

# 学校保健

SCHOOL HEALTH

2021.9 No.350

公益財団法人  
日本学校保健会  
JSSH JAPAN SOCIETY OF SCHOOL HEALTH

<https://www.hokenkai.or.jp/>

## 会長就任にあたって



公益財団法人日本学校保健会 会長

中川 俊男

このたび、公益財団法人日本学校保健会の会長を務めることとなりました中川俊男です。どうぞよろしくお願いいたします。

そして、今回の役員改選に伴い、会長の横倉義武様はじめ、これまで本会の役員としてご尽力いただきました方々には、厚く御礼申し上げます。

さて、近年、社会環境や生活環境の急激な変化が子供たちの心身の健康に大きな影響を与え、様々な健康課題が生じております。特に、現在学校は、昨年度より引き続き、新型コロナウイルス感染症への様々な対応に迫られる中で教育活動を進めているところです。コロナ禍の学校生活が続く中、健康教育の重要性は、より一層、強く求められております。健康教育の推進にあたっては、学校と「学校医・学校歯科医・学校薬剤師」いわゆる三師会と呼ばれる地域の医療系専門家との組織的連携を一層強化するとともに、家庭・地域社会との連携を深めることが重要であると考えております。

また、本会は昨年、公益財団法人として創立100周年を迎え、活動のさらなる充実を図っているところでございます。歴史ある本会の会長として、新たな決意をもって 我が国の学校保健の振興に最善の努力をいたす所存でございます。関係各位におかれましても、引き続きご支援、ご協力を賜りますようお願いいたします。

### 主な誌面

特集 学校における感染症への対応	2
全国健康づくり推進学校表彰校の実践③	3
山県市立桜尾小学校	4
シリーズ⑧「健康教育をさぐる」	5
歯・口にかかわる健康	6
	7

GIGAスクール構想と 目の健康を守るルールと啓発活動	8
「精神疾患に関する指導参考資料」解説	10
令和3～4年度日本学校保健会役員一覧	11

## 思春期の皮膚トラブル研修会 ～皮膚科医が教える思春期の肌の健康～

昨年開催し、ご好評いただきました養護教諭向けオンラインセミナーを本年も開催します。

正しいニキビとの付き合い方や知っておきたい肌トラブル対策について最新情報をお伝えいたします。ぜひご参加ください！

主催：公益財団法人 日本学校保健会

共催：マルホ株式会社

日時：11月7日(日) 13:00～14:30 (予定)

演者(予定)：大川 司先生(前橋皮膚科医院 院長) 日本臨床皮膚科医会 学校保健委員会 副委員長

林 伸和先生(虎の門病院皮膚科 部長) 日本臨床皮膚科医会 学校保健委員会担当 常任理事

\*申込・詳細は決定次第、学校保健ポータルサイト (gakkohoken.jp) でご案内いたします。



### 回覧

校長	教頭	保健主事	養護教諭	養護諭	学校薬剤師	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

## 学校における感染症への対応

第3回/全5回予定

## 新型コロナウイルス感染症拡大防止のための学校環境衛生管理

公益社団法人 日本薬剤師会 常務理事 (会報『学校保健』編集委員) 富永 孝治

2020年以降、新型コロナウイルス感染症は何度も流行を繰り返しており、国内の感染者数の増加に伴って、学校関係者や児童生徒らの感染者数も増加しています。また新型コロナウイルス自体も、従来株より感染力の高い変異株が流行の兆しを見せており、10代の感染者数が増加傾向にあるようです。これまでは感染事例の大半が学校内かつ感染者1~2人程度にとどまっていますが、最近では全国の学校でクラスター発生が報告されており、休校や出席停止の措置をとる学校も見られます。

ワクチン接種の準備等が進んでいるとはいえ、変異株の流行などを鑑みると、学校関係者は以前にも増して学校での新型コロナウイルス感染拡大防止の対策に取り組む必要があると感じます。本稿では感染を防止するための学校環境衛生について、改めて振り返りたいと思います。

昨年の新型コロナウイルス感染症拡大に伴って、学校関係者から担当の学校薬剤師に対して多くの問い合わせがなされました。その内容は新型コロナウイルス感染防止のための消毒薬の選択や入手だけでなく、教室等の清掃・消毒方法、エアコン使用時の換気方法、手指消毒の方法、子供たちの密を避けるための足型の表示、体温計・マスクの入手及びその脱着方法、授業科目ごとによる対応や給食時の配食方法、会話への配慮、歯磨きやうがいの仕方、クラブ活動での注意事項、健康チェック、感染者発生時の対応など多岐に渡っていました。

教室等の清掃・消毒に関しては、教室やトイレなど児童生徒が利用する場所のうち、特に多くの児童生徒が手を触れる箇所(ドアノブ、手すり、スイッチなど)は、1日に1回以上消毒液(消毒用エタノールや次亜塩素酸ナトリウム水溶液等)を使用して清掃を行うことを助言しました。なお次亜塩素酸ナトリウム水溶液で清拭する場合の注意点として、塩素濃度が0.05~0.5%となるよう水溶液を調製し、清掃箇所を十分浸すようにペーパータオル等で拭いた後、水拭きを行う必要があります。また、清掃中は十分に換気を行うことも重要です。

教室等の感染防止には換気が必須ですが、夏は換気時の窓開けにより教室の温度が上昇するため、エアコンの温度を調整する必要があります。昨年の夏、学校環境衛生基準を満たした温度、湿度、二酸化炭素濃度を維持するために必要な窓の開放程度やエアコンの設定温度等を検証するため、小中高校で授業中15分毎に検査を実施し、結果を記録しました(表1)。この記録から、教室等の二方向の窓を数十センチ常時開放することや、授業途中で二度全換気をすることで、室内温度上昇を抑えつつ、経時的に二酸化炭素濃度を学校環境衛生基準で示された濃度以下に保持可能であることが示されました。

冬も同様に、エアコンの設定温度の調整や効果的な換気扇の使い方、空の教室から清浄な温かい空気を送る二段階換気方法が有効です。なおこのように夏の高温時にエアコンを使用しながら換気を行うことや冬の二段階換気などは、新型コロナウイルス飛沫感染防止

表1 エアコン使用時の換気による環境変化の測定結果例

学校環境衛生検査票「換気」

学 校 名	〇〇中学校		学校担当職員氏名		〇本〇子
検 査 日 時	令和 2年 6月 18 日 (木)		13時 30分 ~ 14時 25分		
気 温 ・ 風 速	31°C		0.1 m/sec		天候 曇り
場 所	(本館) ・ 棟		1 階		
容 積	190 m <sup>3</sup>		縦 8.7m × 横 7.3m × 高さ 3.0m		
在 室 人 数	39 (児童(生徒) 37人、教職員・検査員 2人)				
窓の開放状況	扉	前	全開・一部開( )cm		全閉
		後	全開・一部開( )cm		全閉
	窓	廊下側	全開・一部開( )cm		全閉
		窓側	全開・一部開( )cm		全閉
		上部窓	廊下側	全開・一部開( )cm	
	窓側	全開・一部開( )cm		全閉	
換 気 設 備	有 ( 恒常的稼働 ・ 随時稼働 ) ・ 無				
冷 ・ 暖 房 機 の 状 況	エアコンの使用		有 ・ 無		24°C設定
	燃焼器の使用		有 ( 灯油 ・ ガス ・ 他 ( ) ) ・ 無		
項 目	測 定 結 果				外 気 ( 参 考 )
換 気 (二酸化炭素)	520 ppm				
①授業開始時	710 ppm				400 ppm
②15分後	700 ppm				
③30分後	750 ppm				
④授業終了時	750 ppm				
温 度	27 °C				
相 対 湿 度	51 %				

対策に有用であることがスーパーコンピューターの富岳によって証明されています。

この記録等をもとに、学校環境衛生基準に示された教室等の二酸化炭素濃度を目安とした換気の方法と温度・湿度管理の大切さを、全国の学校薬剤師を通じて学校関係者に改めて訴えてきました。児童生徒らにも、二酸化炭素濃度が指標となって新型コロナウイルス感染防止につながることを、保健体育の授業や薬物乱用防止講演などの際に伝えています。

現在では、換気が新型コロナウイルス感染症拡大防止に重要な手段であると認識されつつあるようです。複数の学校で、新型コロナウイルス感染症拡大防止のために二酸化炭素濃度の計測を授業毎に実施していると報告されています。各学校で様々な工夫がなされ、児童生徒らの教育の質を担保する取り組みが行われています。



また教室ごと、また児童生徒らや教職員の人数、体格ごとに窓の開放程度は変わりますので、児童生徒らにはクラスごとに窓開け当番を決めて開放する窓の幅を守ってもらうなどの指導助言も行っています。この環境教育は児童生徒らが将来にわたって健康な生活を送るための必要なスキルとなって、社会生活や家庭でも役立つことでしょう。

学校薬剤師はこのように、緊急事態宣言による小中学校等の一斉臨時休校が実施される以前から新型コロナウイルス感染症拡大防止対策に指導助言をしてきたわけですが、このように長い期間そしてこれからも感染防止対

策を効果的に進めていくためには、新型コロナウイルス感染症拡大に伴って変わった新しい生活様式に合わせて、学校関係者や児童生徒らが学校環境衛生を理解し納得いく形で学校環境衛生活動を進めていくことが大切になってきます。

例えば今回の新型コロナウイルス感染症拡大により、国のGIGAスクール構想は前倒しになり、ほとんどの小中学校では電子黒板が導入され、児童生徒らにICT機器端末が配布されました。こういったICT機器の導入に伴い、揮発性有機化合物の検査や照度や映り込みの検査に併せて、感染防止のための端末や電子黒板の消毒が必要となっています。また換気のため、折角二方向の窓を開放していても、電子黒板や端末への映りこみを防止するためのカーテンが通気を邪魔したりしています。開放する窓を変更する、開放程度を大きくするなど、各学校の状況に合わせた対応が必要です。

また現在、世界中でワクチンの接種が急がれています。新型コロナウイルスの増殖を抑えて、感染症の回復や、再感染の予防に働くものを中和抗体と呼びますが、疫学研究者によれば地域住民の約6割がこの中和抗体を保有していれば「社会的免疫」が成立し、感染拡大を防ぐことが可能とされています。地域の感染拡大防止のためには、ワクチン集団接種の実施が非常に重要です。

日本でも遅ればせながら集団接種が始まり、各学校はその接種会場に指定される可能性があります。その際は当然、学校薬剤師にも協力要請があると思います。

ワクチン集団接種の準備としてはまず、児童生徒らと接種希望者や接種済み者との接触を避けるための導線の指定や待機場所の区分が必要となるでしょう。さらに接種会場や待機場所の換気や消毒など、環境衛生の確保も必要となります。もしワクチンの保管等のためにドライアイスなどを使用するのであれば、二酸化炭素濃度の測定も必要となります。学校薬剤師にはワクチン接種会場の環境衛生管理に限らずワクチンの調製・シリンジへの充てん作業や予診前の服薬中の薬剤の確認などが依頼されるかもしれません。学校薬剤師は通常の学校の環境衛生活動だけでなく、地域のワクチン接種率の向上に協力しつつ、新型コロナウイルス感染症拡大防止のための指導助言を行うことのできる知識習得と準備が必要です。

今後も新型コロナウイルス感染拡大をにらみながらの学校生活が続きます。学校でのくすり教育や感染症教育の中で、新型コロナウイルス感染症、ワクチン接種等について正しい知識を伝え、児童生徒らに質の高い教育が提供されるよう、医薬品や環境衛生の専門家である学校薬剤師として協力を惜しまない所存です。

### 全国健康づくり推進学校表彰校の実践③

## ヘルスプロモーションによる生きる力の育成 ～歯と口腔の健康づくりを核にしたヘルスプロモートिंगスクールの実践～

令和2年度最優秀校 岐阜県山県市立桜尾小学校

### 1 学校紹介

本校は、県庁所在地岐阜市北部に隣接する山県市にあり、周りを山や田畑に囲まれ、大変自然豊かな地域にある。児童数は、74名と小さな規模の学校ではあるが、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、自然だけでなく人的環境においてもとても恵まれている。



### 2 学校経営方針と健康づくり

学校の教育目標「自ら学びやりぬく子」、具現の3つの柱を「自学（確かな学びづくり）・自働（豊かな心づくり）・自鍛（健やかな体づくり）」とし、地域においては「本の学校」「花の学校」「歯の学校」として、特色ある教育活動を伝統的に進めている。中でも「歯の学校」については、平成16年度から山県市にフッ化物洗口が導入されたことを機に、行政、学校歯科医、保護者、地域関係機関等と連携を図りながら「歯と口腔の健康づくり」に取り組んできており、学校の教育目標を具現するとともに、本校における健康教育の重要な柱となっている。

### 3 特徴ある教育活動「歯と口腔の健康づくりの取組」

「歯と口腔の健康づくり全体計画」「月別指導計画」を作成し「保健教育」「保健管理」「組織活動」の視点から年間を通じて、計画的に実践を進めている。

#### (1) 保健教育

##### ①歯科に関わる学級活動：「気付きを促す指導」

6月と11月の強化月間で、知識・理解を中心とした内容と、歯みがきのスキルアップを図る内容を実施している。本校で大切にしていることは、知識を教えるだけでなく、児童が「自ら気付く」指導である。発達段階に応じて「他律」から「自律」となることを目指している。その為には児童自身の気付きを促し、生活行動につなげることが重要であると考え実践している。



【紙芝居と役割演技でそれぞれの歯の動きを確認】

##### ②食に関する指導

月別指導計画に基づき、学級活動では「歯によいおやつ」や「よくかんで食べる」指導を実施している。ランチルーム給食の特質を生かし毎月8のつく日を「いい歯の日」、19日を「食育の日」として、歯を丈夫にするカルシウムを多く含んだ食品や、かみごたえのある食品、旬の食材や地場産野菜の提供をしている。また、児童委員会の取組として、かみかみセンサーを活用した「かみかみキャンペーン」の実施等「歯と口腔の健康づくり」と関連付け、取り組んでいる。



【かみかみセンサーでかむ回数を調査】

### ③歯科活動とよりよい生活習慣の定着を目指す取組

「歯と口腔の健康づくり」に取り組み、歯みがきを定着させようとしたとき、規則正しい生活と切り離せないことから、早寝・早起き、朝ごはん、運動、排便等の「生活リズムチェック」を実施している。「生活リズムチェック」を含む保健関係の個々の資料は、個人ファイルに綴じポートフォリオにしている。

#### (2) 保健管理

##### ①主体的な歯科健康診断の工夫と保健調査票の活用

年2回の歯と口腔の健康診断は、自分の歯と口腔の健康づくりに取り組む意識を高める機会ととらえ、事前指導、事後指導も含め、学校歯科医と協力し実施している。

##### ②個に寄り添った指導

小規模校のよさを生かし、歯科健診時に学校歯科医が撮影した口腔内写真を活用し、一人一人の口腔内の状態に合わせた個別指導をしている。

##### ③予防活動

(ア) 新型コロナウイルス感染症拡大防止の長期休業後、給食後の歯みがき再開に向け、新しい生活様式に即した方法を学校歯科医と検討を重ねた。現在は、災害歯みがきを応用し、口を結んで、飛沫が飛ばないように手で口を覆って歯をみがくなどの配慮をしながら実施している。

(イ) 平成16年度より山県市の事業として開始したフッ化物洗口は、今では学校生活の一部として定着している。



【着席し飛沫に気をつけて歯みがき】

#### (3) 組織活動

##### ①PTA活動・家庭との連携

(ア) 学校保健安全委員会で議題になったことを、学級懇談会の話題にし、全家庭への啓発につなげている。

(イ) 家庭教育学級主催の歯科講話では、学校歯科医による「歯と口腔の健康づくり」に関する講話と歯みがきの実習を行っている。

(ウ) 長期休業には、親子歯みがき・親子プラークテストを実施している。



【フッ素で1分間のブクブクうがい】

##### ②外部機関・地域との連携

(ア) 市の事業として山県市子育て支援課と連携し、ブラッシング指導を実施している。

(イ) 健康委員会の児童が保育園を訪問し、紙芝居の上演や歯みがき指導を実施している。

(ウ) 80歳をこえ20本以上歯がある地域の高齢者を招いて講話を実施している。



【健康委員会の取組、保育園訪問】

## 4 まとめ

市の事業としての「フッ化物洗口」開始を機に、学校、行政、家庭、地域関係機関が連携し「歯と口腔の健康づくり」に取り組んできた。長年の取組の成果もあり、「歯と口腔の健康づくり」を柱に、本校の教育活動に「健康で安全な生活づくり」が位置付いている。職員の生活指導委員会を中心とした校内連携に加え、地域の教育力を味方にした取組が大きな力となり、子どもたちには幸せで充実した生活を自分の手でつくろうとする意識の高まりがみられる。

今後も、すべての児童のQOL (Quality of Life) が高まり生涯にわたって健康で幸せな人生を送ることができる事を願い、家庭、地域へつながり、広がる「健康づくり」を継続していきたい。

シリーズ 87

**「健康教育をささえる」** ～学校歯科医の現場から～**歯・口にかかわる健康教育**公益社団法人日本学校歯科医会 創立90周年記念誌編纂委員会委員長  
滋賀県 学校歯科医 藤居 正博

「健康教育」という言葉に込められた意義はたいへん深く広がりがあり、多くの生活行動、教育活動との深い関連が考えられます。健康はより良く生きる基礎であって目的ではないと言われることがあり、日本語に外国の言葉が翻訳されたもので、福沢諭吉らが「適齋塾」において生みだされ広められたものと言われております。「健」はともかく「康」の字を当てはめたことに深い意味が込められていると評論されたことがあります。それ故、「健康」を教育の場で取り扱うには深い理解と広い知識が必要と思われれます。

学校歯科保健に携わる学校歯科医の立場から俯瞰してみますと、国民への啓発型の健康教育として「歯・口の健康週間」があります。これは、昭和3年6月4日「虫歯予防デー」として第1回が始められ全国的な運動として一貫して現在まで継続されているもので、かつて結核の予防に効果のあったキャンペーンを模したものと記録にはあります。毎年6月4日を中心に歯と口の健康週間には多くの催しや講演等が全国各地に於いて開催され、口腔保健意識の向上に寄与しているものです。また、学校においても6月に歯の健康づくり週間としてさまざまな教育活動を展開していただいております。その他、11月8日を「いい歯の日」として歯と口の健康づくりの啓発を行う日としております。

年間を通じては「8020運動」として80歳になっても20本の自分の歯を残るように日頃から気を付けましようと言う啓発活動で、良い歯の高齢者コンクール等を開き表彰などを行ったり、8020達成者に認定書を授与したりして効果を高めております。高齢者で自分の歯が20本以上残っておられる方は、ほぼ何でも食物を召し上がることが

出来るという研究結果から日本歯科医師会と厚生労働省が主唱者となって平成元年から始められた運動で、直近の歯科疾患実態調査において8020達成者が被験者の50%を超えたという歯科保健関係者でも予測しえなかった成果を挙げております。運動の始まった頃はとてもこの様な目標は不可能であるとか、子どもたちの教育課題には不向きだとか言われましたが、具体的な目標を掲げ、継続して関係者がこぞって啓発に取り組み健康づくりに取り組む活動が大きな成果を挙げている例として現在では誇れるものであると思われれます。「健康日本21」でも実施されているように、各項目で具体的な目標を掲げ行われる健康教育活動は成果が数値で表されるため、効果的な方法と考えられるが、「健全な健康観」の育成といった抽象的な目標は大変難しい課題と捉えております。

学校では現在日本学校歯科医会を中心に歯・口に関する健康づくり活動をさまざまに展開してきております。古くは「口腔衛生向上活動」として講演会、展示会、幻燈（スライド）、映画等を使用して集団での教育を継続して実施して参りました。特に日本歯科医師会とライオン歯磨では口腔衛生普及のためのチームを組み、日本全国、樺太、満州、朝鮮、台湾まで機材と講師を以て活動を行ったとされております。戦後は昭和31年から「むし歯半減運動」として当初は未処置歯を半減して処置歯を増やすであったが、やがてむし歯を作らないことの方が効果が挙げるとのことから予防、歯の健康教育へシフトして、平成4年からは「歯・口の健康づくり運動」に移行して現在に至っております。文部省でも昭和53年「小学校歯の保健指導の手引」を作成され、「むし歯予防推進校」をスタートされました。手引きは何度か改訂され

『生きる力』を育む学校での歯・口の健康づくり』（日本学校保健会刊）となり、むし歯予防推進校は「生きる力をはぐくむ歯・口の健康づくり推進事業」として日本学校歯科医会が継続しており、文部科学省後援事業となっております。40年以上に亘る継続事業で当初は小学校から始まっていたが、現在では大学を除くすべての校種を対象とし全国的な活動として展開されています。これら、公益社団法人日本学校歯科医会の活動をまとめた「日本学校歯科医会創立90周年記念誌」を令和3年7月に刊行しました。近年20年間の活動を詳述したもので日本学校歯科医会加盟団体53の学校歯科保健活動略史も掲載しています。



公益社団法人 日本学校歯科医会発行 日本学校歯科医会創立90周年記念誌

民間ではありますが、大学教授、学校歯科医、学校教員の有志により始められた日本学校歯科保健・教育研究会が活動しております。学校での歯科保健教育の具現化を行う研究会で毎年2回例会を開催して参加者への体験型教育を模索しその成果は『楽しく学び「生きる力」をはぐくむ 歯・口の保健教育』（東山書房刊）として2冊にまとめられ、刊行されております。

近年子どもの「う歯」が激減しています。これ

らは歯科保健関係者のみならず、全ての国民が望み、努力していただいた大きな成果であります。なかにはむし歯がなくなれば学校歯科医は最早必要ないのではとか、歯医者さんの出番が無くなりますね、との揶揄を受けます。とんでもありません！むし歯を作らないことが学校歯科保健の目的ではありません。目標のひとつであることは確かですが、子どもたちが生涯にわたる歯と口の機能を発達させ維持増進することが本当の目標で、よりよく社会の中で生き抜く力の基礎を培うのが学校歯科保健の目的であります。100年以上の歴史を刻む学校歯科保健ですがようやく「う歯」という一里塚を越えようとしている状況です。

まだまだ取り組まなければならない課題は山積しております。歯・口の健康に関する効果的な教育法もその一つです。これらは、教職員の力に頼るところが大きいです。学校と学校歯科医が知恵を絞って良い方法を編み出して実践しながら磨き上げないと、子どもたちの学びにはつながりません。全国津々浦々で子どもたちの学びにむけて歯・口の健康という題材を選んでいただいた例を観させていただきました。いずれも素晴らしい成果を挙げておられました。その広がりや深まり、繋がりの中で他の教科のようにはいかないようです。

故吉田瑩一郎先生（元文部省体育官・元日本体育大学名誉教授）には「歯・口は皆が観察できるし、皆がなにかしらの課題をもっている。健康教育のこれほど良い教材はない。」と教えていただきました。健康教育の目的は人がより良く生きるための基礎を培っているのであり、氷がほつておくと溶けてしまうように放置していると崩しに健康は害されてしまう恐れがあるので知識だけでなく普段の生活中に健康行動を習慣化する努力を続ける必要があると思われまます。

学校で行われる歯科保健学習は教科と特別活動とあると思われまます。教育の目標や方法は異なるのではないのでしょうか。授業指導案を作成される時にその違いを念頭に置いていただきますと、学びの姿がイメージし易いのではないのでしょうか。（素人が申し訳ありません。）

「普段の行動と不断の学習が『生きる力』を育み！健康の基礎を培う！」とのスローガンを以て結びといたします。

# GIGA スクール構想と 目の健康を守るルールと啓発活動

公益社団法人日本眼科医会 理事 丸山 耕一

## はじめに

ICT教育がほぼ当たり前になった現在、デジタル端末の学習支援アプリケーション（以下アプリ）は各種幅広く活用されている。直感性に長けた子どもたちは、様々なアプリを使いこなす。教職員から見ても、子どもたちの学びや多様性がデジタル端末を介して「見える化」されるメリットは大きい。しかし、教職員間でデジタル端末と眼の健康が話題になることは少なく、子どもたちが学校健診の結果、眼科を受診することで、屈折異常等が「見える化」されることになる。

文部科学省の推すGIGAスクール構想（児童生徒に一人一台のデジタル端末と、学校内高速大容量ネットワークの整備等）が前倒しされ、2021年4月から始まったことでICT教育は加速した<sup>1)</sup>。ここでは、GIGAスクール構想を軸に3点に着目した。「目の健康を守る」ためにすべきこと、ブルーライトカット眼鏡の小児の装用に対する慎重な意見について、そして、眼の健康を守るための啓発コンテンツについてである。

## デジタル端末と眼の健康への影響

これまで文部科学省は、ガイドライン<sup>2)</sup>やガイドブック<sup>3)</sup>、また2021年3月には、局長通知のなかで、ICT活用時の眼の健康などへの配慮事項を詳細に提示した<sup>4)</sup>。同月中旬の第204回国会 衆議院文部科学委員会での大臣答弁でも、GIGAスクール構想と子どもの視力低下についての発言があり、文部科学省が視力への影響について注視していることもわかる。一方、日本眼科医会は、同年3月初旬には、GIGAスクール構想の概略に触れ、眼の健康に関わる注意点等を25項目にまとめた<sup>5)</sup>。

デジタル端末の使用によって、眼精疲労等、眼に影響をきたしうることは知られており、近見作業が近視の進行に影響することや、太陽光の下で過ごす屋外活動が近視の進行抑制に効果的とも指摘されている<sup>6)</sup>。では、デジタル端末を使う環境下で、眼を守るために子どもたちは何をすべきか。「目の健康を守るルール」として以下の5項目を挙げる。

- 1) デジタル端末の画面を見る姿勢は、背筋を伸ばし、目線は画面に直交する角度に近づけ、画面は眼から30cm以上離して見る
- 2) 蛍光灯などからの映り込みを、端末の角度や端末画面の明るさの調整で防止する
- 3) 30分に1回は、20秒以上、画面から眼を離し、遠方を見るなどして眼を休める
- 4) 眼精疲労やドライアイ対策として長時間タブレット端末を見ず、意識的に瞬目をする
- 5) 休み時間を利用して、児童生徒には屋外での活動を促す。晴れた日の木陰でも、1000ルクスの照度があり、1日あたり2時間の屋外活動を推奨。なお、帽子を被る、日焼け止めクリームを塗布しておく等の紫外線対策に加え、熱中症の発症に留意しておく

大規模災害時、あるいは収束を見ないコロナ禍の中で、家庭等におけるオンライン授業が夏期休暇を契機に行われつつある。ICT教育は、場所を選ばない授業形態も含めて多様化し、先の5項目を中心に「目の健康を守るルール」を、常に心がけておくべきだろう。

## 小児のブルーライトカット眼鏡に対する慎重意見について

デジタル端末の画面から発せられる強い光には、メラトニン分泌を抑制するとされるブルーライトが含まれ、就寝前に曝露されると、睡眠障害をきたす恐れがある<sup>7,8)</sup>。

ブルーライトは可視光線の一部（波長380nm～495nm前後の青色成分）であり、太陽光や電球の光にも含まれている。つまり登校から下校時まで、教室の内外で常時ブルーライトを含んだ光に子どもたちは曝露されている。それは遙か昔からだ。

しかし、ICT教育でデジタル端末に触れる機会が増えるにつれ、子どもたちにブルーライトカット眼鏡（以下BLC眼鏡）の装用を推奨する動きが始まった。日本眼科学会をはじめ6学協会は、この動きを科学的観点から危惧し、「小児のブルーライトカット眼鏡装用に対する慎重意見」を提示した<sup>9)</sup>。「慎重意見」の詳細は、二次元コード等からご覧いただきたいが、GIGAスクール構想において、子どもたちの眼を守る大前提は、BLC眼鏡の装用ではなく、デジタル端末使用等に際しての「目の健康を守るルール」であることを強調しておきたい。



夜間にデジタル端末を見るときにBLC眼鏡を装着することで、睡眠障害を予防する一定の効果はあるだろう。とすれば、文部科学省の示す「就寝の1時間前からはデジタル端末を見ない」ことで、睡眠障害の懸念は払拭され、BLC眼鏡装用の必要性はほぼ無くなる。

他方、小学校5年生、6年生を対象として、学校の教室座席位置と睡眠状況、メラトニン分泌パターンを検討した報告では、窓側群の方が廊下側群と比較して平均照度が1.7倍であったとし、夜から朝にかけてのメラトニン分泌が高値を示す者のオッズ比が廊下側群と比較して窓側群で10倍になったという<sup>10)</sup>。また、橙色光と青色光と比較して、青色光の曝露が、作業記憶に有益な効果をもたらしたという機能的MRIを用いた報告もある<sup>11)</sup>。

このように青色光すなわち、ブルーライトは、日中の太陽光の下、もしくはその曝露下において、むしろ睡眠や脳の機能に有益な働きを持つのではないだろうか。そこから「慎重意見」もあわせて勘案すると、子どもたちにBLC眼鏡の装用を推奨する意味は見いだせない。

ただし、医学的見地から、500nm以下のブルーライトをカットし、まぶしさを低減させつつコントラストや明るさを向上させる「遮光眼鏡」は、羞明に苦しむ子どもたちには大切なアイテムである。



二次元コード

小児のブルーライトカット眼鏡装用に対する慎重意見

### 目の健康を守る啓発コンテンツ

GIGAスクール構想の始まりを境に、デジタル端末の学校と家庭での双方向活用が始まっている。端末の家庭への持ち帰りやオンライン授業を機に、「説明と同意」すなわちインフォームドコンセントが教育界でも重要視されている。教職員と保護者、保護者と子どもたちは、協働作業でデジタル端末の使い方を理解し、学びを深めていく。

一方、目の健康啓発マンガ『ギガっこ デジたん!』<sup>12)</sup>(図1)は、GIGAスクール構想の2021年4月からの前倒しに合わせて、日本眼科医会が制作した。文部科学省初等中等教育局 健康教育・食育課の協力も得ている。楽しいキャラクターを揃え、直感的に理解できるような「目の健康を守るルール」を「見える化」し、日本眼科医会WEBサイトからA4、A3サイズでダウンロード可能とした。活用マニュアル共々ご活用いただきたい。

ICT教育が始まる以前から子どもたちの裸眼視力の低下はみられている。すべての責任をデジタル端末に押し付けるのではなく、本を読み、ものを書く姿勢などの近見作業、コロナ禍における屋外活動の減少等を今一度、見直すことも忘れてはならない。GIGAスクール構想を機に、子どもたちが、目の健康に関わる知識を育み、将来、自分や周囲の方々の眼を気遣うことができる人間に成長することを望む。



【図1】

日本眼科医会の啓発マンガ『ギガっこ デジたん!』。デジタル端末と向き合う中で、「目の健康を守るルール」を呈示する。

参  
照  
U  
R  
L  
・  
参  
考  
文  
献

- 1) 文部科学省 GIGAスクール構想の実現へ [https://www.mext.go.jp/content/20200625-mxt\\_syoto01-000003278\\_1.pdf](https://www.mext.go.jp/content/20200625-mxt_syoto01-000003278_1.pdf)
- 2) 学習者用デジタル教科書の効果的な活用の在り方等に関するガイドライン [https://www.mext.go.jp/b\\_menu/shingi/chousa/shotou/139/houkoku/\\_icsFiles/fieldfile/2018/12/27/1412207\\_001.pdf](https://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chousa/shotou/139/houkoku/_icsFiles/fieldfile/2018/12/27/1412207_001.pdf)
- 3) 児童生徒の健康に留意してICTを活用するためのガイドブック [https://www.mext.go.jp/component/a\\_menu/education/micro\\_detail/\\_icsFiles/fieldfile/2018/08/14/1408183\\_5.pdf](https://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/micro_detail/_icsFiles/fieldfile/2018/08/14/1408183_5.pdf)
- 4) 文部科学省 局長通知 GIGAスクール構想の下で整備された1人1台端末の積極的な利活用等について 令和3年3月12日 [https://www.mext.go.jp/content/20210414-mxt\\_jogai01-000014225\\_001.pdf](https://www.mext.go.jp/content/20210414-mxt_jogai01-000014225_001.pdf)
- 5) ICT教育・GIGAスクール構想と眼科学校医の関わり ●眼科学校医が知っておくべき25のポイント◆ [https://www.gankaikai.or.jp/school-health/20210305\\_ICT\\_GIGA.pdf](https://www.gankaikai.or.jp/school-health/20210305_ICT_GIGA.pdf)
- 6) IMI White Papers : Myopia A 21st Century Public Health Issue [https://myopiainstitute.org/wp-content/uploads/2020/10/BHVI20190211\\_IMI\\_White-Papers-Book-1.pdf](https://myopiainstitute.org/wp-content/uploads/2020/10/BHVI20190211_IMI_White-Papers-Book-1.pdf)
- 7) Nomathemba Dube, Kaviul Khan, Sarah Loehr, et al : The use of entertainment and communication technologies before sleep could affect sleep and weight status: a population-based study among children. Int J Behav Nutr Phys Act : 14 : 1-15.2017.
- 8) K Thapan, J Arendt, DJ Skene : An action spectrum for melatonin suppression: evidence for a novel non-rod, non-cone photoreceptor system in humans. J Physiol : 535:261-267, 2001.
- 9) 日本眼科学会, 日本眼科医会, 日本近視学会, 他 : 小児のブルーライトカット眼鏡装用に対する慎重意見. [https://www.nichigan.or.jp/Portals/0/PDF/20210414\\_bluelight.pdf?TabModule1051=1](https://www.nichigan.or.jp/Portals/0/PDF/20210414_bluelight.pdf?TabModule1051=1)
- 10) 野井 真吾, 田邊 弘祐, 鹿野 晶子 : 学校での教室座席と子どもの睡眠状況, メラトニン分泌パターンとの関連. 発育発達研究 : 89 : 12-21, 2020.
- 11) A Alkozei, R Smith, DA Pisner, et al : Exposure to Blue Light Increases Subsequent Functional Activation of the Prefrontal Cortex During Performance of a Working Memory Task. Sleep : 39 : 1671-1680, 2016.
- 12) 子どもの目・啓発コンテンツについて [https://www.gankaikai.or.jp/info/post\\_132.html](https://www.gankaikai.or.jp/info/post_132.html)

付記 『ギガっこ デジたん!』の著作権は日本眼科医会に帰属します。ダウンロード後、無断で加工しない限り、配布、掲示、発表、放映における使用は可能です。

# 「精神疾患に関する指導参考資料」について

「精神疾患に関する指導参考資料」作成委員会 委員長

東海大学体育学部体育学科 教授 森 良一

## はじめに

平成30年告示の高等学校学習指導要領の保健体育に、新たに「精神疾患の予防と回復」の内容が位置付き、来年度から高等学校において精神疾患に関する指導が行われる。学校においては、新規の内容について、教科書が届かない前年度から教材研究をし、準備を整えて新年度を迎えることにな

るわけである。しかし、精神疾患に関する内容は一言でいうと難しく、教育の視点から参考になる資料がなかなか見つからないことが想定される。そこで登場するのが、本資料である。高等学校科目保健の授業に役立つことを目指して作成された本資料について解説する。

## 1 精神疾患に関する指導の重要性

精神疾患に関する指導を実施するには、まず、なぜ精神疾患に関する内容が位置づいたのかを理解することが必要となる。そこで、本資料では、精神疾患に関する指導の重要性について、「精神疾患をめぐる現状と課題」「学習指導要領及び解説に位置付いた経緯」「精神疾患に関する指導の目標及び内容」の三つの項目で説明することとした。

「精神疾患をめぐる現状と課題」では、精神疾患は誰でも罹（かか）りうる病気であること、精神疾患の好発年齢は、15歳から30歳くらいまで思春期にはじまる心の病気であることなどについて、図などを用いて説明している。また、若者が注意すべき精神疾患として、学習指導要領解説で例示された①うつ病、②統合失調症、③不安症、④摂食障害について説明するとともに、精神疾患の存在を考慮すべき行動として、①自傷行為・自殺企図、②スマートフォンなどへの依存、③飲酒、薬物乱用、喫煙などの依存症を取り上げ、解説した。さらに、若者の精神保健に関する諸問題として、不登校、ひきこもり、いじめを取り上げている。

「学習指導要領及び解説に位置付いた経緯」では、キックオフとなった公益財団法人日本学校保健会における「現代的な健康課題対応委員会（心の健康に関する教育）」での検討、それを踏まえた中



央教育審議会での検討、学習指導要領への位置付けと、内容が位置づくための議論が進んだ経緯について時系列的に解説している。精神疾患に関する指導は、心の健康に関する指導の一つであり、

小学校から高等学校までの系統性を考慮する中で、高等学校に位置づいたことを知ることができる。

「精神疾患に関する指導の目標及び内容」では、まず、精神疾患に関する目標について、保健の目標と関連して「知識、技能」「思考力、判断力、表現力等」「学びに向かう力、人間性等」の三つで目標を示している。次に、内容については、具体的

に精神疾患に関する指導が位置づいた「高等学校学習指導要領(平成30年告示)及び解説」と、「心の健康に関する教育」に関する小学校及び中学校の学習指導要領及び解説が示され、心の健康に関する指導全体の系統性が確認できるようになっている。

## 2 精神疾患の指導の実際

本資料作成委員会では、精神疾患に関する指導について、高等学校学習指導要領及び解説から、「精神疾患の予防と回復」の本内容は3～5時間で単元構成がされるのではないかと予想した。そのため、本資料ではその真ん中をとって「精神疾患の定義・特徴及び要因」「精神疾患の特徴的な症状」「精神疾患の予防と回復」「精神疾患に関する個人の取組と社会的な対策」の4時間で単元を考えた。

それぞれの時間の指導案、ワークシート、資料等は作成委員が実践を通して検討し工夫したものである。例えば、ワークシートはそのまま活用できるように示しただけでなく、生徒の記載例も掲載している。資料は、実際に使用したスライド等をそのまま掲載しているので、学校の実態に応じて変更するなど工夫して活用していただきたい。

## 3 教職員のための精神疾患に関するQ&A

精神疾患の予防と回復に関する授業について効果的な指導をするために必要となる知識や参考情報をQ&A形式でまとめた。内容ごとに、「精神疾患の特徴」「精神疾患への対処」「精神疾患を取り巻く環境」に分類して構成し、授業実践や準備の際に、知っている役に立つ「コラム」も用意してい

る。要点が把握できるように、Q&Aでは冒頭に回答のポイントを掲載するようにした。授業実践の準備段階、実際の授業で課題が出てきた段階でも対応できるようになっているので大いに参考にしていきたい。

## 今後に向けて

精神疾患は、今後ますます増加することが予想される。また、多くが思春期から青年期に始まるといわれており、できるだけ早い段階で教育を推進することが重要である。まずは、今回学習指導

要領に位置づいた高等学校において、しっかりとした教育を実施し、その効果を検証することが肝要である。そのために、本資料が高等学校において活用されることを期待したい。

## ● 日本学校保健会発行出版物のご案内 .....

日本学校保健会では公益目的事業による情報提供事業として、出版物は原則すべて無料で公開されています。ぜひご利用ください。

● 学校保健ポータルサイトから無料で読む



<https://www.gakkohoken.jp/books>

● 日本学校保健会 HP から購入する



<https://www.hokenkai.or.jp/toshocart/>

## 第72回指定都市学校保健協議会

健康でたくましく未来を切り拓く力の  
育成を目指した学校保健の推進

- 期 日：令和3年5月16日（日）～配信開始  
開催方法：動画配信、誌上開催  
内 容：
- (1) 開催市挨拶  
相模原市長 本村 賢太郎（動画配信）
  - (2) 主催者挨拶  
第72回指定都市学校保健協議会実行委員会  
委員長 細田 稔（動画配信）  
相模原市教育長 鈴木 英之（動画配信）
  - (3) 記念講演（動画配信）
    - ①演題 「はやぶさ2の挑戦とこれまでの成果」  
講師 JAXA 宇宙科学研究所 准教授  
吉川 真 氏
    - ②演題 「COVID-19について～小中学校において注意すべき点を含め～」  
講師 国立感染症研究所 感染症疫学センター  
第八室（常勤）研究員  
三輪 晴奈 氏
  - (4) 課題別協議会（誌上）
    - ①第1分科会【健康教育】  
生涯にわたり主体的に健康の保持増進に取り組むための健康教育
    - ②第2分科会【健康管理】  
子どもの健やかな健康増進を目指した保健管理
    - ③第3分科会【心の健康】  
子どもの豊かな心を育てるための教育活動や支援のあり方
    - ④第4分科会【地域保健】  
学校・家庭・地域の連携による学校保健活動

本協議会は、令和3年5月16日（日）に相模原市において開催する予定でしたが、昨今の新型コロナウイルス感染症の感染防止の観点から、動画配信及び誌上開催となりました。

記念講演は動画配信とし、第一部は、JAXA宇宙科学研究所准教授の吉川様から「はやぶさ2の挑戦とこれまでの成果」と題して、はやぶさ2が地球に帰還するまでの御苦労や成功に向けた関係者の取組について御講演をいただきました。

第二部は、国立感染症研究所感染症疫学センター第八室（常勤）研究員の三輪様から「COVID-19について～小中学校において注意すべき点を含め～」と題して、現在も世界的に猛威を奮っている「新型コロナウイルス感染症」の特徴や小・中学校等における感染防止対策等について御講演をいただきました。

課題別協議会については、誌上開催となりましたが、分科会ごとにテーマに沿った形で、各政令市の学校保健関係者に作成いただいた研究成果を研究資料として共有しました。

## 第19回九州地区健康教育研究大会

「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：令和3年8月2日（月）～8月10日（火）  
開催方法：HP掲載、ライブ・Zoom・録画配信  
内 容：
- 【8月2日】シンポジウム、特別講演  
沖縄県浦添市でだこホールからライブ配信（無観客）
- 【8月3日～10日】分科会  
※第4のみ3日にZoom開催
- 第1分科会 「学校経営と組織活動（保健管理・保健室経営を含む）」
  - 第2分科会 「保健教育」
  - 第3分科会 「健康教育（健康相談、児童生徒の活動への支援を含む）」
  - 第4分科会 「性に関する指導」
  - 第5分科会 「食に関する指導」
  - 第6分科会 「歯・口の健康づくり」
  - 第7分科会 「学校環境衛生・学校給食における衛生管理」
  - 第8分科会 「安全管理・安全教育」
  - 第9分科会 「喫煙・飲酒・薬物乱用防止教育」

九州ブロック8県から約1,000名の学校保健関係者の申込により、シンポジウム及び特別講演は、沖縄県浦添市からライブ配信、分科会はZoom及び録画配信により開催いたしました。

開催初日は、シンポジウムに引き続き、世界的に活躍されているMASA・MAGIC氏から御講演をいただき、夢を諦めないことの大切さ等について御示唆いただきました。

分科会は、コロナ禍により録画配信等となり、研究協議は実施できませんでしたが、テーマ毎に九州各地の実践に基づく発表と指導助言が行われ、学び深い有意義な大会となりました。



# 令和3年度 未成年飲酒防止啓発ポスター キャッチコピー募集!

日本学校保健会では全国の学校へ配付する「未成年飲酒防止啓発ポスター」に添えるキャッチコピーを募集しています。ぜひご応募ください!  
 ポスターモデルは、**フィギュアスケーター 紀平梨花 選手** (予定) です!

- 【募集対象】** 全国の中学校・中等教育学校・高等学校の生徒保健部または保健委員会
- 【応募点数】** 1校につき1点 (保健部・保健委員会の生徒たちで話し合って、選りすぐった作品1点をご応募ください)
- 【募集締切】** 令和3年10月29日 (金)



令和2年度採用作品

**入賞校には賞品を贈呈!** \*詳細・応募方法は学校保健ポータルサイトをご覧ください

## 未成年者飲酒防止教育支援研修会 (オンデマンド)

「未成年の飲酒の危険性と女性のリスク」  
 「飲酒等危険行動防止のためのライフスキルの育成」ほか  
 小学校・中学校での授業実践を配信しています。

配信期間：9月初旬～3月13日 (金)  
 期間中は何度でもご覧いただけます。

\*詳細・申し込みは学校保健ポータルサイトまで

大人は楽しそうにお酒を飲んでいるけど、どうして子どもは飲んじゃいけないの?

ノンアルコール飲料は子どもも飲んでいいの?



無料

…と聞かれたことはありませんか?

## 11月 全国の書店等で販売予定!

発行/日本学校保健会  
 発売/丸善出版(株)

学校保健の  
 最新情報を満載

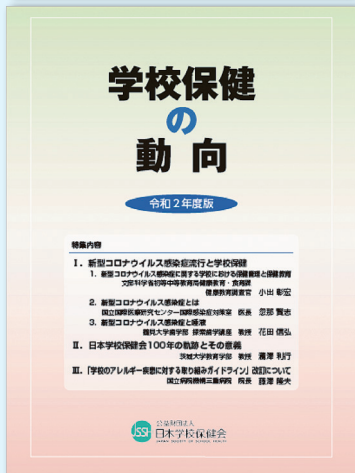
令和3年度版

# 学校保健の動向

定価：3,080円 (本体2,800円 + 10%税)

### 特集 (テーマはすべて仮題です)

- I. 新型コロナウイルス感染症流行の動向と学校保健**
  - 1-1 学校における新型コロナウイルス感染症に関する衛生管理マニュアル
  - 1-2 学校の新しい生活様式に基づく学校における歯科保健の在り方
  - 1-3 新型コロナウイルス感染症流行の子供への影響
  - 1-4 新型コロナウイルス感染の動向とワクチン
- II. 学校における熱中症対策ガイドライン 作成の手引きについて**



《令和2年度版表紙》

#### 【通常誌面】

- 第1章 健康管理の動向      第2章 学校環境衛生の動向
- 第3章 健康教育の動向    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    ◆その他、コラム多数

——全国の書店等で販売、または、日本学校保健会での直接販売 (インターネットHP・FAX) でもご購入できます——

《お問合せ》 公益財団法人日本学校保健会 〒105-0001 東京都港区虎ノ門2-3-17 虎ノ門2丁目タワー6F  
 Tel. 03-3501-2000 FAX 03-3592-3898 HP <https://www.hokenkai.or.jp>

## 令和3年度～令和4年度 公益財団法人日本学校保健会 役員（理事・監事）一覧

### 会 長

①中川 俊男 (公社)日本医師会会長

### 副会長

①渡邊 弘司 (公社)日本医師会常任理事

①河合 直樹 岐阜県学校保健会会長

①齋藤 秀子 (公社)日本学校歯科医会副会長

田尻 泰典 (公社)日本薬剤師会副会長

### 専務理事

弓倉 整 学識経験者

### 常務理事

村田 光範 学識経験者

長沼 善美 (公社)日本学校歯科医会専務理事

富永 孝治 (公社)日本薬剤師会常務理事

駒田 幹彦 学識経験者

尾崎 治夫 (一財)東京都学校保健会会長

①松井 道宣 京都府学校保健会会長

### 理 事

長瀬 清 (公財)北海道学校保健会会長

佐藤 和宏 宮城県学校保健会会長

池上 秀明 神奈川県学校保健連合会評議員

①池端 幸彦 福井県学校保健会会長

①浅井 清和 愛知県学校保健会会長

①松本 泰仁 大阪府学校保健会会長

①渡辺 憲 鳥取県学校保健会会長

①久米川 啓 香川県学校保健会会長

①福田 稠 (公財)熊本県学校保健会会長

①細田 稔 相模原市学校保健会会長

①清藤 誠也 熊本市学校保健会副会長

白根 雅子 (公社)日本眼科医会会長

大島 清史 (一社)日本臨床耳鼻咽喉科医会理事

(一社)日本耳鼻咽喉科学会代議員

①大字弘一郎 全国連合小学校長会会長

①阿部 善雄 全日本中学校長会

①勝嶋 憲子 全国高等学校長協会

東 邦裕 全国学校保健主事会会長

①小林 幸恵 全国養護教諭連絡協議会会長

柳沢 幸子 (公社)全国学校栄養士協議会副会長

山田 洋子 (公社)日本PTA全国協議会副会長

## 公益財団法人日本学校保健会

令和3年度

## 第1回定時評議員会・ 第2回理事会を開催



日本学校保健会では去る6月18日、オンラインにて令和3年度の第1回定時評議員会・第2回理事会を開催いたしました。

第1回定時評議員会では、令和2年度の事業報告及び決算の承認、また令和3・4年度の理事及び監事が選任され、これを受けて行われた第2回理事会では、新たに中川俊男会長ほか代表理事及び業務執行理事が選任されました。

### 監 事

藤本 保 (一社)大分県医師会副会長

①平塚 靖規 (公社)日本学校歯科医会参与

清水 大 (公社)日本薬剤師会理事

### 名誉会長

①横倉 義武 (公社)日本医師会前会長

### 顧 問

①道永 麻里 (公社)日本医師会前常任理事

川本 強 (公社)日本学校歯科医会会長

乾 英夫 (公社)日本薬剤師会前副会長

高石 昌弘 (公財)日本学校保健会前常務理事

\* 役員の任期は令和3年6月18日から令和5年定時評議員会の終結の時まで(2年間)

## 虎ノ門 (170)

### COVID-19 と食育

飛沫感染が最も警戒される COVID-19 により、飲食に関わる産業は大きな打撃を受け、学校給食は安全な学校生活を送る上で最もハイリスクな活動になってしまった。子どもたちは一方方向を向き、静かに黙々と給食を食べる。こんな給食風景が日常となって2年余りになる。それでも学校給食は中止されることなく、教育活動として続けられているだけでも良かったと心から思う。給食が継続できているのは、子どもたちの我慢と頑張りもさることながら、教職員全体が細心の注意を払って工夫を凝らし、少しでも安全にと努力を重ねているからに違いない。学校給食には、これまでも O-157 やノロウイルスと闘って来たノウハウがあり、こうした経験は今回の新たな難敵に対しても生かされている。とは言え、常時行われてきた給食時間中の指導は困難になり、栄養教諭たちは子どもたちと一緒に会食しながら情報を収集

したり、指導したりすることをあきらめざるを得ない。映像や校内放送の活用、授業指導など様々な手立てを試みているが、直接、今食べている給食を通して行う指導にはかなわない。活動量が減り、食が細くなったり偏食が増加したりと生活環境の変化がじわりと子どもたちの食行動に影響を落とし始めている中でジレンマが続いている。

今年3月には第4次食育推進基本計画が発表された。その中では横断的な重点項目として「新たな日常」やデジタル化に対応した食育の推進が加えられた。生涯を通じた心身の健康を支える食育や持続可能な食を支える食育の推進とともにSDGsの観点も踏まえて総合的に推進することが求められている。大人たちが堂々巡りを繰り返している間も子どもたちの成長は待ってくれない。手探りであっても、子どもたちを連れて一歩ずつ前へ進んで行かなくてはと思う。

(会報『学校保健』編集委員会 委員 松本清江)

### ◆ 日本学校保健会主催研修会のご案内 ◆

学校保健ポータルサイト (<https://www.gakkohoken.jp>) 「募集事業案内」より各種研修会の詳細・申込ができます。【参加無料】

\*研修会によって参加対象者や申込方法が異なる場合がございます。



## ツボミスクールからのお知らせ

成長期のからだや下着について学べる「新テキストと動画」の無料配布を行っています。

ツボミスクールのテキストと動画が新しくなりました。テキストは、ポイントをまとめ、デザインを見やすくすることで、児童や生徒がより理解しやすくなっています。動画はチャプター付きのため必要な部分のみ使っていただくことも可能です。

(動画配信時間: 全約15分)

二次性徴のサポート教材としてぜひご利用ください。



ツボミスクールのオンライン講座がスタートしました。  
詳しくはホームページをご覧ください。



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](#)

### — お申し込み期間 —

第2回 受付期間: 2021年6月1日~2021年9月30日  
発送期間: 2021年10月上旬~10月中旬ごろ予定

第3回 受付期間: 2021年10月1日~2022年1月31日  
発送期間: 2022年2月上旬~2月中旬ごろ予定

[受付と発送は年3回に分けて行っています。]

ご不明な点やご質問は下記までお問い合わせください。

ワコール スクール事務局  
e-mail: [tsubomi@wacoal.co.jp](mailto:tsubomi@wacoal.co.jp)

Menicon 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

## 正しいコンタクトレンズ・ケア方法のご紹介

公益社団法人 日本眼科医会  
学校保健委員会監修チラシをご提供!

コンタクトレンズ・ケアのご指導にご活用ください。

▽▽▽チラシ受付窓口はこちら▽▽▽  
<https://www.ophtecs.co.jp/csr/>  
※数に限りがございますので、無くなり次第終了とさせていただきます。

Ophtecs

レンズ編  
ケア編

小学校の校長先生・保健室の先生・担任の先生へ

11月8日「いい歯の日」に向けて

### 歯と口の健康の大切さを楽しく学べる 教材と体験キットをお届けします!

コロナ禍での  
指導ポイント  
追加!

**応募締切** 2021年10月4日(月)

**応募概要** 11月8日は「いい歯の日」。その大事な日に向けて、「健全な歯」と「口の働きの発達」を支援できればと思っています。子どもたちに歯と口の健康の重要性を自主的に考えさせ、よく噛むことやむし歯予防を習慣づけさせることを目的として、見て学べる指導用DVDやご家庭で体験できるガムなどをセットでお届けいたします。

**募集対象** 全国の小学校400校 / 4~6年生対象 ※応募多数の場合、抽選。 ※キットの到着をもって当選通知とさせていただきます。

**教材発送期間** 2021年11月初旬到着予定 ※到着日は前後する可能性があります。

**セット内容**

授業内(学校)で使うもの	復習(自宅)で使うもの
<ul style="list-style-type: none"> <li>保健室に掲げて、注意喚起! 歯と口の健康ポスター</li> <li>授業で楽しく鑑賞! 教材 DVD</li> <li>子どもに将来を考えさせよう! 健康宣言シート</li> <li>DVD 鑑賞後に記入式で振り返る! ワークシート</li> <li>色の変化で噛む具合をチェック! 咀嚼チェックガム</li> </ul> <p>※先生のための指導手引きを改訂しました!</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>学んだ内容を復習できる! 教材冊子</li> <li>保護者にも共有! ご案内チラシ</li> <li>キシリトール入りガム</li> <li>咀嚼チェックガム</li> </ul>

**申込方法** ①学校名 ②担当教諭名 ③対象学年(4~6年生)毎の人数 ④住所 ⑤連絡先(電話・FAX)  
※①~⑤を白紙等にご記入いただき、FAXにてご応募ください。 ※ガムを使用するため、高学年限定とさせていただきます。

**申込先: FAX 03-3237-9802** 監修: (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 協力: 株式会社ロッテ  
電話お問合せ受付 / 10:00 ~ 17:00 (土・日・祝日を除く) ※電話対応受付時間に変更になる場合がございます。