

# 学校保健

JAPAN SOCIETY  
OF  
SCHOOL HEALTH

平成30年11月

No. 333

(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

## スポーツ庁「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」について

茨城大学教育学部教授 **瀧澤 利行**  
(会報『学校保健』編集委員)



平成30年3月19日にスポーツ庁は、義務教育である中学校(義務教育学校後期課程、中等教育学校前期課程、特別支援学校中学部を含む。)段階での課外活動としての運動部活動の在り方に関する総合的なガイドラインを策定しました。課外活動としての運動部活動の在り方に関しては、生徒の安全や体罰などさまざまな問題が指摘され、近年ではマスコミなどでも取り上げられ、社会的な関心を集めています。スポーツ庁ではこうした状況に鑑みて、望ましい運動部活動の在り方について、その指導体制や練習の基本的方針を本格的に明らかにしました。

このガイドラインでは、学校の運動部活動は学校教育の一環であるという認識に立ちつつ、体力や技能の向上を図るとともに、「異年齢との交流の中で、生徒同士や生徒と教師等との好ましい人間関係の構築を図ったり、学習意欲の向上や自己肯定感、責任感、連帯感の涵養に資するなど、生徒の多様な学びの場として、教育的意義が大きい。」とその教育的意義を認め、「生徒の自主的、自発的な参加により行われ、学校教育の一環として教育課程との関連を図り、合理的かつ効率的・効果的に取り組むこと」とその基本方針を明確にした上で、都道府県に「運動部活動の在り方に関する方針」、市区町村教育委員会や学校法人等の学校の設置者に「設置する学校に係る運動部活動の方針」、校長に「学校の運動部活動に係る活動方針」を策定することをもとめています。そして具体的な指導の目安として、学期中は週当たり2日以上以上の休養日を設けること、1日の活動時間は平日で2時間、土日などの休業日で3時間という活動時間を基準として示しています。これにより、ややもすれば過剰な練習による健康障害やメンタルヘルス面での課題を予防する「総量規制」の基準が示されたこととなります。早急に地域や各学校での実行が期待されるところです。

### 主な誌面

**特集** **がん**と**学校保健**  
子供と大人のための**がん教育**………2頁  
全国健康づくり推進**学校表彰式**の実践④  
山形県村山市立**榎岡中学校**………4頁

**シリーズ**の「**健康教育をささえる**」  
学校給食における**栄養管理の在り方と食に関する指導**………6頁  
**高崎市学校保健会の活動**………8頁  
中学校での**歯科保健課題「歯周病(歯肉炎)」についての実践**………9頁

平成30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31年2月2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 表彰式
14:30	実践事例発表会
16:00	閉会

\*平成28年度より表彰式と事業報告会は別日程となりました。事業報告会は平成31年2月21日(木)を予定しています。

回覧	校 長	教 頭	保健主事	養護教諭	保健委員会	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 **がん**と学校保健 (第4回/全5回予定)

# 子供と大人のためのがん教育

東京大学医学部附属病院放射線治療部門長・准教授 中川 恵一

日本は男性の3人に2人が、女性の2人に1人が、がんになる世界トップクラスのがん大国です。しかし、日本人は、がんを学ぶ機会がほとんどありませんから、迷信がはびこっています。焼肉などの焦げた部分は避ける必要もありませんし、白人と違って日本人では紫外線で皮膚がんが増えることもありません。アルコールで顔が赤くなる人が多い日本人では、白人と異なり、お酒は要注意です。

医療面でも、欧米では減少に転じているがん死亡数はわが国では増加の一途をたどっています。いまだ高い喫煙率、低い検診受診率、手術偏重の治療、緩和ケアの遅れなど、課題は山積しています。

わが国のがん医療の遅れの大きな原因は、国民が「がんを知らない」ことだと私は考えています。がんの予防や早期発見は、わずかな知識の有無に左右されますし、治療法の選択はまさに「情報戦」と言えるからです。

私は、がんの放射線治療を専門とする臨床医ですが、進行がんの患者を病院で待つだけでは不幸は減らないと考え、一般市民への啓発活動も行ってきました。また、9年以上も前から全国80か所以上の学校でがんの授業を行いながら、学校でのがん教育の必要性を国に訴えてきました。

文部科学省もがん教育に関する検討会を26年度に立ち上げ、一昨年度末に中学校の保健体育の学習指導要領に「また、がんについても取り扱うものとする」という一文が明記されました。昨年度末には高校の学習指導要領でも、同じ文章が記載されました。特定の疾病名が学習指導要領に記されたのはエイズ以来20年ぶりのことです。

教えるべき内容は、がんの原因、予防法、早期発見、治療法、緩和ケアなど多岐にわたります。ただ、一番のポイントは「がんを理解することを通して命の大切さを学ぶ」ことであり、外部講師の関与は重要です。「生と死を考える」きっかけにもなり、子供のいじめや自殺防止にもつながる可能性もあるでしょう。もちろん、家族をがんで亡くしたり、自身が小児がんを経験したりする生徒もいるでしょうから、十分な配慮やケアが必要であることは言うまでもありません。

なお、がん教育に関する国の報告書では、特別活動や道徳などの時間を活用して、医師やがん経験者などの外部講師を招くことも求められています。私の経験でも、医師やがん経験者が学校現場で話をすることは生徒に大きなプラスになると思います。ただ、講師の選定などは教育委員会単独では困難であり、保健福祉部局のがん対策セクションとの連携が必要となります。学校医を窓口にして地域の医師会に依頼するのもよいかもしれません。

外部講師の活用については、東京都が非常に前向きに取り組んでおり、東京都教育委員会が「東京都がん教育推進

**「東京都がん教育推進協議会」提言の概要**

**目的**

- がんに関する知識やがん患者に対する理解を深めることであるよう、学校現場におけるがんに関する教育の推進に向け、提言をまとめる。
- 中学校及び高等学校保健体育科において新たに開設されたがん教育について、高等学校が独自の調査を実施してその効果を認めることができるよう、外部講師活用の体制整備を進める。

**これまでにの経緯**

【東京都】

- 平成24年 5月 第2期がん対策推進基本計画策定
- 平成28年 12月 がん対策基本法改正
- 平成29年 5月 東京都がん教育推進協議会設置
- 平成29年 4月 外部講師を招いたがん教育実践ガイドライン作成
- 平成29年 11月 第2期がんに関する教育の推進
- 平成29年 3月 東京都がん対策推進計画（第2次改定）
- 平成29年 4月 外部講師を招いたがん教育実践ガイドライン作成
- 平成29年 10月 第3期がん対策推進基本計画策定

**東京都がん教育推進協議会**

●内 容

- ・外部講師を選出した「がん教育」の取り組みに関すること
- ・外部講師の活用に向けた必要な事項と実施体制に関すること

●留意点

- ・外部講師の活用は、東京都教育委員会、区市町村教育委員会代表、外部講師代表、学校現場、医師、行政関係者等

●協議

- 第1回協議会（平成29年 6月）
- 第2回協議会（平成29年 11月）
- 第3回協議会（平成30年 1月）

●協議会の役割

- ・外部講師を招いた「がん教育」の取り組みのあり方について
- ・外部講師の活用に向けた必要な事項と実施体制について
- ・外部講師を招いた「がん教育」実践ガイドラインの作成
- ・外部講師を招いた「がん教育」実践ガイドラインの活用について

**「東京都がん教育推進協議会」提言**

○学校におけるがん教育の充実

- ・授業、生徒ががんについて正しく理解することができ、また、全ての学校で保健の授業を実施
- ・学習指導要領に位置づけ、学校全体でがん教育を推進する体制を整える
- ・がん教育を進めるにあたって、教師の工夫やアイデアを共有
- ・実践事例の発表やシミュレーション等の研修機会を活用
- ・教師の働き方向上とともに、外部講師との連携に関する調査研究を実施

○外部講師の活用に向けた基本的条件の整備

- ・東京都教育委員会や区市町村、東京都教育庁、福祉委員会、がん対策推進協議会等の協力と連携
- ・外部講師を招く学校数、がん専門性、がん経験者等のリソース
- ・コスト
- ・外部講師のための研修機会を作成・提供
- ・外部講師を対象とした学習記録上の取扱い等を共有する体制を整備

○がん教育推進のための会議体の設置

- ・都の「東京都がん対策推進協議会」では外部講師及び区市町村において、会議体を設置することを希望
- ・都は健康推進推進委員会を設置
- ・区市町村においても関係の府庁や関係府庁等に会議体を設置

○外部講師活用の仕組みづくり

- ・各学校の具体的な実施状況に応じた仕組みづくり
- ・区市町村立学校と都立学校の連携体制の強化を促進し、外部講師活用の仕組みづくり

図 1

協議会」提言をまとめて公表しています。

<http://www.metro.tokyo.jp/tosei/hodohappyo/press/2018/05/24/14.html>

さて、私自身もがん教育の立ち上げには深く関わりましたが、日本のがん教育プログラムは世界一と胸を張れるものです。子どもたちは、がんは生活習慣でかなり予防できること、がん検診で早期に見つければ95%が治ること、通院のできる放射線治療でも手術と同等の効果が得られること、緩和ケアや患者との共生が大切であることなどを習います。今後、がんの罹患や死亡も減ってくると思います。

さらに、私自身の経験でも、がんに関する授業を実施して半年後、約半数の生徒が親にがん検診の受診を勧めるなど、大人へのプラス効果もあります。実際、私が中学2年生を対象にがん教育を実施している香川県の宇多津町では、親世代の検診受診率が急増しています。

繰り返しになりますが、がんはわずかな知識とそれによる行動で運命が分かれてしまう病気です。私の親族にも48歳で大腸がんのため命を落としたものがあります。検便を怠ったため、診断を受けたときには全身に転移がありました。知識の欠落によるものです。

今、がんは全体でも3分の2が、早期であれば95%が治りますが、まだまだ、「死の病」といったイメージがありますから、がんになってからでは冷静に対処できません。実際、がんと告知されてから1年以内の自殺率は24倍にもはね上がります。がんの治療は通院が常識になっていますが、働くがん患者の3人に1人が離職してしまい、その4割はがん治療が始まる前に決断してしまっています。「がんになる前にがんを知る」ことが、がんによる不幸を減らすカギになると言えるでしょう。

子どもたちが学校でがんを知るなかで、問題はもう学校で習うことができない大人にどうやってがんを知ってもらうかですが、「大人のがん教育」の主戦場は会社だと思っています。私も自治体に定期的に呼ばれて市民セミナーなどを行うことも多いのですが、来る人の多くがリピーターで、たばこを吸う人はまずいませんし、ほとんどの方は検診を受けています。

一方、なぜか自分はがんにならないと思こんでいて、たばこをやめられず、がんが見つかるのが怖いから検診も受けないという人が会社にはたくさんいます。こうした方々になかば強制的にがんを知ってもらう場は職場しかないでしょう。厚生労働省の国家プロジェクト「がん対策推進企業アクション」でも出張講座など、職域でのがん教育に力を入れています。

実は、生徒と大人で、がんについて知っておくべき事項はほとんど変わりません。実際、中学生用に作成したアニメ教材は大人にも大好評です。

学校の教職員や保護者の方々については、生徒へのがん教育に参加頂くことがご自身をがんから守るための最も手っ取り早い方策だと思います。一定の配慮の上で、地域住民にもオープンにする事も検討に値するでしょう。

新たに始まったがん教育は生徒の将来を変え、私の親族のような不幸を確実に減らすはずで、同時にがん教育は、教員と保護者の皆さんをこの国民病から守る盾になってくれるはずだと確信しています。



図2

## 全国健康づくり推進学校表彰校の実践④

# 生涯にわたって生きて働く 確かな学びを育む学校

## ～生活習慣の自律を目指した「楯中パワーアッププロジェクト」の推進～

山形県村山市立楯岡中学校

## 1 学校紹介

本校は山形県中央部の村山市中心部に位置し、全校生408名(学級数17)の中規模校である。平成17年に市内3つの中学校が統合して新楯岡中学校としてスタートし、今年で14年目を迎える。「学ぶ・響く・琢く」を校訓として、教師と生徒が思いを共有しながら同じ方向に向かって、全力で進む活力あふれる学校生活を展開している。



## 2 学校経営方針と健康づくり

「生涯にわたって生きて働く 確かな学びを育む学校」を教育目標に掲げている平成27年度～29年度は県の指定を受けて探究型学習推進プロジェクト事業「アクティブ・ラーナーの育成」を目指した研究に取り組んだ。主体的・対話的で深い学びを実現していくこのプロジェクトは、体と心のコンディショニングづくりと親和性の高い学級づくりが基礎になるという視点から、健康教育と集団づくりの取り組みを研究の推進に欠かせない重要な要素と捉えて展開し実践を重ねてきた。

また、文部科学省「中高生を中心とした生活習慣マネジメント・サポート事業」の委託を受け、学習意欲・気力・体力向上を目指した「楯中パワーアッププロジェクト」を健康づくりの中核として取り組んだ。

## 3 具体的な取組

健康づくりの中心「楯中パワーアッププロジェクト」

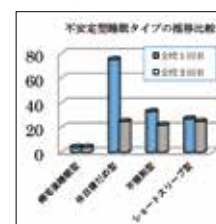
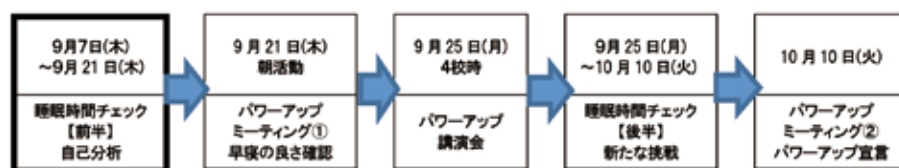
<目的> 生活を自己管理し、日々の生活を充実させることができる生徒の育成を目指すとともに、家庭・地域と連携を図ることで、市全体の健康に関する関心・意欲を高め、健康行動を促進させる。

## (1)生活記録ノート「楯中Life」の有効活用

年間を通じて自分の生活時間を意識させることをねらい、オリジナル生活記録ノートを作成・配布した。生活時間を記録し体調や気分を確かめるようにしたことで、そのつながりに気づけるようにした。毎日終わりの会で一日をふりかえらせ、良かった点は継続し、うまくいかなかったことは改善策を考えさせる視点は、研究ともリンクしている。ノートは担任が毎日点検してコメントを添え勇気づけている。

## (2)睡眠習慣改善プログラムの実施

24時間の時間軸に2週間睡眠時間を記録することで自分の睡眠リズムを視覚化してタイプを知ることからスタートさせ、生活習慣を改善していくプログラムである。パワーアップミーティングは生徒からリーダーを選出し、自分たちの力で話し合いを深めた。パワーアップ講演会は小児科医師による講演会を生徒会が企画し、生活リズムの大切さを再確認し、本気で生活習慣改善にチャレンジする2週間につなげた。



その結果、多くの生徒が自発的に自分の生活を改善し、不安定型睡眠タイプが実施前と比較し激減する等の大きな成果があった。さらにこの体験で得た学びを日常生活に活かせるよう「パワーアップ宣言」としてまとめた。



パワーアップ宣言をしている様子 H29 パワーアップミーティングの様子

### (3)親子学習会(生徒・保護者・学校3者合同企画)・ファミリーミーティング

1学期末の授業参観日に親子で同じ講演を聞く親子学習会を企画している。当日は全体の70%を超える保護者が参加して同じ講演を聞いた。講演後は生徒代表が講師とパネルディスカッションで意見を交流し合った。さらに講演の学びを家庭で活かすためPTA母親委員会が家庭での話し合いを促進する「ファミリーミーティング」のモデルVTRを制作し提案した。その結果、8割を超える家庭から結果が提出され、家庭でのあたたかな交流や生活リズムに対する意識の高まりを感じた。



H28 親子講演会パネルディスカッション

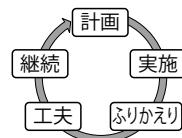


PTA 母親委員会が提案するファミリーミーティング

### (4)パワーアップウイーク

(本校の期末テスト前の1週間を期間とし、学区内3つの小学校と同時期に、年3回開催する)本校では、生活リズムの問題を生徒会執行部及び保健委員会が自分たちの健康課題として認識している。メディアとの付き合い方や生活リズムの課題解決に向け、パワーアップウイーク中はパワーアップリーダーが睡眠の大切さや友だちの良い工夫などを広報し、学級内で日々のふりかえりを発表し、成果を交流させながら展開した。

「自分の生活をマネジメントする」ことを重視し、オリジナル生活記録ノート「楯中Life」を活用し、企画後の生活の計画を立て→実施→ふりかえり→工夫・継続のサイクルを基本に取り組んだ。



パワーアップリーダーが仲間の成果をまとめる

### (5)地域に向けた啓発活動

生徒の中から自分たちの学びを小学校入学前の子どもたちにも広げたいという声が上がった。ストーリーやキャラクターも全校生徒から応募し、早寝早起き朝ごはんを題材とした紙芝居「ひみつのパワーアップレンジャー」を制作した。紙芝居と劇をアレンジし、地域の5つの幼稚園・保育園を訪問して上演した。活動に参加した生徒たちにとっても喜びや自信につながる活動となった。

また、この作品は平成29年度第66回山形県自作視聴覚教材コンクール学校教育部門で優秀賞を受賞した。



幼稚園訪問 紙芝居披露

### (6)地域との連携

市内養護部会が小中学生の全家庭への啓発を目的に生活リズムに関する情報を掲載し、中学校の定期テスト日程とパワーアップウイークを示したカレンダーを制作した。これには、就寝時刻・起床時刻・学習開始時刻や、メディア利用に関する家庭でのルールなどが記入できるように工夫し、マンネリ化防止のため内容を半年ごとに更新して制作・配布している。来年度小学校入学予定の年長児の家庭にも配布し、幼少期からの生活の見直しに役立ててもらった。

文部科学省の事業は平成29年度で終了したが、その後は村山市が単独で本事業を継続させることとなり、「むらやまっこパワーアッププロジェクト」として市内全小中学校で活動を推進している。



## 4 まとめ

自発的な健康行動を促進し自己健康管理能力を育成していくためには、生徒自身が自分の課題に気づき、必要感をもって改善策を深く考え、自己決定していく過程が大切なのであるということを実感した。生徒は今回の取組を通して大きく自分を成長させることができたと思う。

また、自分たちの学びを地域へ発信する活動を展開してきたことで、健康づくりの意識が地域にも広がり高まってきていることも感じている。生徒には社会に働きかけ社会を変えていく力もある。そしてその活動そのものが生徒の学びをさらに確かなものにし、成長を促進させるものと信じ、今後もこの活動を推進していきたい。

シリーズ 71

「健康教育をささえる」～栄養教諭・学校栄養職員の現場から～

学校給食における栄養管理の在り方と食に関する指導

石川県栄養教諭・学校栄養職員研究会

北出 宏子<sup>1)</sup> 板谷 紀子<sup>2)</sup> 目ヶ谷 光<sup>3)</sup> 上田 清香<sup>4)</sup> 不破 郁子<sup>5)</sup>

1)七尾市立七尾東部中学校 2)津幡町立津幡小学校 3)志賀町立志賀中学校 4)宝達志水町立志雄小学校 5)七尾市立能登香島中学校

1. はじめに

栄養教諭・学校栄養職員は、学校給食において摂取する食事と健康の保持増進との関連性についての指導や、偏食傾向や肥満傾向等、食に関して肥満、やせなど、特別の配慮を必要とする児童・生徒に対する個別的な相談指導、そして家庭への支援について、学校給食を通して実践的に行うなど、その役割が期待されている。

「学校給食実施基準」は、児童生徒の健康の増進及び食育の推進を図るために望ましい栄養量を算出したものである。この基準は児童生徒1人1回当たりの全国的な平均値を示したものであるから、適用に当たっては、児童生徒の個々の健康及び生活活動等の実態並びに地域の実情等に十分配慮し、弾力的に運用すること、と示されている。

食事摂取基準の基本的な考え方は、①食事計画 ②給食の提供 ③事後の評価 ④評価に基づく改善 が必要であり、食事計画を作成する前に、対象者のアセスメントを行うことが必要とされている。これには、養護教諭と連携し、各学年の性・年齢・身体活動レベルの状況から集団の特性を把握し、学校給食において個に応じた適切な量を提供ができるように考える必要がある。また、エネルギー源である主食の量は、必要量に応じてグループ化し配食するなど教職員や保護者等の理解のもと検討する必要がある。

では、実際に個に応じた適正量が配食できるように調整する対応はどうすればよいのか。また、肥満・やせ傾向の児童生徒に対して、学校給食を教材として、どのように個別指導を行っていけばよいのだろうか。このことについて、私たちが平成 28、29 年度に在籍していた中能登町、志賀町、宝達志水町の小・中学校において取り組んだことを報告する。



推定エネルギー必要量（EER 中央値）と給食摂取基準の設定値

小学校：945名 中学校：540名 (kcal)

Table with columns for month (4月, 9月), school type (小学校, 中学校), and grade (1年, 2年, 3年, 4年, 5年, 6年, 中1, 中2, 中3). Rows include EER 中央値 and school-specific intake standards for N町.

※平成 30 年 8 月 1 日～施行「学校給食実施基準の一部改正について」(通知)より

(図) 施設ごとの給与目標量の作成 (平成 28 年度 N 町)

## 2. 具体的な取組

給食管理については、中能登町、志賀町、宝達志水町の小・中学校の全児童生徒を対象として行った。また食に関する指導と調査は、3町の中学校3校で取り組み、改善を図ることを目的とした。

- ①児童・生徒の個別の年齢、性別、身長、体重の4月、9月、1月のデータを「EER算出表」を使用して推定エネルギー必要量を算出し、各学校の学校給食摂取基準を策定
- ②全教職員に「学校給食摂取基準」の考え方や個に応じた配食などについて説明
- ③食生活等実態調査（年2回実施し、前期と後期で比較）
- ④学校給食を教材として栄養量を知らせる「食に関する指導」を保健体育、家庭科、学級活動で担当教諭と栄養教諭がTTで行う授業の実施
- ⑤個別の推定エネルギー必要量と成長曲線・肥満度曲線を利用した肥満・やせ傾向や、肥満度に急激な変化がみられた生徒に対する個別相談指導



ワークシート  
「自分の適正エネルギー量を知ろう！」

## 3. 結果と考察

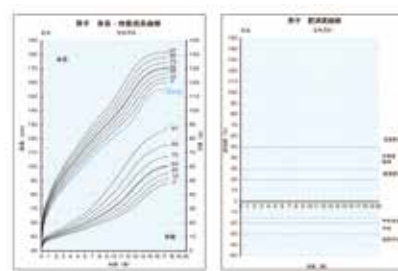
これらを取り組んだ結果、各学校の「推定エネルギー必要量の算出」では、ある中学校では3学年を平均すれば基準値と差がなかったが、学年平均の比較では4月で120kcalも差があり、学年に合った栄養管理が必要であることがわかった。

また、3校共通で実施した調査のうち「給食をほとんど残さない生徒の割合」(n:1,280)は前期(5-6月)73%が、後期(11-1月)には76%になる等、給食喫食状況の改善がみられた。

「個に応じた適正量が配食できるように調整する」ことについては、カフェテリア方式の学校では実施できたが、学級単位で配膳を行っている方式の学校では時間の確保などの課題もあり、今後も検討を重ねていく必要がある。

肥満・やせの個別指導を行ったある中学校では8名のうち6名に身体状況の改善がみられた。これには、成長曲線・肥満曲線を使用した適正な体重や成長状況の把握と、肥満・やせについての経過の評価を指導資料として活用し、非常に有効であった。中学生の肥満ややせの原因は思春期特有の複雑な要因が絡み合っており、保護者の理解、本人のやる気、私たち支援者の歩調を合わせることが大切だと感じた。

栄養教諭・学校栄養職員には、食に関する指導と給食管理を一体のものとして捉え、児童生徒の望ましい発達や生活習慣病の予防等、専門性を生かしたきめ細やかな対応を行うことが期待されている。適正な栄養摂取の評価には、成長曲線、肥満度曲線を用いることが必須であり、これを科学的な根拠として活用し、個に応じた適切な給食の提供と正しい知識を児童生徒に教育することがいま正に求められている。これからも一食一食の献立を大切にし、取組を続けていきたい。



成長曲線基準図と肥満度曲線基準図(男子)



中学校 基準 820kcalもりつけ例

参考文献

- ・文部科学省、学校給食実施基準の一部改正について(通知)、平成30年7月
- ・日本栄養士会「子どもの栄養食事指導・支援プログラム」
- ・田中延子、日本栄養士会「EER算出表活用にあたって」、<https://www.dietitian.or.jp/news/information/2017/110.html>
- ・村田光範、日本学校保健会推薦 応用版子供の健康管理プログラム平成27年度版、勝美印刷
- ・文部科学省、食に関する指導の手引-第1次改訂版
- ・全国学校栄養士協議会「新しい食育」
- ・文部科学省 監修、児童生徒等の健康診断マニュアル平成27年度改訂、日本学校保健会
- ・村田光範、身長・体重成長曲線と肥満度曲線に基づく栄養・食事指導、日本栄養士会雑誌、2015:Vol.58

# 高崎市学校保健会の活動

高崎市学校保健会 会長 大山 碩也

## はじめに

高崎市学校保健会は昭和29年に設立され、その活動内容は機関誌「あゆみ」で詳しく知ることができます。ここでは、第2回高崎市学校保健大会の様子と平成29年度の活動内容（小学校58校、中学校25校、高校11校、特別支援学校5校、幼保こども園117園）、会の活動に対する表彰状況などを述べてみます。

## 1. 第2回高崎市学校保健大会（昭和30年11月2日、高崎市中央公民館）

第2回高崎市学校保健大会の記録を見ますと、現在の活動内容の原型が既にできていました。主な次第は、1) 開会式、2) 教職員による研究発表（3題）、3) 功労者表彰、4) 児童生徒の研究発表（10題）、5) 講演会（演題名：「児童生徒の精神衛生」）でした。研究発表の内容は、時代を反映して、「子供からトラコーマをなくすために」「地域別に見た寄生虫調査について」「三中地域における水質検査」などがありました。

初代会長の田中憲三先生は、次のように挨拶されました。「学校保健ノ仕事ハ、市民父兄ノ最愛ノ方々デアリ、又一面日本ノ次ノ時代ヲ担ウベキ生徒児童ノ健康ヲヨリ一層改善スルコトデアリマス。従ッテ此ノ若キ世代ノ健康増進ト言ウコトハ、国家ノ繁栄ヲモタラシ、夫ノ不良ハ衰亡ヲ意味スルモノト存ズル次第デ御座イマス。此ノ研究発表ノ結果、更ニ生徒児童ノ健康ノ一層ノ改善ヲ得マス事ハ明瞭デ御座イマス。生徒児童ノ時代ヨリ、既ニ研究心旺盛ナル方々ハ、将来成人トナラレテ一層成果ヲ示サレル事ト、末頼モシク存ズル次第デ御座イマス。此ノ意味ニオキマシテ生徒児童ノ研究心如何ハ、国家ノ将来ニ関スル重大事ト考エル次第デ御座イマス。」

田中会長は、活発な学校保健活動の成否が、子ども達にとっても国家にとっても極めて重要であると訴えていました。私は、会の設立当初の会長や理事、会員の皆様が子ども達の健康に寄せた熱い思いを振り返ってみることは、活発な学校保健活動を継続する力になると思っています。

## 2. 平成29年度の主な高崎市学校保健活動

理事会が年6回、正副会長会議が年2回開催され、主な事業は下記のとおりです。

### 1) 平成29年度高崎市学校保健会定期総会（5月25日、出席者418名）

来賓には、高崎市長、市議会議員、三師会の各会長、保健所長、教育委員、市P連会長が出席されました。議事では、平成28年度の各部会からの事業実施報告と収支決算報告が承認され、続いて29年度の各部会の事業計画案と収支予算案が承認されました。

### 2) 第64回高崎市学校保健研究発表大会（10月12日、出席者592名）

開会式の後に、小学校6校、中学校3校、高等学校1校の発表があり、それぞれの発表に対して助言者から講評がありました。発表はグループによりプロジェクターを用いて行われ、小学校の発表では、衣装や小道具を用いたユーモアがある寸劇形式が多くありました。

### 3) 第64回高崎市学校保健大会（11月15日、出席者465名）

開会式の後に、次のような表彰式が行われました。

#### (1) 学校保健優良校表彰

小学校7校、中学校3校を表彰しました。高崎市内の全ての学校では、特色のある学校保健活動を大変熱心に行っております。各学校の取り組みに対して、様々な視点から総合的な評価を行い、毎年優良校を決めております。



(2)学校保健功労者表彰 : 各部会から推薦された20名の方々を表彰しました。

(3)よい歯の児童・生徒表彰 : 小学生5名、中学生4名を表彰しました。

(4)善行児童生徒の表彰

親切な行為や人命救助に貢献した行為、環境美化に貢献した行為などで、小学生3名と1つの登校班、中学生11名、高校生3名を表彰しました。

表彰式に続いて、「子どもの現代的な健康課題とその対応」と題して講演会が行われました。

この日の夜に市内のホテルで開催される「功労者祝賀会」には、毎年420人を超える会員が一堂に会します。この祝賀会の熱気が、会の活発な活動に不可欠と思っております。

#### 4) 各学校における学校保健委員会活動

学校保健委員会は、小学校は年3.9回(1時間)、中学校は年4.0回開催され、毎回、校医、歯科医師、薬剤師、PTA役員の出席のもと、その回のテーマについての子ども達の発表と討論が行われています。委員会の内容は、後日、全校の児童生徒に報告されています。

#### 5) 高崎市歯と口の健康週間(6月1日～6月7日、高崎シティギャラリー)

「凶画ポスター・標語コンクール」「親と子のよい歯のコンクール」「高崎市小中学校よい歯のコンクール」を実施し、優秀者を表彰しました。高崎市長賞を受賞した「伸ばそうよ 健康寿命 歯みがきで」が、日本学校歯科医会の標語コンクールで最優秀賞を受賞しました。また、29年度の市内の小6と中1のDMF指数は0.46、0.65で、毎年最小値を更新しています。

#### 6) 「健康教育フェア」の開催(11月30日～12月5日、市役所1階ロビー)

21世紀を担う「心身ともに元気なたかさきっ子」の育成を願って、高崎市における健康教育の取り組みを紹介し、学校・家庭・地域の連携の必要性を市民とともに考えました。開催に先立ち、開催を市民にアピールするポスターを子ども達から募集しました。

#### 7) 「世界エイズデー in たかさき 2017」(12月1日)

授業前の早朝に、市内11の駅で、教職員に引率された小中学生や保護者、保健所職員など505名が、レッドリボンやメッセージカードの配布、横断幕、呼びかけなどで、エイズの蔓延防止と偏見や差別の防止を乗降客に訴えました。また、小中高生が作成した啓発用エイズパネルを市内4か所と市庁舎ロビーに展示しました。小学校6年生向けと生徒向けの広報紙『AIDS』を毎年発行し、子ども達に配布するとともに、指導者用解説文を各学校に配布しました。

### 3. 高崎市学校保健会の活動に対する表彰状況(平成20～29年の10年間)

会員の熱意と子ども達のやる気、活動の歴史の積み重ねなどに支えられて、毎年表彰されています。

1) 文部科学大臣表彰 : 小学校1校、中学校3校、高等養護学校1校、個人8名

2) 全日本学校歯科保健優良校表彰

日本学校歯科医会会長賞4校(小学校1校、中学校3校)、優秀賞2校(小学校1校、高校1校)、奨励賞9校(小学校5校、中学校4校)、特別賞1校(小学校)

3) 日本学校保健会全国健康づくり推進学校表彰

最優秀校4校(小学校3校、中学校1校)、優秀校4校(小学校2校、中学校2校)、優良校8校(小学校8校)

## むすびに

子どもの時代から心と体の健康に関する様々な基本的知識とスキルを学び、望ましい生活習慣を身に付け、自らの健康は自ら守る気概を育むことは、人生100歳時代が視野に入った日本では、ますます重要になったと思います。学校保健活動を通して、子ども達の学校生活がより楽しく元気なものになり、将来の自らの健康に自信と安心感を持つことができるといいですね。今後とも、子ども達の基本的・現代的健康課題に向き合いながら、「生涯を通して、心豊かに、逞しく生きる子ども達の育成」に向け、子ども達とともに活動を行いたいと思っております。

# 中学校での歯科保健課題 「歯周病（歯肉炎）」についての実践

日本学校歯科医会常務理事（会報『学校保健』編集委員） 佐々木 貴浩

## 1. はじめに

平成29年度に小学校、中学校等の学習指導要領が改訂された。中学校保健体育の学習指導要領解説に「歯周病」が明記されたことは、小学校から中・高等学校を経て成人保健に向けて系統的に学校歯科保健の内容が充実するよう願ってきた関係者にとって意義深いことである。（表1）

〔表1〕中学校学習指導要領解説 保健体育科編より抜粋

### ①健康な生活と疾病の予防

ア 健康な生活と疾病の予防について理解を深めること。

（ウ）生活習慣病などは、運動不足、食事の量や質の偏り、休養や睡眠の不足などの生活習慣の乱れが主な要因となって起こること。また、生活習慣病などの多くは、適切な運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践することによって予防できること。（207p）

【解説】（ウ）生活習慣病などの予防 生活習慣病は、日常の生活習慣が要因となって起こる疾病であり、適切な対策を講ずることにより予防できることを、例えば、心臓病、脳血管疾患、**歯周病**などを適宜取り上げ理解できるようにする。

その際、運動不足、食事の量や質の偏り、《中略》、また、心臓や脳などの血管で動脈硬化が引き起こされたりすることや、**歯肉に炎症等が起きたり歯を支える組織が損傷したりすること**など、様々な生活習慣病のリスクが高まることを理解できるようにする。生活習慣病を予防するには、《中略》喫煙や過度の飲酒をしないこと、**口腔の衛生を保つこと**などの生活習慣を身に付けることが有効であることを理解できるようにする。（211p）

\* 太字は筆者加筆

## 2. 歯肉の状態

平成29年度学校保健統計によると歯肉の状態：判定2（G）の者の率は、小学校1年で0.59%、中学校1年で3.55%、高等学校1年で4.28%、同3年で4.68%と年齢とともに増加する。平成28年歯科疾患実態調査（厚生労働省）の成人で歯周病の所見（歯周ポケット4ミリ以上）のある者の率は、20-25歳の層で25.7%、50-54歳の層では54.1%で、Gの者からすると歯周病の所見のある者は高率である。成人期には半数（50%）を超えるまで歯周病の所見を有する者が増加することから、学齢期での保健教育により歯肉の健康を生涯に渡り保持する者の増加が期待されている。

Gの他に歯肉の状態の指標として、歯肉の状態：判定1（GO）がある。GOとは「歯肉に炎症が認められるが、注意深いブラッシングと食生活習慣の改善などにより、健全な歯肉に戻ることが可能な状態」と定義されている。現在の学校保健統計ではGOの者は反映されていないが、すでに歯肉に炎症が起っている状態の歯肉炎所有者率：G+GO（図1）を、成人の歯周病の高リスク者率または学齢期の歯肉炎の実態として捉えることも必要である。

## 3. 中学校での実践紹介1

### 中学校における歯周病学習の取り組み

（岡山県倉敷市立南中学校 学校歯科医 柴田宏先生 提供）

平成20年度より総合的な学習の時間を利用し歯周病予防の取り組みを毎年開催している。取り組みを始めてから、歯肉炎所有者率は減少してきている（図1）。歯周病は進行すると最終的に歯を失うという怖い病気である。科学的な思考力がついてくる中学生で学習する意義は大きい。

### 実践

#### 1) 歯肉の状態の観察と生活習慣についてのアンケート

各クラスで健康な歯肉と歯肉炎の見分け方の説明を担任から受けた後、各自手鏡で自分の歯肉の状態を見ながら、アンケートの20項



図1 歯肉炎所有者率（G率+GO率）の減少  
※ G率はあまり変化していないがGO率が徐々に減ってきている

目のチェック項目に記入する。(日本学校保健会発行の「歯肉の状態から健康づくりを見直そう」使用)

歯肉のセルフチェックの結果から歯肉の健康な生徒と歯肉炎の生徒に分け、それぞれについて生活習慣の項目との関連性をみる。多くの項目で、歯肉の健康と生活習慣が関連していることが分かった。結果はレーダーチャートに作成し、生徒みずから生活習慣の見直しができるようにしている。

## 2) 歯と口の健康教室

体育館にて1年生全員を集めて開催し①健康な歯・歯肉の人の表彰②保健委員によるセルフチェック結果の発表③学校歯科医の講話「歯周病ってなんだ?」と題して講話。内容は歯と顎骨の関係や歯周病菌の話。歯周病はどうして起こるのか図説。歯肉炎や健康な歯肉の写真も多くみせている。④歯科衛生士によるブラッシング方法の指導



図2 歯と口の健康教室の様子

## 3) 歯周病読本の配布

A4サイズ8Pのカラー刷り。内容は、「歯と口の健康教室」での講話の内容。生徒自身が講話の内容を振り返ったり、家庭での話題づくりにもなったりする。

## 4) 事後措置としての個別指導

歯科検診で歯肉の状態が悪かった生徒に対し個別指導を行う。

- ①歯肉の写真撮影
- ②歯肉の状態の観察とワークシート記入
- ③パソコンによる歯肉の状態の個別指導
- ④歯科衛生士による染め出し、ブラッシング指導

## 4. 中学校での実践紹介2

### 実践

#### 1) 学校歯科医による講話「歯周病と喫煙」

私の岐阜県瑞浪市では、歯周病予防と喫煙防止のために市内の全中学校で学校歯科医による講話を行っている。この取り組みは、健康や疾病は共通の生活習慣が関係していることを理解し、生涯の歯周病をはじめとする疾病予防や喫煙防止を目的としている。

(図3はSheiham&Watt2000をWatt2005が修正したもの)

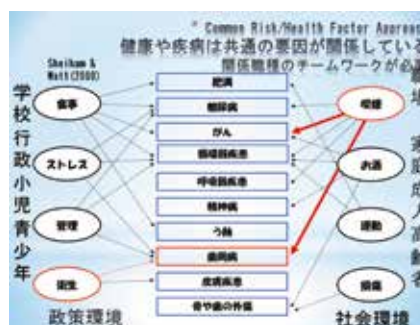


図3 中垣晴男愛知学院大学名誉教授より引用

(\*共通の生活習慣病リスク/健康の因子とは、例えば、歯周病は児童生徒期の歯肉からの出血、成人における歯の喪失の予防などひとり歯科だけの問題だけでなく、口腔がんの原因であるヒトパピローマウイルスの生体への侵入口になることや糖尿病発症リスク予防になる。そのためには、関係職種連携が必要であるということである。)

#### 2) 歯肉炎予防とデンタルフロスの使用に関する学びと指導 (図4)

健康な歯肉と歯肉炎の見分け方の説明と自分の歯肉の状態を観察した後に、歯肉炎の発症が不潔域(歯頸部と隣接面部)のプラーク(歯垢)が関連していることを学び、その課題解決法として歯ブラシによるブラッシングのみでは60%のプラークが歯に残留し、歯肉炎発生の予防に限界があることを学び、歯ブラシに加えデンタルフロスの使用が必要であることを学ぶ。デンタルフロスを歯ブラシと併用すると歯の隣接面のプラーク残留率が10%までに低下することを学ぶ。そこで、デンタルフロスの使用の仕方について実習する。



図4 歯肉炎予防とデンタルフロスの使用に関する学びの様子

## 5. おわりに

生活習慣病(例:歯周病)は、共通の要因が関係していることが明らかになっていることから、一つの疾病に対する学びは多くの生活習慣病予防の学びにつながる。生涯、健康を保持するという生活習慣の育成基盤として、学齢期から良い生活習慣の定着や保持のためには、どのように行動すべきかを理解し、課題として自ら考え解決できる「生きる力」の確実な育成が求められている。今回の学習指導要領改訂で、小・中・高等学校への系統的な学校歯科保健活動が充実し、国民の健康に貢献できるようにと願っている。

## 平成30年度 各地区ブロック大会報告 (8月までの開催分)

## 第51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30年8月9日（木）、10日（金）

会場：三沢市国際交流スポーツセンター、三沢市国際交流教育センター、ホテルグランヒルツたや

内容：[8月9日]

- ・開会行事
- ・講演「新しい姿勢教育」  
～子供の能力を伸ばす姿勢体力の作り方～  
早稲田大学保健体育科目 講師 碓田 拓磨 氏

[8月10日]

- ・分科会
- 第1分科会 「歯・口の健康づくり」
- 第2分科会 「心の健康・心のケア」
- 第3分科会 「性に関する指導」
- 第4分科会 「喫煙・飲酒・薬物乱用防止教育、  
学校環境衛生」
- 第5分科会 「食に関する指導」
- 第6分科会 「安全教育・危機管理」

東北ブロック6県から約300名の学校保健関係者を迎え、青森県三沢市を会場に開催しました。

1日目は、開会行事に続いて、早稲田大学保健体育科目 講師 碓田拓磨氏から御講演をいただき、子どもたちの心身の発達における日常の姿勢の大切さについて学びを深めました。

2日目は、6つの分科会に分かれ、テーマ毎に東北各地の実践に基づく発表と熱心な研究協議が行われ、有意義な大会となりました。



## 第63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はぐくむ健康教育の推進

- (1) 開会行事
- (2) 全体講演 演題「愛着障がいの理解と支援」  
講師 和歌山大学教育学部 教授 米澤 好史 氏
- (3) 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」
  - 校長・園長部会、学校保健・安全担当教員部会（講演）  
演題「教師が知っておきたい自殺予防の基礎知識」  
講師 筑波大学医学医療系 教授 高橋 祥友 氏
  - 養護教諭部会（シンポジウム）  
テーマ：「保健室から見た学校安全の進め方」  
コーディネーター：  
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
- (4) 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・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30年8月16日（木）、島根県松江市において、中国地区各県から約450名の参加者を迎え、標記の大会が開催されました。



開会行事に引き続き、和歌山大学教授米澤好史氏による「愛着障がいの理解と支援」と題した講演をいただきました。愛着障害の特徴や愛着形成の視点からの正しいアセスメントや子ども理解の大切さ、そして教師の役割の重要性などを、具体的な事例を挙げながらご示唆いただきました。

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



## 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

## 平成30年度 各地区ブロック大会報告 (8月までの開催分)

## 第69回関東甲信越静学校保健大会

期日	平成30年8月23日 (木)
会場	全体会 (開会式・特別講演): 群馬音楽センター ホール 班別研究協議会: 群馬音楽センター ホール 高崎シティーギャラリー コアホール 高崎市総合保健センター 第1会議室 高崎市役所 31会議室、171会議室
内容	(1) 全体会 ・開会式 ・特別講演 演 題 「スピードスケートが教えてくれたこと ～自分を信じ、仲間を信じ～」 講 師 黒岩 敏幸 氏 (アルペールビル冬季五輪スピードスケート銀メダリスト) (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、高崎市の群馬音楽センターを主会場に、第69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、アルペールビル冬季五輪スピードスケート銀メダリストの黒岩敏幸氏から「スピードスケートが教えてくれたこと～自分を信じ、仲間を信じ～」を演題に、苦しいときに支えてくれた仲間の存在や対戦相手への尊敬の念を忘れることなく競技することの大切さなど、今までの競技人生から学んだ貴重な経験をもとに御講演いただきました。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、それぞれのテーマに沿った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。

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

よく噛むことの大切さを  
体験を通して学ぼう!

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30年9月14日、北区立十条台小学校 (東京都) の5、6年生を対象に開催されました。

講座では、「歯」と「むし歯菌であるミュータンス菌」「食べ物」の3つが重なるとむし歯ができることを写真や映像を用いながら解説したうえで、よく歯を磨くことの大切さを伝えました。また、砂糖と同じように甘いのにむし歯にならないキシリトールについても紹介。ミュータンス菌はキシリトールを分解することができないため、エネルギーや歯垢をつくることができません。そのため、キシリトールを長期間にわたって規則正しく食べると、ミュータンス菌も歯垢も少なくなっていくのです。

さらに、福田先生は歯磨きだけでなく、よく噛んで食べることも歯や口をきれいにしてくれることを解説。ご飯をよく噛んで食べるには、早寝早起きなど生活習慣を整えることがもっとも重要であることを伝えました。「では、よく噛むとどんなに良いことがあるのか実験してみましょう」という先生の合図で、児童たちは咀嚼チェッ

クガムを60回噛み、咀嚼力を自己判定。ガムを噛み終わった児童たちからは「歯がツルツルになった!」「口の中がさっぱりした!」などの感想が聞かれました。



授業終了後、児童たちは福田先生と一緒に給食を食べ、再度咀嚼チェックガムで「噛む力」の自己判定を行いました。そして、歯と口の健康を守るために、「よく歯を磨く」「フッ素\*配合の歯磨き剤を使う」「規則正しい食生活をする」「定期的に歯医者さんに診てもらおう」という4つの約束を守ったうえで、キシリトールを上手に活用しようと児童全員でおさらいし、講座は終了を迎えました。  
※「フッ素」とはフッ化物のことです

参加  
無料

## ワコール× ReBit 共同セミナー 思春期の子どもの寄り添いかた



日時 2018.12/27(木) 15:00~17:00

会場 株式会社ワコール麹町ビル  
(東京・千代田区/東京メトロ半蔵門線半蔵門駅 徒歩4分)

対象 小・中学校の養護教諭 定員 50名 (先着順)

第1部 ツボミスクール 成長期女子の体型変化と下着の指導方法  
担当: ワコールツボミスクール講師

第2部 多様な性から考える - 全ての子どもが過ごしやすい学校とは?  
担当: 認定特定非営利活動法人 ReBit  
~ LGBT もありのままでもオトナになれる社会へ ~

● お申し込み・詳細はワコールツボミスクール HP をご覧ください。

申込締切日 ▶ 11/30(金)まで  
お問い合わせ: ツボミスクール事務局  
0120-203-248 (受付時間 平日 9:30~17:00)

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



お申し込みはホームページから!

※スマートフォンからもご利用いただけます。

ツボミスクール 検索



株式会社ワコール

参加無料

## 研修会のご案内

主催: 公益財団法人日本学校保健会 共催または後援: 各開催地教育委員会・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

講師に国立久里浜医療センター院長の樋口進先生、主任心理療法士の三原聡子先生を迎え、ゲーム依存ほか子供たちの健康課題についてご講演をいただきます。

日時: 平成31年11月18日(金) 定員: 300名

会場: 星陵会館 (東京都千代田区)



### 学校における飲酒防止教育支援研修会

鳥取県開催 日時: 平成30年11月22日(木)  
(定員: 250名) 会場: 琴浦町生涯学習センター

### アレルギー講習会 (学校における普及啓発講習会)

岡山県開催 日時: 平成30年12月19日(水)  
(定員: 250名) 会場: 三木記念ホール (岡山県医師会館)

東京都開催 日時: 平成30年12月26日(水)  
(定員: 400名) 会場: 四谷区民ホール

\*各会場共、申込み先着順。定員に達し次第、締切ります。  
\*申込み・詳細は、学校保健ポータルサイト (<http://www.gakkohoken.jp>) をご覧ください。

好評  
配付中!

## 未成年飲酒防止啓発パンフレット

### 高校生に知ってほしい飲酒のリスク

~なぜ?なくならないイッキ飲み~

発行・作成/公益財団法人日本学校保健会

学校における飲酒防止教育支援委員会



【対象】

来春に大学進学、  
就職等を迎える高校3年生

人数分の啓発パンフレットを  
希望校に送付します。  
学校単位でお申込みください。

※申込み、詳細は学校保健ポータルサイト  
(<http://gakkohoken.jp/>) をご覧ください。

## 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30年度版 学校保健の動向

特集 保健教育における新学習指導要領のポイント 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)

お詫び

\*第332号(9月発行)8ページに掲載いたしました「平成29年度 学校保健委員会の設置状況」につきまして、提供された数値に誤りがありました。正しいデータは日本学校保健会のHP(<http://hokenkai.or.jp/>)でダウンロードすることができます。

## 虎ノ門 (153)

### 学校給食摂取基準の改正

平成30年8月1日に文部科学省は、学校給食における1食分の栄養量の指標である「学校給食摂取基準」を改正しました。厚生労働省が策定した「日本人の食事摂取基準」や家庭での「食事状況調査結果」を参考として、学校給食で摂取することが期待される栄養量を勘案し、児童生徒の健康の増進及び食育の推進を図るために望ましい栄養量を算出したものです。

今回の改正ポイントは、① エネルギー、食塩摂取量等を修正したこと、② 中学生のマグネシウム摂取量が不足していることから「基準値」として定めたこと、③ 各教科の食に関する指導と意図的に関連させた献立作成とし、児童生徒が学校給食を通して、日常又は将来の食事作りにつなげることとして、「教材」としての学校給食の

役割を改めて示したことなどです。改正によって基準値とされたマグネシウムは、骨作りに欠かせないカルシウムの働きを調節します。年々、医学、科学の進化とともに小中学生の体の発育・発達に必要な栄養素やその必要量、関係性等が明らかになってきています。

栄養バランスのとれた食事のモデルとしての学校給食を学校及び家庭に向けて発信し、子どもたちの生活習慣を支援する養護教諭と食の専門である栄養教諭が連携した取り組みを行うことにより、さらに充実した健康教育が可能であると考えます。

栄養教諭は、今回の改正を踏まえ、美味しく安全安心な給食作りを念頭に、献立検討に向き合う二学期を迎えています。

(会報『学校保健』編集委員 林紫)

# 全国養護教諭連絡協議会 第24回研究協議会のお知らせ

主題

時代の変化に対応した養護教諭の役割を追究する  
～「チームとしての学校」の力を高める養護教諭の役割とは～

特別講演

荻田 和秀 氏

泉州広域母子医療センターセンター長兼りんくう総合医療センター産婦人科部長  
「奇蹟のすぐそばにいるということ」

基調講演

松崎 美枝 氏

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  
「現代的健康課題を抱える子供たちへの支援」

フォーラム

「子供たちの現代的健康課題の解決における養護教諭の役割」

コーディネーター：後藤ひとみ 氏 愛知教育大学長／シンポジスト：4名

開催日：平成31(2019)年2月22日(金)

場 所：メルパルクホール

受 付：9:30～

\*お申し込み、詳細については全国養護教諭連絡協議会のHP (www.yougo.jp) をご確認ください。

**Menicon** **学校保健関係者の皆様へ** **学校保健関係者専用情報サイト**

生徒の皆さまに、コンタクトレンズを安心して  
お使いいただくために、**瞳やコンタクトのことを  
楽しく学べる web サイトと冊子**をご用意しました。

ホームページから  
お申し込みの方に  
冊子も無料でご提供!!

コンテンツのチェック、  
冊子のお申し込みは web サイトへ  
▶<http://www.menicon.co.jp/gh/>

**OMRON** **(公財)日本学校保健会推薦用品**

- キャリングケースから出さずに使えて、迅速な救助をサポート
- シンプルで親しみやすいAED
- 小型軽量(約1.1Kg)・高耐久性・長寿命

**AED** Automated External Defibrillator

**自動体外式除細動器 レスキューハート**

HDF-3500 2015年ガイドライン対応 医療機器承認番号:22700BZ100047000  
高度管理医療機器 特定保守管理医療機器

本体質量/約1.1kg(除細動パッド/バックを含む) 外形寸法/約200×幅180×高さ50mm  
選任製造販売元 **オムロンヘルスケア株式会社** / 外国特例承認取得者 **HeartSine Technologies Limited**

AEDは救命処置のための医療機器です。AEDを設置したら、いつでも使用できるように、消耗品の有効期限などを日頃から点検することが重要です。  
【取扱上の注意】AEDは医療機器です。医療機器の適正使用を図るために、必要な情報を提供する目的で作成された製品に同梱されている添付文書をご一読ください。不測の事態が発生した時及び譲渡時(高度管理医療機器等販売業の許可業者に限る)、廃棄時には、当社まで速やかにご連絡ください。

お問合せ・ご注文は  
**AED カスタマーサポートセンター**  
☎ **0120-401-066**  
E-mail [aed\\_cpr@ssa.omron.co.jp](mailto:aed_cpr@ssa.omron.co.jp)  
<http://www.aed.omron.co.jp/>

**Daiichi-Sankyo**

くすりのうごき  
くすりのはたらき(ゲーム)  
2F受付

くすり探偵 ジェームス  
くすりのな  
夏休みのイベントについてはホームページをチェック!

**楽** Daiichi Sankyo **くすりミュージアム**

- 開館時間/午前10時～午後6時(入館は閉館30分前まで)
- 開館日/火曜～日曜、祝日、振替休日
- 休館日/月曜日、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 ● 対応言語/日本語・英語・中国語
- 団体見学/10名様以上のご見学は事前のご連絡をお願いしております。

〒103-8426 東京都中央区日本橋本町3-5-1  
Tel: 03-6225-1133

**アクセス** 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

\*開館スケジュールや混雑状況など詳しくはホームページをご覧ください。 <https://kusuri-museum.com> **くすりミュージアム**