副菜をそろえて食べるなど、朝食の内容がエネルギー、各栄養素や食品群の摂取量及び体の不調等と関連しているであろう。

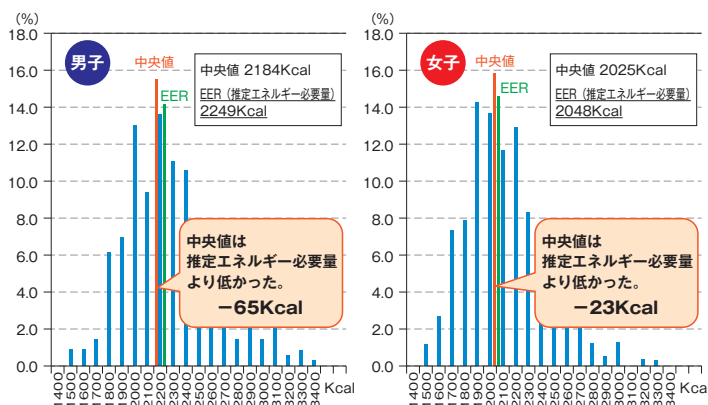
3. 調査内容と結果

今回の調査では、エネルギー、たんぱく質、n-3系脂肪酸、葉酸など14種類の栄養素と、16種類の食品群の習慣的な摂取量を求めた。

(1) エネルギー摂取量と穀類摂取量との関係について

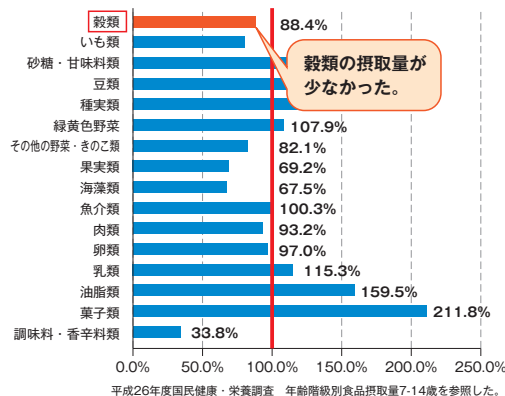
エネルギー摂取量（図1）について、男子は、身長から算出した推定エネルギー必要量が2249kcal、中央値2184kcalで、推定エネルギー必要量と中央値との差は、65kcal。女子は、推定エネルギー必要量が2048kcal、中央値2025kcalで、推定エネルギー必要量と中央値との差は、23kcal。男女いずれも低い値を示した。ただし、たんぱく質摂取量については、推奨量の50gを超える男子が99%、女子が98%。脂質摂取量については、男女ともに、エネルギー摂取量の20%～30%の目標量を大きく上回っていた。

エネルギー摂取量分布グラフ（図1）

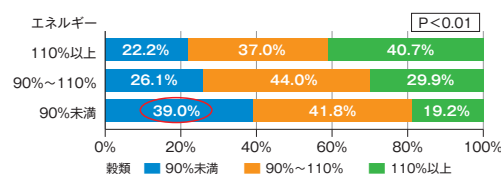


食品群別摂取量と国民健康・栄養調査結果との比較（図2）

国民健康・栄養調査結果（平成26年）を100とした場合の割合



エネルギー摂取量と穀類摂取量の関係 (図3)

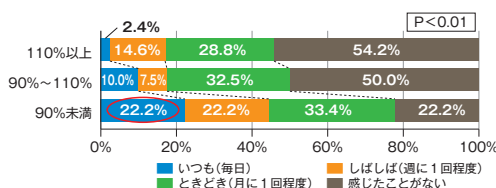


食品群別摂取量と国民健康栄養調査との比較 (図2) では、平成26年度国民健康栄養調査の結果を100として比較すると、穀類が88.4%で、全国平均より低い値となった。さらに、エネルギー摂取量と穀類摂取量の関係 (図3) では、エネルギー摂取量が90%未満の区分で穀類摂取が90%未満の児童の割合が多い結果となり、穀類の摂取量がエネルギー摂取量 (エネルギー産生栄養素バランス) と関係していると考えられる。

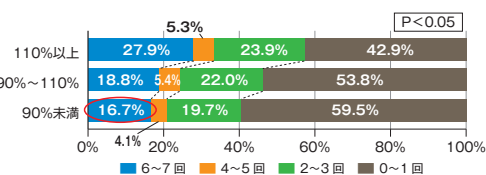
4. クロス集計と分析

全項目において、クロス集計と分析を行った。関連した項目から、「何もやる気がおこらないと感じますか」という問いとn-3系脂肪酸摂取量の関係 (図4) では、n-3系脂肪酸摂取量が90%未満の区分では、何もやる気がおこらないことをいつも (週6~7) 感じている児童の割合が、多い結果となった。その他に、「何もやる気がおこらない」と感じる頻度は「給食の好き嫌い」や「毎日朝食を食べること」「野菜の好き嫌い」「食事づくりなどの手伝い」と関連していた。また、「家族そろって食べる回数」が多い児童は、魚介類、n-3系脂肪酸の摂取量が多い傾向であった。

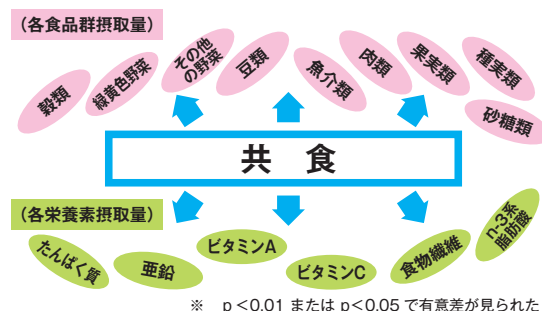
n-3系脂肪酸摂取量と「何もやる気がおこらない (児童回答)」 (図4)



「その他の野菜摂取量」と「朝食を家族そろって食べている回数」 (図5)



「朝食を家族そろって食べている回数」と関連した項目 (図6)



5. 調査結果を活かした取り組み

今回の調査結果をうけて、学校給食の内容の見直しや、家庭への啓発を行っている。

その一つが、主食の量が不足している児童が多いと考えられる結果への対応である。今年度、学校給食の主食量の見直しを行った。その結果、昨年度と今年度の同月 (6月) で比較すると、炭水化物エネルギー比は55.6%から57.8%となった。

また、家庭への啓発として、調査結果から課題と考える共食や食事づくりなどの項目を、リーフレット (図7) にまとめ、配付した。このリーフレットを読んだ保護者の感想として、「子どもと一緒に食事作りをしたい」と回答した保護者が47%で一番多く、98%の保護者が、今後の食生活に活かしたい内容があると答えた。

現在、この調査結果を踏まえ筑紫地区の学校給食標準食品構成表の作成及び、朝食内容の改善など子どもたちの行動変容へむけて、具体的な指導の検討を行っている。

今後も筑紫地区の子どもたちが生涯を健康に生きていくために、学校給食が果たす役割を検証するとともに、望ましい食生活へと導く方策を究明していきたいと考えている。

保護者への啓発リーフレット (図7)



参考文献

- 平成22年度児童生徒の食事状況等調査報告書 (日本スポーツ振興センター)
- 平成23年度中学生の食生活に関する調査報告書 (全国学校栄養士協議会)
- 2015年版日本人の食事摂取基準
- 平成23年度県民健康作り調査 食品番号表 (厚生労働省)
- 調理のためのベーシックデータ第4版 (女子栄養大学出版部)
- 簡単! 食品カロリー早わかりBOOK (吉田美香 主婦の友社)
- 食品解説つき 新ビジュアル食品成分表増強版 新しい食生活を考える会 (大修館書店)

(集計、分析に使用したソフトウェア)

食事状況調査は「エクセル栄養君 Ver.7.0」「食物摂取頻度調査 Ver.4.0」(建帛社)のソフトを用いた。統計処理は、統計解析アドインソフト「エクセル統計 2015 版」を用いて解析を行った。

全国健康づくり推進学校表彰校の実践④

生涯にわたって心身の健康の保持増進に努めようとする生徒の育成

～学校・家庭・関係機関が連携し、歯肉炎の予防に視点を当てた歯と口腔の健康づくり～

平成 28 年度最優秀校 群馬県高崎市立豊岡中学校

1 学校紹介

本校は、高崎市の市街地から少し離れた南西部に位置し、各学年4クラス・特別支援学級2クラスの中規模校である。

学校教育目標に「創造的で国際感覚を持ち、知性と体力を備え、自ら正しく判断できる人間性豊かな生徒の育成」を掲げ、「あいさつ運動の励行」「花づくりによる教育環境の向上」「清掃活動の充実」を校風とし、様々な特色のある教育活動を実践している。



2 学校経営方針と健康教育

学校経営方針では、『生徒が主役の学校』を創造することを目標にしている。特に、「確かな学力を向上させる教育の推進」「豊かな心を育む教育の推進」「心身の健康と体力の向上を図る指導の推進」「地域に根ざした特色ある学校の創造」に重点を置いている。

健康教育においては、「自分の健康は自分で守る生徒の育成」を学校健康目標としている。特に、年5回の学校保健委員会の企画・運営を健康教育の中核とし、様々な教育活動と連携することで、心身の健康に関する自己管理能力の育成に力を入れている。

3 具体的な取組

本校では、長年にわたって歯の治療率向上を重点課題の一つとして取り組んできた。その結果、永久歯の歯の保有率は減少したが、歯肉炎（G）や歯肉炎要観察（GO）の生徒は増加し、特に1年生に多く見られた。

そこで、27年度からは「歯と口の健康」の中でも「歯肉炎の予防」を重点課題とし、学校・家庭・地域と連携した歯と口腔の健康づくりの実践を目指した様々な活動を行っている。

(1)保健管理

①定期健康診断オリエンテーション（1年生対象）

定期健康診断を始める前に、1年生を対象に「健康診断の手引」を用いたオリエンテーションを行い、検査や治療が必要とされた場合には、必ず医療機関を受診するように指導している。

②歯科健診における歯肉の観察・個別指導

歯科健診の待ち時間を利用して、自分の歯肉を観察する場を設けている。学校歯科医からは、治療が必要な歯や歯肉炎、歯石などがある生徒に対して、鏡でその場所を見せながらきめ細かな指導をさせていただいている。

③事後措置

歯科健診後の事後措置は、治療勧告書の見出しを、白（歯科健診直後）→黄（夏休み前）→赤（秋の教育相談時、または進路相談時）→黒（冬休み前）と変えながら、早期受診・治療を促している。同時に、部活名の入った全校分の未受診の生徒の一覧を作成して全職員に配付し、担任だけでなく、部活動の顧問とも連携しながら、治療率の向上を目指している。

(2)保健指導

①歯科保健指導（1年生対象）

1年生に歯肉炎や歯肉炎要観察の生徒が多かったことから、27年度より県の歯科衛生士会から歯科衛生士を講師として招き、歯科保健指導を行っている。指導内容は、講義、口腔内の観察、歯垢染め出し、ブラッシングとフロッシングの指導などである。

事前に綿密な打ち合わせを行い、生徒の実態を共有し、当日は歯科健診結果を記入した各クラスの座席表を用意することで、歯や歯肉炎のあった生徒に対して個別指導をさせていただいている。



歯肉を観察している様子



歯科衛生士による歯科保健指導

②朝の10分間読書の活用

高崎市学校保健会が作成した小冊子「中学生版歯科保健の手引」を、中学校1年生を対象に年度初めに配付している。歯と口の健康週間には、朝読書の時間にこの冊子を活用し、歯と口腔の知識を深める機会としている。

③給食の放送「給食室だより」「保健室だより」

給食時の校内放送プログラムに、栄養士による「給食室だより（月曜）」、養護教諭による「保健室だより（火曜）」の時間が設定されていて、全校を対象にした給食指導や保健指導を行う場となっている。毎年、6月の給食・保健目標に合わせ、歯と口腔に関する内容で指導を行っている。

④栄養士による教室訪問

歯と口の健康週間には、給食の時間に栄養士が1年生の教室を訪問し、「丈夫な骨や歯を作ろう」という内容で5分間指導を行っている。

(3)保健学習

「健康な生活と病気の予防（3年）」の単元で、「健康のために必要な食生活について考えよう」という内容で保健体育教諭と栄養士のTTによる保健学習を行った。学校保健委員会「歯と口の健康～噛むことの効果を知ろう～」や、給食の放送「給食室だより」「保健室だより」と関連を持たせた指導内容で行った。

(4)組織活動

①健康教育・食育推進委員会

本校では、随時、健康教育・食育推進委員会を開催している。27年度から歯肉炎の予防に視点を当てた健康教育に取り組むにあたって、年度末に委員会を開催し、どのような内容に取り組むかを協議した。

②学校保健委員会

学校保健委員会は年に5回（通常2回、拡大2回、地域合同1回）開催している。歯肉炎の予防を目的とした内容として、27年度は「歯と口の健康～歯肉炎を予防しよう～」、28年度は「歯と口の健康～噛むことの効果を知ろう～」という議題で協議を行った。

③生徒会活動（生徒保健委員会）

生徒保健委員会では、学校保健委員会前にアンケートを実施して配付資料やスライドを作成している。事後活動として、生徒保健委員長が給食の放送で会の内容を報告したり、文化祭で学校保健委員会の内容について報告会を行ったりしている。

④PTA活動（PTA 保健給食委員会）

学校保健委員会への参加はもとより、歯科保健指導を行う際に必要な費用について、PTA会費から予算を捻出できるよう協力していただき、継続した指導が可能となった。



学校保健委員会の
グループワークの様子

(5)家庭・地域との連携

①啓発活動

学校内の健康教育の取組について、各種通信の配付や、保健行事への参加を通して啓発活動を行い、家庭や地域との連携を図っている。

②調理実習

27年度にPTAセミナーと合同で、食に関する内容をテーマにした拡大学校保健委員会を開催した。その事後活動として、生徒、職員、保護者、地域の方を対象にした調理実習を行った。献立には、カルシウムを多く含む食材や噛みごたえのある野菜を取り入れた。当日は、生徒、保護者、職員が参加し、栄養士や給食技士の調理指導を受けながら実習を行った。

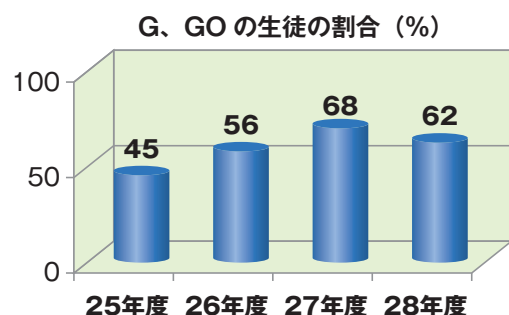


Caと食物繊維たっぷりの献立

4 成果と課題

健康教育の様々な場面で、歯と口腔の健康について取り上げたことで、28年度の歯科健診では、歯肉炎や歯肉炎要観察と診断された生徒が全校で62%（前年度69%）になり、特に2年生が60%（1年時86%）に減少したことは大きな成果である。

これからも、生徒が歯肉炎を予防するための知識や方法を身に付けるための方策を模索しながら、生涯にわたって心身の健康の保持増進に努めようとする生徒の育成を目指して、実践を積み重ねていきたい。



シリーズ 新・学校での応急処置とその対応 Vol.3

学校での耳・鼻のけがおよびその応急処置・対応について

一般社団法人日本耳鼻咽喉科学会 学校保健委員会 委員 宇高 二良

1. はじめに

学校生活においてはさまざまな耳鼻咽喉科疾患や外傷（けが）を来すことがあります。多くは保健室での軽微な処置による初期対応で済まされるものの、中には早急に医療機関への引き継ぎが必要な重篤な例もあります。聴覚・嗅覚・味覚などの感覚器、平衡機能や発声発語機能などは受傷時には表面上明らかな異常がなくても、徐々に多様な機能障害を来すことがあります。一方では、顔面の外傷による変形や瘢痕が残ると機能ばかりでなく心理的にも児童生徒に与える影響が大きく、整容的な観点での対処も必要です。インクルーシブ教育の流れからさまざまな障害を持った児童生徒が通常の学校で学ぶようになり、さらには学習指導要領の改訂に伴って中学校保健体育においては武道（柔道・剣道・相撲等）が必修化されたことなど、学校を取り巻く環境は変化しています。このような現状において、学校現場で最初に接する養護教諭や担任の先生方が、日頃より耳鼻咽喉科領域の外傷に対する知識を深められ、より適切な判断と対応をしてくださることを期待しております。

2. 発生状況

平成23年度の横浜市の学校統計によれば、日本スポーツ振興センターの給付対象となった学校管理下の災害の発生率は約7%であり、小学校では「昼休み・休憩時間（遊んでいる時）」が多く、中学校と高等学校では「体育的部活動」が圧倒的に多かったと報告しています。障害部位は「上肢・下肢」が半数以上を占め、「鼻部」（1.4%）や「耳部」（0.6%）など耳鼻咽喉科領域では全体として5.14%でした。

平成25年に日本耳鼻咽喉科学会学校保健委員会が全国の小中学校の養護教諭対象に行った「学校現場における耳鼻咽喉科救急疾患の対応と処置」に関わるアンケートでは、救急疾患の発生率は小学校では鼻出血が6.4%と最も多く、次いで咽頭痛、耳痛の順番であり、中学校では鼻出血が

2.2%で、次いで咽頭痛、めまい、鼻部外傷・外創・打撲、耳痛、鼻骨骨折の順番でした。また、授業時間内に医療機関への診察を依頼した案件としては、小学校では全体の頻度は0.13%で咽頭異物が最も多く、次いで耳の外傷・外創・打撲、鼻骨骨折、鼻の外傷・外創・打撲の順番、中学校では全体の頻度は0.34%で鼻出血が最も多く、次いで咽頭痛、鼻骨骨折、鼻の外傷・外創・打撲、耳の外傷・外創・打撲、めまい、外傷性鼓膜穿孔の順番でした。救急疾患の発生率は小学校の方が高いものの、医療機関への診療依頼が必要であった率は中学校の方が高いという結果でした。

3. 外傷の種類・部位と具体的対応

顔面の外傷は単なる打撲や擦過傷から骨折に至るまで、その程度や部位によってさまざまです。体育の授業中や体育部活動のとき受傷することが多いので「スポーツ外傷」とも呼ばれます。けがの程度によって顔面を構成しているいずれかの骨自体が損傷する「骨折」と、骨折には至らないが軟部組織が損傷を受ける「打撲」があります。骨折かどうかの確定診断は、レントゲン撮影やCT撮影などの画像診断が必要です。意識障害など脳の障害を疑わせるとき、血圧低下や呼吸異常など全身の影響が懸念されるときは、まず救命措置が優先されます。

耳では内耳、中耳の存在する側頭骨に強い衝撃が加わると骨折を来します。骨折するタイプによって症状はさまざまですが、内耳に到達する（横骨折）タイプでは受傷直後から高度の難聴やめまい、場合によっては顔面神経麻痺が起こることがあり、また治りにくいこともあって、早急な治療開始が望まれます。骨折する程ではなくても内耳に衝撃が及ぶ（内耳震盪症とよばれます）と、表面上は明らかな異常がなくても直後もしくは少し時間がたってから難聴やめまいが起こることがあります。とくに先天性の内耳奇形の一つである前庭水管拡大症の子どもの場合、脳にちょっとした衝撃が加わって脳圧が上昇することで、元々ある難聴が著明に悪化することがあります。従って、

スポーツ活動においてはサッカーのヘディング、ラグビーのスクラム、そして柔道やレスリングなどの格闘技は勧められません。難聴を来す特殊な形として音響外傷があります。これは、大きな音を聴取することによって、内耳の感覚細胞が障害されて起こるものです。タイヤのパンク音を聞いたなど事故といえるもののある一方で、日常からヘッドホンやコンサートでロック音楽を強大な音量で聴取するという中高生ではしばしば認められます。最初は治療によって改善していても、繰り返すことで持続性の難聴を残すことがあり、日頃より生活指導が大切です。

学校において児童生徒が訴える難聴の中で最も多いのが心因性難聴です。これは実際には耳に器質的な異常がないにも関わらず、何らかの心理的な負荷が引き金になって自覚的に耳が聞こえにくく感じるものです。例えば、クラスメートから耳元で大きな叫び声を聞かされたとか、頭がぶつかったなど本来難聴の原因にならない些細なことをきっかけに難聴を訴えることがあり、真の外傷との鑑別が必要になってきます。

耳で注意すべき外傷としてもう一つ外傷性鼓膜穿孔が挙げられます。これは、直接耳かきなどで鼓膜を損傷する場合（直達性）と、耳にボールが当たったとか平手でたたかれたとかで外耳道が密閉され空気の圧が鼓膜に加わることによって起こる場合（介達性）があります。学校で起こるのは大半が後者で、感染さえ起こらなければ、後遺症なく治癒します。しかし、事故の起こり方としては他人の関与があることがあり、対応に注意を要します。

鼻は顔面頭蓋自体を構成する固有鼻腔と副鼻腔、そして顔面の中央から外に突出した外鼻から構成されます。固有鼻腔と副鼻腔は比較的硬い骨の組み合わせで、周辺には脳や眼、歯列など重要な器官があります。鼻腔、固有鼻腔の外傷とくに骨折は鼻閉や鼻出血など鼻固有の症状や顔面の変形のほかに、周辺臓器に影響を及ぼします。眼球

を収める眼窩の骨折では、視力障害や眼球運動障害に伴う複視などが、歯列や顎関節に骨折が波及するとかみ合わせの異常や開口障害など、日常生活に直接影響を及ぼします。一方、外鼻は柔らかい骨や軟骨の組み合わせでできています。車のバンパーと同じで、いわば折れることで外圧を吸収し顔面頭蓋に直接外圧がかかることを軽減しています。従って、手が当たったとかボールが当たったとかのちょっとした弱い外圧でも簡単に骨折や脱臼を来します。耳鼻咽喉科領域では最も多い骨折であり、数日以内であれば整復も容易ですので、受傷の状況を勘案しながら対応して下さい。

外傷、非外傷にかかわらず、鼻の症状で最も多いのは鼻出血です。鼻出血への対応が初期治療の鍵となります。事故や外傷の際、ただでさえ本人は余裕をなくしている状態で、赤い血を見ると余計に興奮して血圧も上昇し、ますます出血しやすい状況に陥ります。対処者が状況を把握し、冷静に対応することが肝要です。鼻出血のポイントは鼻の奥から口腔、咽頭に流し込まないことです。鼻血を来す場所はほとんどの場合、鼻の入り口から1cmほど奥の鼻中隔粘膜のキーゼルバッチといわれる部位です。可能な限り座位で、首を前屈し顔を俯かせる姿勢をとって下さい。その上で、出血している方の鼻の入り口に綿花や少し強めにまるめたティッシュを詰めて、鼻翼を指で押さえて下さい。少しぐらい、鼻の前から出血が見られるのは問題ありませんので、そのままの姿勢で5分程維持することでまず止血します。

小学校で医療機関への診療依頼が多かったものとして、咽頭異物があります。多くの場合、昼食にまつわる魚骨異物です。ちまたでいわれるご飯のまる呑みで外れるものではありません。医療機関で除去してもらいましょう。異物でも、事故後に全く飲み込めないとか流涎が持続する場合、呼吸困難を訴える場合、またボタン型電池を飲み込んだ可能性のある場合は、生命に関わる緊急事態ですので早急な対応が必要です。

参考文献

日本耳鼻咽喉科学会学校保健委員会編：平成26年1月 耳鼻咽喉科学校保健の動向，日本耳鼻咽喉科学会（東京），2014年

【訂正】

会報『学校保健』326号P.10,11「学校における眼の外傷と応急処置について」一部誤りがございました。以下の通り訂正いたします。

3) バドミントン

部員数に比べて軽傷例を含めた眼外傷の年間受傷率は低い。しかしシャトルのコルクの部分の眼窩に深く陥入するために眼にあたりと眼障害を招きやすく、野球、サッカーに次いで眼障害の多い特異な種目と言えます。ネットプレーでの至近距離からのスマッシュ、ダブルス前衛の振り向きざま、そのほかラケットによる重度の眼外傷が多い。

どうする？ どうなる？ お酒のこと

未成年飲酒防止啓発ツールの改訂版発行

日本学校保健会
監修

アサヒビール（株）が開発した小学生向け飲酒防止啓発ツール『どうする？ どうなる？ お酒のこと』は、2007年7月以来、多くの学校で活用されてきました（累計発送数60万部以上）。この教材は、「なぜ未成年者がお酒を飲んではいけないのか」をクイズで学び、飲酒を誘われた際の断り方を考えることをテーマにしたものです。

これまで全国の学校で配布されてきましたが、さらなる内容の充実を目指して改訂を行いました。今回の改訂では、未成年者飲酒防止は大人の責任であることを大前提に、保護者へのメッセージを加え、小学生にとってよりわかりやすく見やすい教材となる工夫をしました。



楽しくわかりやすいクイズ

クイズは「子どもがなぜお酒を飲んではいけないの？」「毎日のお酒を飲み続けたらどうなるの？」の2部に分けてあります。中央から上の部分をめくると、正解とともに、依存についての説明が読める仕組みになっています。また、未成年の時期から飲酒を始めることの危険性についても記載しました。

保護者も一緒に学べる教材

教材には、保護者に向けたメッセージも多く書かれています。子どもたちの飲酒はあってはならないことです。大人がついついお酒を勧めてしまうことで、飲ませた大人が罰せられることはもちろん、子どもたちの未来を奪うことにもなりかねないことを再認識してほしいとの願いを込めました。

手品のようなパタパタ教材

紙媒体で折りたたんだものですが、子どもたちに学んでもらいたい内容を絶妙に配置し、手品のような作りになっています。掲載する内容を厳選し、パタパタとめくりながら楽しめるレイアウトを工夫した結果、子どもたちにとって、よりわかりやすく見やすい教材が完成しました。

親しい人からの誘いを断る

子どもたちの飲酒のきっかけは、「親しい人からの誘い」です。ここでは、相手との人間関係を壊さずに、「飲まない」という自分の気持ちを相手に確実に伝える断り方を紹介しています。体への害を理由にしたり、「先生や家族に叱られるから」等誰かの力を借りたり、子どもたちが実際の場面で活用できる断り方を示しました。

* この教材は、法政大学鬼頭英明教授、東京薬科大学北垣邦彦教授、（公財）日本学校保健会並木茂夫事務局顧問、他2名（公立中学校長、公立小学校養護教諭）の助言のもと、改訂されました。

● 申込方法 ● 以下のいずれかの方法でお申し込みください。

- ① お電話：0120 - 011 - 121 お客様相談室
 - ② WEB：アサヒビール(株)適正飲酒サイト 「人とお酒のいい関係」啓発ツール申込み
 - ③ FAX：03 - 5608 - 5201 環境・ARP 室
- 下記必要事項を明記してください。また本用紙を申込書としてもお使いいただけます。
- ・必要部数
 - ・ご住所 〒
 - ・学校名・団体名等
 - ・電話番号
 - ・ご担当者名

※ ご記入いただいた個人情報は、お客様への資料発送の対応を目的に利用いたします。また、統計資料作成（その公表を含みます）のために利用することがございますが、その場合は、個人を特定・識別できる個人データの項目を削除いたします。

虎ノ門 (147)

性に関する指導

情報化の進展により、児童生徒は、誰でも性に関する多くの情報を入手することが出来るようになったが、科学的に正しい知識と誤った情報が混在しているのが現状である。特に、出会い系サイトなどの性被害が増加し、自画撮り被害など新たな性被害も起こっている。妊娠・出産に適した年齢に関する医学的に正しい情報の提供が不十分で、若年の貧困や雇用の不安などの背景から、出生率の低下や不妊治療の増加を招いている。

一方では、ここところからの性の不一致に起因する性同一性障害やLGBTに対する配慮も必要となってきている。2014年の文部科学省の調査では、からだの性に違和感を訴える児童生徒は全国の小中高등학교に少なくとも600人前後在籍し、そのうち約6割は服装や授業等で学校側が児童生徒に配慮している。性別に違和感があることを

保護者、教員だけに打ち明けていた児童生徒は43%に上っている。児童生徒がカミングアウトした場合など、文部科学省では2015年にその対応を通知しているが、ジェンダーに関する指導については教員養成課程での教育を含め、早急な対応が必要である。

性に関する指導は今までの生殖教育にとどまらず、性を生物学的・心理的にとらえ、特に今後は社会的な側面からのアプローチも必要となってきている。学校現場では、性教育の実践例が少なく、経験を積んだ教員も少なくなっている。厚生労働省の報告では、2015年に10代で出産した女性は11,929人いたが、一方では10代の人工妊娠中絶は16,113件に上る。若年妊娠・出産の問題を妊娠した女子生徒一人に負わせるのではなく、当事者の気持ちに寄り添いその状況を互いに理解し、教育の現場から排除するのではなく、教育の継続や就労について真剣に取り組むことが出来る体制の整備が求められている。

(会報編集委員会委員 山田正興)

公益財団法人 日本学校保健会主催

思春期皮膚疾患(ニキビ)ポスターコンクール

絵画及びキャッチコピー募集

最優秀作品はポスターに採用、全国の学校へ配付します

テーマ:思春期の皮膚疾患(ニキビ)について

対象:国公立小学校、中学校、中等教育学校、高等学校の児童生徒

募集締め切り:平成30年1月12日(金) 必着

■応募票に作品のコメントを記載ください。

■応募作品は審査の、日本学校保健会のポスターとして複製・印刷後、全国の学校へ配付します(本誌329号(3月発行) 折込予定)

■ポスター採用者には賞状および副賞(図書カード)を贈呈します。

*要項・応募票のダウンロード及び詳細は学校保健ポータルサイトをご確認ください。

お問い合わせ:〒105-0001東京都港区虎ノ門2-3-17-6階

公益財団法人 日本学校保健会 担当:高橋 TEL:03-3501-0968



☐養護教諭の皆様へお願い☐



未成年者飲酒防止啓発ポスターに関するアンケートをポータルサイトに開設します。回答者全員に粗品をプレゼントいたします。ご協力賜りますようお願い申し上げます。



安易なカラーコンタクトレンズの使用には注意!! 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/CLguide>

ACUVUE[®]
BRAND CONTACT LENSES



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.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 ©J&J KK 2017



コンタクトレンズは、
眼科を受診して、
正しくお使いください。

コンタクトレンズは正しい使い方を守って、快適に使いましょう。

コンタクトレンズのことなら [コンタクトレンズ百科事典](#) [検索](#) www.menicon.co.jp/whats/encyclo/





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



**キシリトール入りの
ガムで
歯の健康づくり**

「楽しく学ぼう！ 歯の健康づくり」講座レポート

ガムで自分の噛む力を知り、 咀嚼力の向上を目指そう！

専門講師：福田雅臣 教授（日本歯科大学 生命歯学部衛生学講座）
企画・監修／共催：（公財）日本学校保健会
協力：LOTTE

恒例となっている「楽しく学ぼう！ 歯の健康づくり」が平成29年9月12日、杉戸町立高野台小学校（埼玉県）の高学年を対象に開催されました。

講座では、むし菌になるメカニズムを解説したうえで、歯を良く磨くこと、良く噛んで食べることの大切さを講師の福田先生がわかりやすく伝えました。良く噛んで食べることで、「口の中がきれいになる」「頭がすっきりし、集中力が高まる」など良いことがたくさんあります。また、砂糖と同じように甘いのにむし菌にならないキシリトールも紹介。ミュートランス菌はキシリトールを分解できないため酸や歯垢をつくれず、やがて弱っていくことを解説しました。

その後、「良く噛むとどんなに良いことがあるか体験してみよう」という福田先生の合図でピンクとブルーの2種のキシリトールガムが児童全員に配られ、みんな60回噛みました。噛んだ後はガムの色の混ざり具合、ガムの大きさや硬さ、味の変化によって咀嚼力を自己判定。もちろん児童の歯や口の状態には個人差があるため、良く

噛めなかったら、噛む回数を増やして、ゆっくりと食事を摂ることを勧めます。児童たちは「良く噛んだら歯がツルツルになった！」「口の中がさっぱりした！」など大きな声で感想を述べていました。

講座のまとめでは、「歯を良く磨く」「良く噛んで食べる」「フッ素やキシリトールを上手に活用する」「良い生活習慣と食習慣」「定期的に歯科医に診てもらう」の5つが健康な歯をつくることを児童たちに伝えました。そして、キシリトールの原料であるシラカバを育てながら歯の健康について学んだことを思い出してほしいという願いを込め、シラカバの苗木と歯の健康づくりの絵本を学校へ贈呈し、講座は終了しました。

