

# 学校保健

JAPAN SOCIETY  
OF  
SCHOOL HEALTH

令和2年5月

No. 342

(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

令和2年度 年間特集

テーマ

## 学校保健とヘルスリテラシー

公益財団法人日本学校保健会 専務理事 弓倉 整



今年度の会報『学校保健』はヘルスリテラシーを特集します。リテラシー (literacy) とは、英語では「読み書き能力」のことですが、今は「特定の分野の情報や現象を正しく理解・分析・判断し、自分の言葉で表現できること」にも使われます。

有名などころではメディアリテラシーや情報リテラシーがあります。様々な情報の中から正しい情報を選択でき、デマや悪質な情報に惑わされないことは大切なことです。新型コロナウイルス感染症の流行でトイレトペーパー入手困難の状況が起きたことはまさに情報リテラシーの問題とも言えるでしょう。

ヘルスリテラシーとは、「健康や医療に関する情報を入手し、理解し、評価して活用するための能力」です。日本は医療機関にすぐに行けるためか海外と比較すると日本人のヘルスリテラシーは低いといわれます。例えば日本人の乳がん検診受診率の低さは先進国の中では際だって低いことが知られています。米国では医療保険制度が異なるため医療費は高額です。『American Journal of Public Health』によると米国における自己破産の6割が医療費を払えないため (medical bankruptcy) という報告もあります。このような社会では自己防衛のため健康情報、検診、ワクチン等に対する考え方が違ってくるのは当然です。

児童生徒にも多くの健康課題があります。またヘルスリテラシーは生活環境や保護者の意識にも影響されるため、これを高めるためには地道な努力が求められます。児童生徒が自らのヘルスリテラシーを高め、自分の体の大切さを知り、健康を守り、健やかな心身に成長できることを期待しています。

### 新型コロナウイルス感染症について

中国武漢から流行が始まった新型コロナウイルス感染症は、瞬く間にパンデミックとして世界中に流行が拡大し、多くの死者がでております。我が国においてもほぼ全国に流行が広がり、オリンピック・パラリンピックの延期、緊急事態宣言の発出という異例の事態となっています。学校現場においても、全国一斉休校をはじめ卒業式・入学式の簡素化、休校延長など大きな影響がでています。学校現場におかれましては、本感染症が収束に至るまで児童生徒・教職員の健康を守るため、また地域における感染拡大を防ぐため、手洗い励行等の個人衛生、3密を避ける、学校現場の適切な消毒などにご配慮いただきますようお願い致します。日本学校保健会は文部科学省と協力して現場の皆様へ寄り添う対応を目指してまいります。皆様のご協力をよろしく申し上げます。

### 主な誌面

特集 学校保健とヘルスリテラシー  
学校健康教育におけるヘルスリテラシーの意義  
学校歯科医の現場から  
5 ~ 7

全国健康づくり推進学校表彰校の実践①  
山形県飯豊町立第一小学校  
令和2年度学校保健用品・図書等推薦一覧  
10 ~ 13

### 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

## 学校保健とヘルスリテラシー

(第1回/全5回予定)

## 学校健康教育におけるヘルスリテラシーの意義

茨城大学教育学部教授 瀧澤 利行

## 1. リテラシーとは何か

「リテラシー (literacy)」とはごく簡単にいえば、「読み書きができること」を指す。人間は生まれたときから親をはじめとする周囲の大人とのやりとりや子ども同士のつながりの中で「言語」という「記号」を身につける。「記号」とは地図記号が代表的なように、何かの意味を表すものすべてを指す。言い換えれば、それをみれば何を意味するかがわかるものが記号である。記号としての言語は、たとえば日本語で「いぬ」「イヌ」「犬」と表せばそれを知っている人は、渋谷の交差点のハチ公のような犬を思い浮かべる。記号としての言語は「イヌ」「犬」のように文字で表される「文字言語」、日本語で“inu”という音で表される音声言語に大別される。多くの場合、音声言語は通常の発達を遂げる過程で自然に獲得されるが、文字言語はほとんどの場合に音声言語に対応する文字を

「学習」する行為を経てはじめて身につけられる。一般にリテラシーは文字言語に関する理解能力を問う。文字言語を視覚的に認識する「読む」行為、それを何らかの手段(多くの場合筆記用具を用いて)で「書く」行為、この2つの行為ができることをリテラシーがある、あるいは「リテラート (literate)」であるという。日本語ではこれを識字能力とよぶ。世界的には国民の中で主として母国語(その国の言語)を読み書きできる人口の割合を識字率といい、国家の文化的成熟度の目安とされ、幸福度の構成要因ととらえられてきた。因みに2013年における世界の識字率の1位はキューバ(99.9%)、日本は同率23位(99.0%、多くの先進国はこの順位に属する)、中華人民共和国69位(95.9%)である。中東諸国、アフリカ諸国は先進国に比して低い傾向にある。

## 2. 拡がるリテラシーの概念

20世紀後半に入ると、科学技術の進歩や文化の進展によって、さまざまな知的資源から発信される情報量がそれまでとは格段に増大することによって、「知識爆発 (knowledge explosion)」とよばれるような大量情報伝達社会が出現した。それによって、それまで知識人とよばれていた高度な読み書き能力によって獲得された文学や哲学、芸術などの古典的教養を身につけた人々を含めて、単に読み書きができるというだけでは増大する情報量を適切に処理して、自分に必要な情報を体系的に理解し、さまざまな意思決定に適用することが困難になる状況が出現した。そこで、現代社会に対応する読み書き能力として、リテラシーの概

念は、拡張的に用いられるようになり、「ある分野で用いられている知識の体系を系統的に理解し、意味づけ、自らに必要とされる情報を有意義に活用する能力」をも意味するようになった。例えば、コンピューターを用いて情報の収集やコミュニケーションを行うことができる能力を「コンピューターリテラシー」などとよぶ。そしてまた、「言語」の概念も「話す」言語や「書かれた」言語に限らず、多様な記号様態(コンピューターのコマンドなどの人工言語)が現われ、それを伝えるメディアも多様化してきた。リテラシーはこうした状況に対応するための「情報(記号体系)を適切に読み取り、分析し、適切にその媒体を用いて

記述・表現できること」をも指すようになった。

こうしたリテラシーに関する考え方の変化は、一つには古典的な読み書き能力のみをリテラシーと考えることへの批判とともに、古典的な読み書

き能力によって獲得されてきた文学や歴史・哲学によって象徴される古典的教養への潜在的な批判も含まれていることに留意すべきである。

### 3. ヘルスリテラシーの誕生と普及

こうしたリテラシー概念の多様化の過程で「ヘルスリテラシー」の概念が生まれた。ただし、ヘルスリテラシーの出現は、いわゆる読み書き能力に象徴される古典的リテラシーの意義と関連がある。UNISEF(国連児童基金)が報告しているデータに明らかなように、女子の識字率の高さと乳児死亡率や5歳未満の幼児の死亡率の低さには正の相関があるとされ、読み書き能力の高さは健康水準と有意な関連があることはすでに公衆衛生学では知られていた事実である。こうした事実から世界的な保健戦略では、国際的な健康水準の底上げにはいわゆるプライマリヘルスケアといわれる基本的な保健医療サービスの提供と同時に、健康に関する基本的な読み書き能力の向上が必要であることが認識されてきた。この事実がヘルスリテラシーが世界的な公衆衛生政策の重要概念として着目される基盤にあったといえる。

その後、国際的な公衆衛生の動向がヘルスプロモーションといわれる健康への主体的努力とそれに対する社会の環境的支援を重視する方向性をめざすようになると、ヘルスプロモーションの成果の一つとして、人々の健康に関するリテラシーの向上が重要性をもつと考えられるようになった。

このことをいち早く提唱したオーストラリアの公衆衛生学者ナットビーム(Nutbeam.D)は、ヘルスリテラシーを「個人が良好な健康を増進し、維持するための手段として、情報を獲得し、理解し、活用するための能力や動機づけを決定する認知的、社会的技法」(Health literacy represents the cognitive and social skills which determine the motivation and ability of individuals to gain access to, understand and use information in ways which promote and maintain good health.)と定義した。また彼は、ヘルスリテラシーを①

「機能的(functional)ヘルスリテラシー：古典的な読み書き能力をもとに日常生活における健康情報を効果的に取得する能力」、②「相互作用的(interactive)ヘルスリテラシー：より進んだ、日常の社会的活動に積極的に参加して、種々のコミュニケーションによって情報を取得したり意味を理解したりして、環境の変化に対して新しい情報を適用する能力」、③「批判的(critical)ヘルスリテラシー：情報を批判的に分析し、この情報を日常の事象や状況をより広範にコントロールするために活用できる能力」に分類した。

また、ザーカドゥーラス(Zarcadoolas.C)は、ヘルスリテラシーの概念を社会や文化との関連にもとづいて、①「基本的リテラシー(fundamental literacy)：古典的リテラシー」、②「科学的リテラシー(scientific literacy)：科学の基本的知識、科学技術水準の理解能力、科学の不確実性への理解など」、③「市民リテラシー(civic literacy)：健康に関する社会的な問題を認識し、市民社会における民主的な意思決定過程に参加する能力」、④「文化的リテラシー(cultural literacy)：自己が属する文化の固有性に立脚した上でそれまで獲得したりテラシーを調和的に適用できる能力」の4種に分けて考えた。

さらに、オランダの予防医学・公衆衛生学者であるソーレンセン(Sorensen.K)はそれまでに議論されたヘルスリテラシーの適用領域を「健康管理」「疾病予防」「ヘルスプロモーション」の3つに分類し、リテラシーの具体的スキルの内容を「健康関連情報へのアクセス・獲得」「健康関連情報の理解」「健康関連情報の処理・評価」「健康関連情報の適用・活用」の4つの水準に分け、それらを交差させて12の次元に分節されたりテラシーの具体的内容を提案している(表1)。

表1 ヘルスリテラシーの3層4水準行列 (Sorensen.K. et.al 参考文献<sup>3)</sup> 瀧澤訳)

	健康関連情報への アクセス・獲得	健康関連情報の理解	健康関連情報の 処理・評価	健康関連情報の 適用・活用
ヘルスケア	医学的または臨床的 情報にアクセスする 能力	医学的情報やそれか ら導かれる意味を理 解する能力	健康情報を解釈し、 評価する能力	医学的課題について 情報を得た上で意思 決定する能力
疾病予防	健康上のリスクファ クターに関する情報 にアクセスする能力	リスクファクターに 関する情報やそれか ら導かれる意味を理 解する能力	健康上のリスクファ クターを解釈し、評 価する能力	健康上のリスクファ クターについて情報 を得た上で意思決定 する能力
ヘルス プロモーション	社会的・自然的環境 における健康の決定 要因をその人自身が 更新できる能力	社会的・自然的環境 における健康の決定 要因に関する情報と それから導かれる意 味を理解する能力	社会的・自然的環境 における健康の決定 要因を解釈し・評価 する能力	社会的・自然的環境 における健康の決定 要因について情報を 得た上で意思決定す る能力

#### 4. ヘルスリテラシーと学校健康教育

保健の授業が学校における重要な健康教育の機会であることを考えると、保健の授業の一つの目標が子どもたちの健康リテラシーを高めていくことにあることはいうまでもない。しかしながら、これまでみてきたようにヘルスリテラシーとは、単に健康に関する情報を多く身につけて、それを使うということにとどまるものではない。ナットビームやザーガドゥラスが論じたように、高度なヘルスリテラシーとは、ある意味でこれまで学んだことを「本当にそうだろうか」と批判的に考えることを含む。つまり、真のヘルスリテラシーとは、健康に関する知識や情報が生み出される過程やその生み出した人々が実は隠している意図や目的までも批判的に理解し、そうした状況を転換して人々の生活そのものを自分たちがよりよいものにしていくことへと結びつけていくことを目指すべきである。そのためには、実は逆説的であるが、現代的リテラシーがある意味で批判的にとらえてきた人間や社会について根源的に考えることを私たちに求めてきた古典的教養が不可欠といえる。平成20年の中央教育審議会答申の中で、全教育活動を通じて「言語活動」の充実を掲げたことは、すべての教科教育や教育活動の根底に言

語活動の基盤としての「リテラシー」が位置づいていることを物語っているといえるだろう。

加えて、近年ではインターネットを介した情報伝達によって、おびただしい量の健康・医療に関する情報が、ユーザーの意図にかかわらず、一方的に配信されてくる状況にある。2019年12月以降のSARS-CoV-2によるCovid-19(新型コロナウイルス感染症)の流行過程においても、種々の情報がインターネットによって拡散されている。こうした状況においては、自らの健康に関わる予防行動や他者への働きかけにおいて、「賢明な判断」にもとづく適正な行動が必要である。そのためには、ナットビームが指摘したような批判的リテラシーをいかに有効に行使できるかが市民としての不可欠な資質としてもとめられる。それは、自らの健康に関わる行動の適正化を期すことにとどまらず、人々が賢慮にもとづいて行動できる社会を形成していく上でも本質的な能力として意味をもつのである。

そうした意味で、ヘルスリテラシーの獲得は、自由かつ公正な秩序に満ちた社会や文化をつくる上での必要条件であるといえる。

- 1) Nutbeam.D. Health outcomes and health promotion: defining success in health promotion. Health Promotion Journal of Australia, 6, 58-60, 2000
- 2) Zarcadoolas.C. Pleasant.A. F. & Greer.D. S. Advancing Health Literacy: A Framework for Understanding and Action. San Francisco, CA: JOSSEY BASS, 2006
- 3) Sorensen.K., Broucke.S.V. Fullam.J. et.al. Health literacy and public health: A systematic review and integration of definition and model. BMC Public Health. Vol.12-80, 2012
- 4) 瀧澤利行. 健康リテラシーを高める. 日本保健科教育学会編. 保健科教育入門. 大修館書店. 2017

## シリーズ 80

## 「健康教育をささえる」 ～学校歯科医の現場から～

## 学校歯科健診のかかえる課題とその対応、今後の展望

一般社団法人日本学校歯科医会 理事 吉岡 弘二

## 1. はじめに

この稿が載るのは5月号とのこと。今書いている3月末では新型コロナウイルスが世界中で猛威を振るっています。国内ではオリンピックも1年ほど延期になり日本全国が混乱していますが、この先学校現場は収束していること願って原稿を書いています。ひょっとして抗ウイルス薬かワクチンが発表されているかもしれません。

本来なら学校健診が佳境に入っている時期です。ウイルスの影響で文部科学省からは実施体制が整わないなら、6月末を過ぎても構わないという通達がでていました。明確な期日がありませんが収束していれば、関係機関と早めに調整して学校歯科健診を終わらせたほうが精神衛生上よろしかろうと思います。

## 2. 学校歯科医の立ち位置と課題

ご存じのように学校歯科健診は口腔の健康診断だけが目的でなく適切な事後措置まで行います。そして子ども達の健康な口や歯は、生涯にわたる健康づくりの基礎であり、生活習慣の改善が健康につながることの大切さや、日頃の食生活などを考えながら総合的に健診を行っています。

学校歯科医になるためには公立では県市区町村の教育委員会から委嘱され、私立の場合は園・学校から直接委嘱されます。

この学校歯科健診は日本学校歯科医会の行う基礎研修を受講した先生が校医として学校歯科保健活動に従事し、10年後には更新研修、さらに専門研修と研鑽をしていきます。そこには学校歯科医が専門性を生かしながら教育者としての資質、幼児・児童・教職員の健康増進に貢献するため日夜努力しています。

人が健康であるには生涯自分の歯で食事ができることを目指しますが、そのために定期的な歯の健康状態を確認していくことが大切になります。一生涯の歯科健診のうち、一歳半健診、3歳児健診、歯周疾患の節日健診、事業所健診等は厚生労働省管轄の健診です。しかし、学校で行う文部科学省管轄の学校歯科健診と前述の健診とでは考え方や内容が異なってきます。同じ歯科健診なのにかかりつけ歯科医と学校歯科医ではむし歯に対して考え方が違ってきます。厚生労働省ではむし歯が疾病なのに対して、文部科学省ではむし歯や、歯周病は身近な教材とみているからです。

歯科医師がすべて学校歯科医というわけではなく、私の所属する愛知県歯科医師会の場合では、会員数約3900名で約2100名が学校歯科医、残りのかかりつけ歯科医は校医をもっていません。

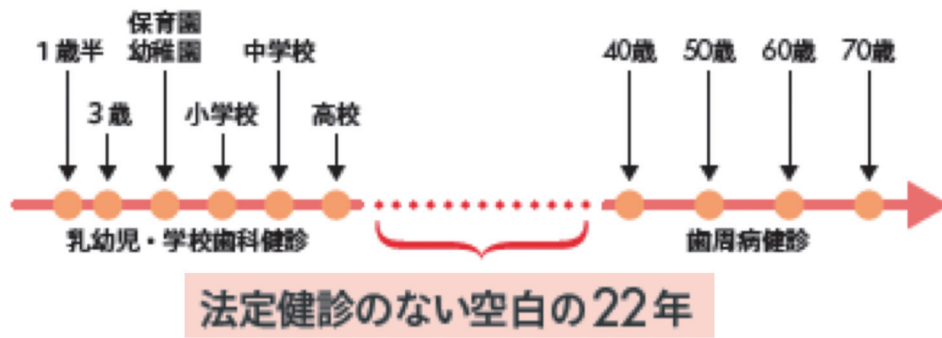


図1 愛知県歯科医師会 若い世代のリーフレットより

そのため学校歯科医なら知っている CO・GO や、事後措置の概念はなく、ときどき「健診のお知らせ」と違った健診内容があると保護者からの連絡があるのはこのためです。

また最近の問題は高校を卒業してから40歳になるまでに法定健診はなく空白の22年間となります。

厚生労働省の歯科健診では、「疾患を見つけ

出す」ことに力が注がれてきた感がありますが、成人になっても本来は学校歯科保健のように健康教育の比重を高めるべきであるという意見が強くなっています。生涯、自分の歯で食事ができることを目指していますが、そのためには定期的に歯の健康状態を確認して、子どものころからの学校教育と意識付けが必要になります。

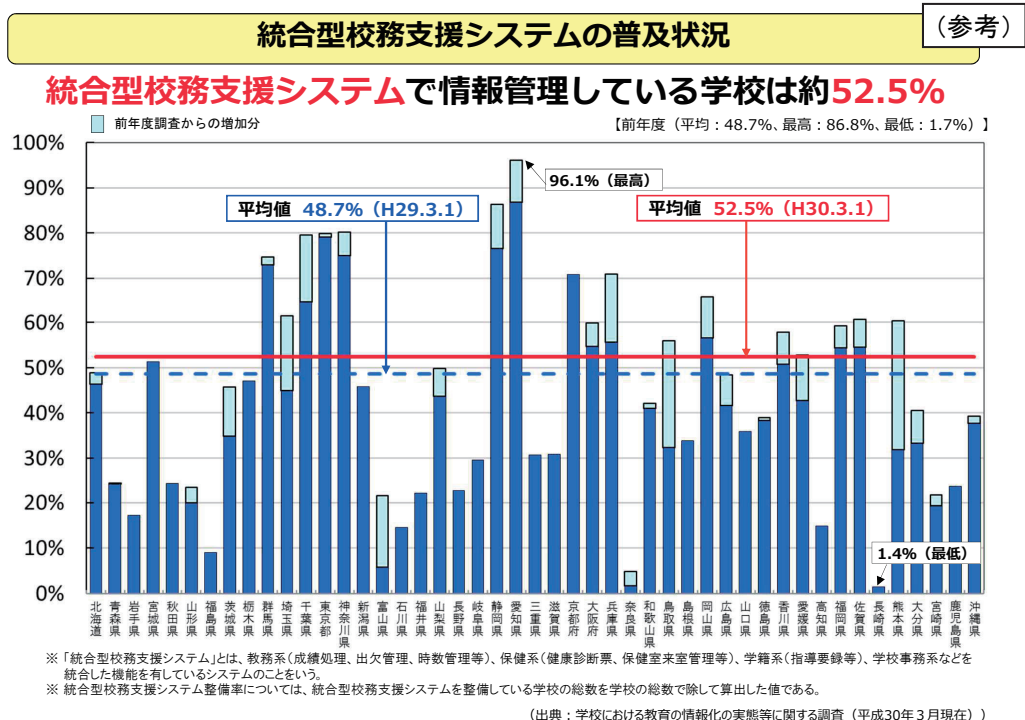


図2 国民の健康づくりに向けたPHRの推進に関する検討会(第1回)資料3

### 3. 学校歯科健診の ICT 化

「生涯に亘る歯科健診は優先すべき重要な課題とである」と内閣府の経済財政諮問会議2017・18年の骨太の方針に位置付けられ、歯と口の健康と全身の健康の関連について表記されました。画期的なことです。

さらに文部科学省で進められている「統合型校務支援システム」導入に際し、先ほど述べた厚生労働省が推進するPHRを歯科の特殊性を考慮してどのようにデータに落とし込むか2022年度を目途に標準化は今後の課題です。

ICT化活用にあたり、平成29年12月に取りまとめられた整備方針において5か年計画で

統合型支援システムの100%整備は地方財政措置が講じられます。健診の現場にパソコンをあらたに導入する学校、現在のソフトを使用する学校にしても、互換性のあるシステムを提供して少しでも学校歯科関係者の先生方にはご負担を減らすように日本学校歯科医会では検討しています。またデジタルデータ化の方法として、健診表をスキャンする方法などが開発されれば、導入のしやすさなどから検討の価値があるかと考えられます。今後健診時だけでなく、生まれてから発育、学校、職場など生涯にわたるデータ情報を一元的活用することになります。

### 4. 最後に

今回学校歯科の抱える課題とその対応について、全国各地の学校で様々な難しい条件にもかかわらず悩みながら奮闘している教師や学校歯科医を考えたとき、少しでも役立つヒントを見つけるなら、ぜひ日本学校歯科医主催の全国学校歯科保健研究大会を覗いてみてください。今年度は福井県で10月8日(木)～9日(金)において、教育現場のホットな話題のシンポジウムや、またそれぞれの幼稚園・認定こども園・保育園部会、小学校部会、中学校部会、高校部会、特別支援教育部会で課題を考え、その部会課題による教育関係者の研究発表が多数発表されます。

学校歯科医は生きる力を育むために歯科保健教育がより重視されるようになった今日では、従来からの歯科保健管理はもちろん、より積極的に教育に関与することが推奨されてきています。また、「健康日本21」の健康増進法で、幼児からはじまり高校までの学齢期はライフステージの中の重要な時期として、各学校も子どもに対して健康の保持増進を責務として負うこ

とになりました。もちろん責任は、学校だけにあるわけではありません。保護者や歯科医師などの地域の協力も欠かせないし、教員研修制度、教員数の充実といった周りの整備も言うまでもなく必要です。このような現状から、学校歯科医が保健の専門家として積極的に学校教育に参加することが求められています。平成23年8月に制定された歯科口腔保健の推進に関する法律の成立により、学校歯科医にも、多くのことが期待されています。



全国学校歯科保健研究大会 in 山口 より

## 全国健康づくり推進学校表彰校の実践①

「じりつ」(自立・自律)を育てる 健康教育  
～自分からできる一っ子をめざして～

令和元年度最優秀校 山形県西置賜郡飯豊町立第一小学校

## 1 学校紹介

本校は、児童数163名、各学年1学級と特別支援2学級の小規模校である。山形県の南西部に位置し、白川の水と肥沃な耕地を利用した田園地帯が広がっている。

本校校舎は、平成28年11月に、地元産杉材を豊富に使用した温もりのある新校舎が完成した。

児童は元気いっぱい、素直で不登校や保健室登校の児童は一人もいない。新しくきれいで明るい学校で毎日楽しく生活をしている。



## 2 学校経営方針と健康づくり

校是「美しい心 丈夫な体」、学校教育目標「自分の可能性に向かって挑戦しつづける力と豊かでたくましい心を持つ第一小の子ども」の体現に向け、学力の向上や自尊心の涵養等をすすめている。その土台には「子どもの自己管理能力の育成」を据え、「じりつ(自分でできる力、学習・生活意欲を向上させる力)」に向けた総合的な学習の時間の確保等、カリキュラム・マネジメントを駆使した健康教育を展開している。

児童自らが「じりつ」に向けた意識改革をすることで、継続・習慣化・自己管理能力が向上し、自信にもつながる。

本校のとらえる「じりつ」とは、すべき事に自ら取り組める力、つまり学習や生活を自らの意志でコントロールできる力である。そこで、家庭での実践意欲を高めるために、学校では「なぜ」「どんなふう」を様々な方法で学ばせることとした。そして、児童と保護者の意識改革を図りながら、「じりつ」した健康な子どもの育成をめざして取り組んできた。総合的な学習の時間『じりつをめざそう』では「バランスボール運動」「じりつ活動」に取り組んでいる。家庭で行う「あいうえお体操」はPTA 保体部を中心に推進しており、家庭との連携により健康づくりが定着している。

## 3 具体的な活動

## (1) 健康づくりと集中力向上に向けた『立腰指導』の充実

## ① バランスボール運動による体得

本校は、立腰を指導することによって「集中力」「持続力」「やる気」「体力」も育てている。学習の構えづくりと心にも身体にも芯をつくるのがねらいである。しかし、良い姿勢である『立腰』を指導しても、腰骨の立て方がわからない子ども達が多く、『立腰』を体得させることが重要であると考え、平成30年度から総合的な学習の時間に「バランスボール運動」を全校で取り組むことにした。日常的な指導と、体幹を育てる「バランスボール運動」を実施し、自分で自分の体を支える体づくりとあきらめない前向きな気持ちづくりがすすんだ。また、裸足で行うことにより、足指への関心が高まり、足の健康を保持・増進することにつながっている。



【4年生のバランスボール】

## ② 教室での『立腰指導』

『立腰』の指導をして5年目となり、授業中、腰骨を起こして『立腰』の姿勢になることで学習の構えをつくり、体幹も鍛えている。毎日の学習時の指導と年2回の全校指導を実施し、意識が高まった。また、『立腰』と合わせて鉛筆の持ち方についても指導を行っている。

保健室では、『立腰』の姿勢が崩れてしまう児童に対して、学習時の姿勢の写真を見せながら個別指導を行い、学校でも家庭でも立腰に取り組めるように連携し取り組んでいる。



【『立腰』1年生の授業】



### ③全町への広がり

本校の取組が町内の小中学校にも広がり、飯豊町教育研究所が『立腰』のポスターをつくり、全小中学校の教室に貼るなど町内が一体となって取り組んでいる。本校に入学してくる幼児施設でも養護教諭が園児に年2回指導をしている。

#### (2) じりつをめざした「じりつリーダー活動」・「じりつ活動」

特徴的な活動として、健康教育で学んだ上級生が下級生に教える活動がある。教える活動を「じりつリーダー活動」教わる活動を「じりつ活動」と呼んでいる。学年別のテーマ(2年:手洗いうがい・3年:食事の立腰・4年:立腰・5年と6年:正しい鉛筆と箸の持ち方)により、本校オリジナルのテキストを使用して総合的な学習の時間に活動をしている。教える子ども達は、テキストにわかりやすく色を塗ったり、赤線を引いたり、教科での学習を生かしながら、ひとりひとりが関わり合い伝え合う交流を行っている。



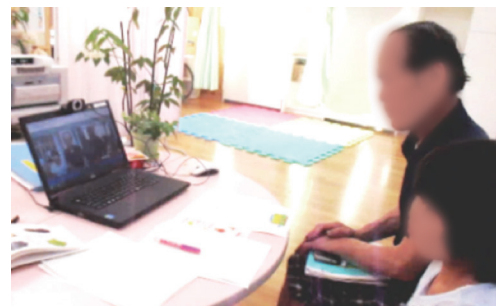
【じりつ活動「正しいえんぴつと箸の持ち方」(6年が1年へ)】

#### (3) 肥満予防、解消に向けた「一っ子セミナー(肥満予防教室)の取組」

「一っ子セミナー」では、盛岡大学の協力を得て食事指導をし、運動指導は、バランスボール運動指導者と教職員による様々な運動を行っている。対象は、校医の指導助言を受け肥満度20%以上の希望する児童とその保護者で、今年度の対象者は10名である。放課後から17時30分まで、年18回程度行い、内3回は「親子一っ子セミナー」を実施して家庭と連携を図っている。食事指導では、盛岡大学川越研究室の教授や学生が来校しての指導とインターネットを活用した個別面談や授業を行っている。学習後は、家庭へ学習内容をパンフレットにして報告し、実践化を図った。また、保健室では毎朝の体重測定と毎週家庭では山形県小児肥満マニュアルに従い胴囲の測定をして、学校と家庭での管理をしている。



【盛岡大学食事指導】



【親子 Net 遠隔個別指導】

## 4 成果と課題

#### 【じりつリーダー活動後の感想】

わたしもしっかりと立ようをして、3年生のお手本になれるようにがんばります。(4年生男子)

#### 【学校評価保護者の声】

バランスボールの時間がとても楽しかったようです。是非、今後も取り組んでいただきたい。本当にありがたいです。バランスボールの授業を見学させてもらったとき、子ども達が楽しそうに体を動かしていてとても良かったと思いました。(多数)

#### 【一っ子セミナー保護者の感想】

一っ子セミナーには1年生の頃からお世話になり定期的なご指導のおかげで肥満度が下がってきました。特に食生活の学習や運動量が少ない我が子は一っ子セミナーの運動が引き金になり前より運動好きになりとても感謝しています。この取り組みは第一小学校の誇りであると思います。これからもずっと続けて欲しいと願っています。ありがとうございました。

ひとりひとりが主役となる「じりつ活動」や様々な活動を通して、自己肯定感を高める場面が多かった。自分が教えてもらったことを今度は自分が教える立場であることを自覚したときに、「聞く態度」「教える態度」も思いやりにあふれてくる。そして、子ども達の健康活動は「自分から」できるようになってくる姿が多く見られるようになった。バランスボール運動は、普段体験できない楽しさがあり、体の芯が整ってきている。肥満児童のほとんどが4月と比較して肥満度を下げること成功している。

全校児童が元気に登校し、明るく生き生きとした児童たちの姿がある。今後も家庭や地域と連携し活動を充実させていきたい。

\* 341号p.3に誤りがございました。心よりお詫び申し上げます。

(正) 壱岐市立瀬戸小学校 (誤) 岐州市立瀬戸小学校

## 令和2年度「学校保健用品・図書等推薦」一覧

推薦期間: 令和2年4月1日～令和3年3月31日

品 目	摘 要	会 社 名
健康管理支援ソフト応用版 子供の健康管理プログラム (平成27年度版)	『児童生徒等の健康診断マニュアル平成27年度改訂』付録CD-ROMの応用版。Excel原票を用い、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	株式会社ピーカブー
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(ドラゴンボール超) (まめゴマ)(ミニオン)	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CO2モニター (RT-50A1)	教室内のCO2、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
ポケットCo2モニター(RT-55型)	学校教室内及び室内の換気測定	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	日産化学株式会社
ハイライト®	プール用殺菌・消毒剤	日産化学株式会社
日曹ハイクロン	プール用殺菌・消毒剤	日本曹達株式会社
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

品 目	摘 要	会 社 名
アクアピルシリーズ	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	株式会社ロッチェ
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 1日分のマルチビタミン	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
アクエリアス 経口補水液	清涼飲料水 水分と電解質を素早く補給、夏の暑さや運動な どで大量に汗をかいた時の水分補給に最適(電解 質濃度が高い組成になっている。ナトリウム98 mg、カリウム80mg)	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。低カロリーで飲料より少ない量で体を冷や すことができる	森永製菓株式会社
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)。ハイポトニックで水分・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
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
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・ダイクロン	プール用殺菌・消毒剤	南海化学株式会社
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
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
学校健診情報の個人及び教育委員会、学校への可視化還元システム	学校健診情報の可視化による個人・自治体・学校（私立の場合）に対しての健康情報の還元とそのデータベース化を行うシステム	リアルワールドデータ株式会社
RYOBI-校支援	小学校から中学校までの9年間のデータを学年ごとに管理、養護教諭が手入力する必要なく、「応用版子供の健康管理プログラム平成27年度改訂版」の基本データファイル「Excel原票」に自動変換して出力する機能等を搭載	株式会社両備システムイノベーションズ
ミズスキットール	プール水透明度改善凝集剤 人体無害、簡単に使用でき、機器や環境にやさしい	日産化学株式会社
乳酸菌タブレット	「体本来の守るチカラ」をサポートするシールド乳酸菌M-1を3粒で100億個配合した錠菓。小さなお子様でも手軽に美味しく食べることができる	森永製菓株式会社
ロリエ しあわせ素肌	吸収性能に優れ、肌にやさしい生理用ナプキン	花王株式会社
ロリエ きれいスタイル	吸収性能に優れ、肌と下着を清潔に保つおりもの専用シート	花王株式会社
EDUCOM マネージャー C4th	登録された健康診断情報を利用した成長曲線を含めた各種帳票が作成できる。「子供の健康管理プログラム」にも対応した校務支援システム	株式会社EDUCOM
アイガード	激しい動きのスポーツ時での眼の安全を第一に考えたアイウェア「スポーツ用メガネ」	山本光学株式会社
学校保健総合管理〈えがお〉	学校の保健業務を総合的に支援する校務支援ソフトウェア	スズキ教育ソフト株式会社
アルボース石鹼液i (販売名：アルボース石鹼液SD)	純植物油を原料としたカリ石鹼を使用。手にやさしく洗浄と同時に殺菌・消毒ができる。生分解性が良好で環境にやさしい	株式会社アルボース
スズキ校務シリーズ	日々の出欠や保健室への来室記録・健康診断の結果などの登録から集計、保護者への通知文書の発行までデータ管理や帳票作成を支援するPC用ソフトウェア	スズキ教育ソフト株式会社
塩分チャージタブレット	汗をかいた時の塩分補給清涼菓子	カバヤ食品株式会社
塩分チャージタブレット 塩レモン	汗をかいた時の塩分補給清涼菓子	カバヤ食品株式会社
熱中症対策ベスト アイスハーネス	保冷剤で背中・両脇の下を効率的に冷やし体温上昇を抑制、熱中症を予防するベスト	赤城工業株式会社

品 目	摘 要	会 社 名
カロリーメイト・ブロックタイプ	朝食欠食時、体調不良時の代替食や運動前後の補食	大塚製薬株式会社
カロリーメイト・リキッドタイプ	朝食欠食時、体調不良時の代替食や運動前後の補食	大塚製薬株式会社
カロリーメイト・ゼリータイプ	朝食欠食時、体調不良時の代替食や運動前後の補食	大塚製薬株式会社
カロリーメイト・ブロック ロングライフ	朝食欠食時、体調不良時の代替食や運動前後の補食、長期保存が可能	大塚製薬株式会社
デジタル校務	小中学校の保健業務を支援する機能のある校務支援システム	株式会社内田洋行
自動体外除細動器 レスキューハートHDF-3500	心停止時の救命処置	オムロン ヘルスケア株式会社
SchoolEngine 「校務支援システム」	来室記録の集計、保健日誌の作成、健康診断結果の登録・通知等ができる校務支援システム	株式会社システム ディ
校務支援システム Te-Comp@ss	小中学校向け統合型校務支援システム	株式会社文溪堂
ダニスキャン	保健室の布団、枕、カーペットおよび教室等のダニの発生場所の検査キット	リオンテック株式会社
iFuture	小中学校9年間の健康診断結果データを管理。管理データから『応用版 子供の健康管理プログラム平成27年度改訂版』に取り込む「Excel原票」が出力可能	東京書籍株式会社
ルミテスター Smart/ ルシパック A3	食中毒及び感染症等の予防のための清掃・洗浄度合いを有機物(ATP)を汚れの指標とし、簡単、迅速に数値化する測定機器と試薬	キッコーマンバイオケミファ株式会社
アレルリッド敷き寝具	アレル物質を吸着する素材アレルリッドを採用した寝具	東洋羽毛工業株式会社
ゴア羽毛掛け布団	ゴア®メンブレンによりふとん内部を清潔に保つ寝具	東洋羽毛工業株式会社
ビオレUV キッズピュアミルク	日やけ止め	花王株式会社
成長曲線描画アプリ	成長ホルモン製剤専用電動注入器グロウジェクターLと連動して、注射情報をサーバーに共有し、在宅自己注射をしている患者様とその保護者、医療機関で、成長曲線での身長伸び等の描画などで、QOL・アドヒアランスの向上を図る。	JCR ファーマ株式会社
e <sup>3</sup> school 校務エキスパート Jr	小学校から中学校までの健康診断結果等を管理可能なシステム。また、保健室の利用に関する管理や保健日誌の作成も可能。登録した各種データから成長曲線などの必要な統計の作成まで可能な校務支援システム。	株式会社システムリサーチ
校務支援システム Clarinet	校務支援システムによる保健管理の簡略化	株式会社サイバーリンクス

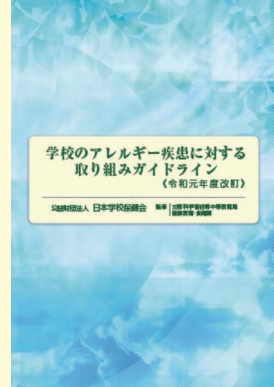
### 令和2年度 日本学校保健会主催研修会・講習会のお知らせ

参加無料

※なお、新型コロナウイルス感染症の状況により、日程の変更や開催中止となる場合もありますので、予めご了承ください。

#### ◆アレルギー講習会(学校における普及啓発講習会)

- 佐賀県開催 令和2年7月14日(火)
- 大阪府開催 令和2年8月3日(月)
- 埼玉県開催 令和2年9月9日(水)
- 山形県開催 令和2年10月13日(火)
- 青森県開催 令和2年10月16日(金)
- 横浜市開催 令和2年10月28日(水)
- 広島県開催 令和2年11月10日(火)
- 徳島県開催 令和2年12月16日(水)



#### ◆学校環境衛生研修会

- 鳥取県開催 令和2年7月30日(木)
- 札幌市開催 令和2年9月11日(金)

#### ◆「興味を持って取り組める 医薬品の教育」研修会

- 三重県開催 令和3年1月15日(金)

#### ◆保健教育推進研修会

- 愛媛県開催 令和3年1月22日(金)
- 岡山県開催 日時未定

#### ◆就学時の健康診断研修会

- 奈良県開催 令和2年8月5日(水)
- 他2会場開催予定

■各研修会・講習会の詳細・申し込みについては、随時、学校保健ポータルサイトに掲載してまいります。(https://www.gakkohoken.jp)

### 公益財団法人日本学校保健会 特別セミナー

## 「子供の健康とスマホ・ゲーム依存」講習会



日時：令和2年9月3日(木)  
 会場：日本消防会館ニッショーホール  
 (東京都港区虎ノ門2-9-16)

※申込み・詳細は、学校保健ポータルサイトへ

- 講演① 「ゲーム・ネット依存の実態と治療」  
 独立行政法人国立病院機構久里浜医療センター  
 院長 樋口 進 先生
- 講演② 「ゲーム・ネット依存の治療の実際」  
 独立行政法人国立病院機構久里浜医療センター  
 主任心理療法士 三原 聡子 先生

●赤玉

日本学校保健会の推薦商品

●青玉

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。



〒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

## 虎ノ門 (162)

令和を生き抜くにも

「苦あれば楽あり楽あれば苦あり」

“新型コロナウイルス(COVID-19)感染症”の克服という問題解決が日本に課されている。かねてから“インフルエンザ”の流行は冬期から年中に変わったと言われるように感染症の流行も時とともに変化し、残念ながら繰り返し襲来する。今回は以前にも増して世界のグローバル化が大きく進展していることから、感染症の脅威が人の健康や生活さらには世界経済にまで大きな影を落としている。

そんな令和2年の幕開け、歯科界からは、以前より学校から歯・口の健康づくりの実践(歯みがきなどの口腔清掃、あいうべ体操などの機能向上)が学級閉鎖の減少につながったなど“インフルエンザ”流行の抑止効果があったという情報が届けられ、歯・口の衛生管理と健全化によるウイルス感染に対する抑止効

果の根拠が検証され報告されている。インフルエンザの流行という影にこの一筋の光明もみられるように、日本人は今日までもさまざまな感染症の克服に努める生活を実践してきた。

令和の時代は“Society5.0”いわゆる第5次産業革命後の社会に突入し、情報、社会構造、環境に対する取り組みが激変すると言われている。昔から激動の社会変化が起こっても、その中で生きる人が健康を維持する人体のメカニズムは大差なく存在していると言っていいだろう。今後“Society5.0”の構想が実現されても、人の健康管理術の中核は衛生管理と機能向上の努めであり、AIの応用などあれ原則は変わりないと思う。子供たちが令和の時代を生き抜くにも、以前同様「苦あれば楽あり楽あれば苦あり(ことわざ)」である。

(会報『学校保健』編集委員 佐々木貴浩)

## 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もご利用いただけます。 [ツボミスクール](#)



### お申し込み方法

※受付や発送方法が従来から変更になりました

◇受付と発送は年3回に分けて行います。

- 第1回 申込期間:2020年4月1日～2020年5月15日  
発送期間:2020年5月下旬～6月上旬ごろ予定
- 第2回 申込期間:2020年5月16日～2020年9月15日  
発送期間:2020年9月下旬～10月上旬ごろ予定
- 第3回 申込期間:2020年9月16日～2021年1月15日  
発送期間:2021年1月下旬～2月上旬ごろ予定

ご不明な点やご質問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  
e-mail:tsubomi@wacoal.co.jp

株式会社ワコール



学校保健関係者の皆様へ

学校保健関係者専用の  
情報サイトをご用意いたしました!

▶ <http://www.menicon.co.jp/gh/>



CHECK!!

学校保健の現場で役立つ  
コンテンツをご用意!

学校保健関係者専用情報サイト





# 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/CLguide>



コンタクトレンズの正しい使用と、眼科での定期検査を。  
<https://acuvuevision.jp/goeyedoctor>

Johnson & Johnson VISION

©J&J KK 2019

## プール施設管理士講習会 2017年度より、学校プールに関する講義を取り入れています。

学校プールを含むプール施設を実際に維持管理される実務者の方々を対象とした講習会です。プールの「衛生管理」「安全管理」はもとより、各設備機器の点検、整備の実務に重点を置き、具体的・実用的な知識を習得し、日頃の管理、専門業者への適切な指示・指導が出来る「施設管理士」を育成します。学校プールに携わる方々、プール施設管理・運営に携わる企業の方、施設の建設や機器の納入・点検・整備に携わる企業の方にも、プール施設全般にわたる専門知識習得の場としてお勧めします。

開催回	開催地	日程	定員
第64回	大阪	5月8日(金) 第64回開催は中止8日(金)	80名
第65回	東京	6月2日(金) 第65回開催は中止2日(金)	60名
第66回	大阪会場	2020年 10月 2日(金)	80名
第67回	東京会場	2020年 11月 20日(金)	60名

※開催日程(開催施設及び講師のスケジュールにより変更になる場合があります)

申込用紙は協会HP<[www.jpaa.jp](http://www.jpaa.jp)>よりダウンロードしてください。パソコンで入力可能なPDFをご利用いただけます。



公益社団法人 日本プールアメニティ協会  
〒170-0013 東京都豊島区東池袋3-8-5 パレ・ドール池袋206号

TEL.03-6907-8977 FAX.03-6907-8978

E-mail: [jpaa@sepia.ocn.ne.jp](mailto:jpaa@sepia.ocn.ne.jp) URL: [www.jpaa.com](http://www.jpaa.com)

出張講座

小学校の校長先生・保健室の先生・担任の先生へ

# 楽しく学ぼう! 歯の健康づくり

参加校募集

### 出張講座概要

応募締切 7月1日(水)

**募集対象** 全国の小学校 ※応募多数の場合抽選

**開催時期** 2020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と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。

4~6年生対象

きむらゆういち先生の  
絵本プレゼント!!

特典

「あらしのよるに」でお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、もれなく各校一冊差し上げます。



- Aコース** 授業(45分) ※授業参観(オープンスクール)での開催を優先させていただきます。
- Bコース** 授業(45分)+児童と一緒に給食を食べた後にガムを噛み、食後の口内環境をおさらいします。  
※講座の時間は給食前、4時間目を設定してください。
- Cコース** 授業(45分)+児童下校後、教職員会議(学校保健委員会)にて職員の皆様に講座の更なる解説を行います。  
※時間は下校前、5、6時間目を設定してください。会議での解説は30分前後です。学校保健委員会開催の場合は別途ご相談ください。

### 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・開始時間 ⑥ 参加予定学年・人数 ⑦ 希望コース
  - ⑧ 植樹の可否
- ※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。予めご理解頂きますようお願い致します。  
※①~⑧を白紙等にご記入頂き、FAXにてご応募ください。※⑨については、第3希望日までご記入ください。  
※抽選の場合、当選された学校のみ7月下旬頃にご連絡致します。



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 03-3237-9802

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(オックスフォード・インターナショナル内) 電話03-3237-9820  
電話お問合せ受付/2020年5月11日(月)から10:00~17:00(土・日・祝日を除く)

協力: LOTTE