

学校保健

SCHOOL HEALTH

2024. 5 No. **366**

公益財団法人
日本学校保健会
JAPAN SOCIETY OF SCHOOL HEALTH
<https://www.hokenkai.or.jp/>

令和6年度

年間特集

「令和の時代を生きる子どもたちの健康課題」

公益財団法人 日本学校保健会 専務理事 **弓倉 せい** 整

日本学校保健会会報の令和6年度特集は「令和の時代を生きる子どもたちの健康課題」としました。通常は昨年の特別支援教育のように、何らかのテーマを決めて、それに関連する記事としていますが、会報編集委員会において、健康課題について様々な視点から触れる特集にしたかどうかという意見があり、最近の話題に絞った年間特集となりました。

特集は「環境による影響：高山病、熱中症」、「一般医薬品の取り扱い(仮)」、「外遊び、子どもロコモについて(仮)」、「口腔機能(仮)」、「近視について(仮)」と幅広いものとなっています。

最近の登山ブームや学校の移動教室で、高山病についての希望がありました。夏山登山は熱中症絡みもあるので、両者を加えることにしました。

一般医薬品のオーバードーズ(過量服用)が報道されるようになりました。これは自傷行為の一環と捉えられます。学校の「薬物乱用」の取り扱いが特定薬物に限られているため、一般医薬品の服用の仕方と過量摂取の危険性について触れていただきます。

外遊びは、運動器の発達や近視予防に大切ですので、それぞれの専門の方に書いていただくことにしました。口腔機能は、口の健康は歯のみに留まらないことを知っていただくために取り上げました。

学校での新しい健康課題は増え続ける一方ですが、令和6年度の特集は、様々な観点から見た健康課題の一部を紹介したいと思います。いずれも大切な課題であり、関心を持っていただければ幸いです。



主な誌面

- 特集 令和の時代を生きる子どもたちの健康課題
- 環境による影響…高山病、熱中症… 1~3
- 全国健康づくり推進学校表彰校の実践①
- 栃木県真岡市立長沼小学校… 4~5
- シリーズ④「健康教育をささげる」学校歯科医の現場から
- コロナ禍の児童生徒の口腔内について… 6~7

- 保健室利用状況に関する調査報告書… 8
- 保健教育における個別指導の考え方、進め方について
- 学校において予防すべき感染症の解説(令和5年度改訂)について… 10

令和5年度 学校保健施策に対する要望書を文部科学省へ提出しました

令和6年3月7日(木)、令和5年度学校保健施策に対する要望書を文部科学省へ提出しました。

「養護教諭の複数配置基準の見直しと研修体制の充実及び栄養教諭の配置促進」、「統合型校務支援システムの導入促進」、「現代的な健康課題に対する授業実践に向けて講師予算の拡充や研修会指導資料等の充実」、「IT機器使用に係る指導の手引きの作成、近視予防に向け幼稚園における視力検査の完全実施、色覚特性のある児童生徒等に配慮した教育環境の整備充実」などを要望いたしました。



柘植紳平副会長 弓倉整専務理事 南野圭史健康教育・食育課長

回覧

| 校長 | 教頭 | 保健主事 | 養護教諭 | 栄養士 | 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

令和の時代を生きる子どもたちの健康課題

第1回/全5回予定

総論 環境による影響；高山病、熱中症

公益財団法人 日本学校保健会 専務理事 ゆみくら 弓倉 せい 整

ここでは最近の登山ブームや移動教室の一環として行われる登山で注意すべきものとして、高山病と熱中症について説明する。

1 高山病について

1-1 高山病とは

高山病は気圧の低下に伴う血中酸素分圧の低下により過換気や低換気を起こし、血液のアルカローシス化や、体液に関係するホルモン分泌異常を起こし、頭痛をはじめ様々な症状を起こすものである。個人差もあるが、通常約2000m～2500mを越える高度で発症しやすく¹⁾、2000mを越える程度から注意した方がよい。海外の4000m～6000mを越える山では重症の高山病である高地脳浮腫や高地肺水腫になることもあるが、国内ではそこまでの重症例は少ない。

1-2 高山病の症状と診断

ある一定の高度に達してから6時間～12時間で症状が出現すると言われる。頭痛はほぼ必発である。

レイクルイーズスコアというチャートがあり、セルフアセスメント項目として「頭痛」、「消化器症状」、「疲労・脱力」、「めまい・ふらつき」、「睡眠障害」の5項目があり、この5項目にそれぞれ0～3点のスコアをつける。スコアの0は「症状なし」で、3がもっとも重い症状になっている。頭痛と他の1項目が1点以上で「急性高山病の可能性あり」、頭痛を含む各スコアの合計が3点以上、あるいは頭痛の有無にかかわらず各項目の合計が4点以上の場合に「急性高山病」と判定する¹⁾。最近では新型コロナウイルス感染症で知られるようになった経皮的酸素飽和度(SpO₂)も低下するので客観的なデータを得ることが容易になった²⁾。

1-3 高山病の予防

約2500m以上で起こりやすいので、登山計画を立てるときに山の高さにより高山病について配慮することが必要である。

高山に登るときは急がずゆっくり登ること^{1) 2)}、場合によっては中腹にある山小屋に一泊するなどして高度順応に配慮することが大切である。いわゆる富士山の弾丸登山は、1日で富士山登山をするものだが、高山病を起こしやすいので推奨できない。小児や低年齢者は高山病になりやすいので、特に配慮が必要である。なお、エベレストなどに登る際には、高地順応トレーニングや薬剤の予防的服用も必要になる事がある²⁾。

1-4 高山病の治療

高山病を発症したら、まずそれ以上高度を上げないことである¹⁾。また休む体勢も、座り込んだり横になって呼吸を浅くしたりするのは好ましくないとされる。

しばらく休養して症状が改善しない場合は、もっとも確実な治療は下山すること¹⁾である。学校での移動教室などの場合、強行すると症状が悪化するので、補助教員をつけて下山させることが望ましい。

山岳診療所がある山では夏山の限られた期間のみ診療所が開設されているところもあるが、必ずしも酸素吸入設備がある訳でなく、あっても重症例のために使用制限する場合もある。そのような場合は診察を受けて

駐留している医師の指示に従う必要がある。

2 熱中症

2-1 登山における熱中症の危険性

夏山の低山登山は熱中症を起こす危険性が高いので、十分な配慮が必要になる。

外部環境因子として、高気温、強い日射、高湿度、輻射熱、無風の5つが大きい。登山は運動時間が長いうえ、水場がないところもある¹⁾。不感蒸泄が夏場は大幅に増大するため、適切な給水・休養計画を立てておくべきである。

また、山は100m登る毎に約0.6度気温が下がり¹⁾²⁾、風速1m/秒毎に体感温度が約1℃下がるとも言われている。

日本アルプスなどの高山に登るときは高度を上げるにつれ涼しくなるが、下山するときは高度を下げるにつれ、逆に気温が上がる。下山時は疲労も伴っており、携行水分も十分でないと熱中症をおこす可能性も増えるので注意すべきである²⁾。

2-2 熱中症の症状

熱中症は、Ⅰ度、Ⅱ度、Ⅲ度に分類されるが、もっとも軽いⅠ度の症状(めまい、立ちくらみ、生あくび、大量の発汗、こむら返り、筋肉痛など)だけでも山の中では行動不能になりやすい。頭痛や嘔吐を伴うⅡ度では危険である。暑さに伴う疲労も加わる²⁾。従って何よりも熱中症に対する予防が大切である。

2-3 熱中症予防

急な暑さと湿度で熱中症を起こしやすくなることから、夏山で登山を予定している場合は、暑くなる前から暑さに慣れるように定期的な運動やトレーニングを心がけるなどして暑熱馴化しておくのもよい。

衣類は吸湿性、速乾性で通気性の良いものを選ぶ。最近は高価だが登山用のインナーでも良いものができるている。

熱中症は脱水を起こすことから、水分補給には十分心がける必要がある。行動中の必要水分量として以下の式がある¹⁾²⁾。

$$\text{行動中の脱水量 (ml)} = \text{体重 (kg)} \times \text{歩行時間 (h)} \times 5$$

例えば、60キログラムの体重で6時間歩くならば1800mlの水分が必要となる。これはあくまで目安で、個人差や気温によって不感蒸泄量も変わる事に注意する。また水分のみならず、電解質の補給にも心がける。

冷水(凍らせたペットボトルの携行、冷水を保温効果のある登山用水筒に詰める)の準備なども効果的である。

また、最近は夏になるとWBGT²⁾に基づいた熱中症危険予報を天気予報などで知ることができるし、また登山に特化した天気予報や登山の適否をインターネットなどから得る事もできるので、これらの情報を活用すると良い。

登山中に心がけることには、疲労やエネルギー消費を考慮した低血糖対策をはじめ、外傷処置、膝や足のつり・痛み・テーピングその他多くのものがある^{2) 3)}。今回は高山病と熱中症について取り上げたが、以下に参考文献を示すので、関心のある方は一読をお勧めする。この原稿もこれらの文献から多くの内容を引用した。

- 1) 高山病と関連疾患の診療ガイドライン, 日本登山医学会 高山病と関連疾患の診療ガイドライン作成委員会, 中外医学社, 2017
- 2) 登山の運動生理学とトレーニング学, 山本正嘉, 東京新聞, 2016
- 3) 山のファーストエイド, 恵秀彦, 山と溪谷社, 2014

全国健康づくり推進学校表彰校の実践①

仲間とともに 身体に目を向け 変わる力を身に付けた子どもの育成 ～生きる力を育む歯・口の健康づくりを通して～

令和5年度最優秀校 栃木県真岡市立長沼小学校

1 学校・地域紹介

本校は、栃木県の南東部に位置し、すぐ隣を鬼怒川が流れる平坦な田園地域の中にある。学級数は特別支援学級を含め8学級。全校児童132名(91家庭)、教職員数16名の小規模校であり、かつて二つの小学校が統合して誕生した、現在開校15年目の学校である。

地域は大半が農家で、米作やイチゴ栽培が盛んである。3世代家族が多く、昔ながらの近所づきあいにより、地域全体の団結力が強い。教育に対する保護者の関心は高く、学校・PTA行事にはたいへん協力的な地域である。



2 課題解決のための健康づくり方針

(1) 児童の課題・家庭の課題

歯磨きの習慣はほとんどが身に付けていた。しかし、歯垢に所見のある児童がとて多かった。歯磨きをしているつもりでも、適切な磨き方についての知識が乏しいことが見えた。

また、むし歯のある児童の割合は県や全国平均と大差はなかったが、未処置者の割合が非常に高かった。定期的に歯科医院に通う児童も多くはなかった。歯科医院への通院は、児童の意思だけでは実現できない。そこには、家庭(保護者)の、歯の健康への関心の低さが表れていた。

(2) 指導のための共通理解～「身体に目を向け」、「変わる力」を身に付けた子どもの育成

「身体に目を向ける」とは、すなわち自分や仲間(ここでいう「仲間」とは、友人だけではなく、家族を含めた地域全体のことを指す)の健康状態を正しく知ろうとすることであり、「変わる力」とは、PDCFAサイクル(Plan-Do-Check-Feedback-Action)を繰り返しながら、より健康になろうとする力であると、全教職員で共通認識を図った上で、計画づくりに取り組んだ。



(3) 計画づくり ～3本の柱

実践にあたっては、①"授業"="正しい知識を習得させる"、②"環境整備"="授業から得た知識を使って、児童自らが健康・安全に関する学校環境を整える"、③"外部への発信"="児童を介して地域全体の健康への意識を改善する"という3つの柱で指導にあたっていくこととした。

3 実践の実際

(1) "授業"="正しい知識を習得させる"

授業は、「磨き方」と「食べる機能」の二つについて、1～6学年の発達段階(つながり・系統)を意識した実践をした。

「磨き方」では、1学年"6歳臼歯"→2学年"前歯"→…→5学年"12歳臼歯"→…のように、実際の歯の生えかわり・生



えはじめに合わせた知識の習得に特化した授業を行った。「食べる機能」では、低学年「食事の楽しみ方」→中学年「食事の味わい方」→高学年「咀嚼と健康」という流れにした。

時に学校歯科医や栄養教諭をゲストティーチャーとして招いて学びの専門性を確保した。

(2) "環境整備" = 「授業から得た知識を使って、児童自らが健康・安全に関する学校環境を整える」

全部で六つある児童の委員会（保健・給食・運動・環境福祉・放送・図書）全てで、健康・安全に関する活動を取り入れた。児童の主体性を尊重した結果、創意工夫がなされた取組が展開された。

(例) 図書委員会→「歯と口の本コーナー」、放送委員会→「歯に関するクイズ」、環境福祉委員会→「高齢者施設へ歯磨きポスターのプレゼント」、運動委員会→「歯を守るための安全マップ」、給食委員会→「かみかみ献立の計画」

特に保健委員会は、学校保健委員会で多くの大人の前で発表をしたり、隣接する中学校の生徒集会に参加して正しい歯磨きの実践を呼び掛けたりした。



(3) "外部への発信" = 「児童を介して地域全体の健康への意識を改善する」

「親子で考える歯・口の標語づくり」や、「お父さん・お母さんの歯や口のエピソード募集」に多くの作品が寄せられ、それらは、学校の保健だよりや保護者会時の校内掲示によって、全家庭に紹介した。

また、地元の区長様や公民館長様、学校医さんたちの協力により、学区内の公民館や病院の待合室に児童の作品（よい歯のポスター、標語、作文）を掲示していただいた。さらには、青少年健全育成連絡会会長様の尽力により、市役所のロビーにも展示がなされ、多くの市民に見ていただくことができた。



4 成果

以上のような取組により、漠然とブラシを歯に当てていた程度の子どもたちの様子が、格段に変わった。家族に促される前に、自ら歯を磨くことが自然となった。歯磨きにも「フッ化物」や「デンタルフロス」など、授業で学んだ材料を使う子が増えた。歯科検診の結果から、歯垢や歯肉に所見がある児童の数が激減した。

家庭の意識も変わった。むし歯の事後処置率が向上した。夜寝る前に、子どもと一緒に歯磨きをするようになったという保護者が増加した。

5 まとめ

縦のつながりを意識した授業で知識を得たり、自分たちで学校環境を整える体験をしたりすることによって、子どもたちは自信を深め、自主的に委員会活動に取り組む姿勢が見られるなど、間違いなく「変わる力」を身に付けていった。また、変わってきた子どもたちを通して家庭・地域の意識も変わった。喜ばしいことに、「ともに豊かに生きる」ための下地ができつつあると言える。今後もこの状態を維持していくために、学校、医療機関、家庭・地域とが手を取り合って取組を持続させていきたい。

シリーズ 101

「健康教育をささえる」

～学校歯科医の現場から～

コロナ禍の児童生徒の口腔内について

公益社団法人 日本学校歯科医会 コロナ禍における児童生徒の調査研究
(コロナ禍における児童生徒の口腔内の変化及び虐待の調査研究) 委員会 委員長 と き し ま 土岐 志麻

はじめに

令和元年12月に初めて日本で報告された新型コロナウイルス感染症(COVID-19)によって、児童生徒たちの生活環境は大きく変わりました。これまでの生活が一変した中で子供たちには様々なストレスがかかり、身体的・精神的な変化が現れたのではないかと想像できます。そのような中で現状の把握と今後の対応を検討するため、児童生徒の口腔内の変化について調査を行うことになりました。

日本学校歯科医会では「コロナ禍における児童生徒の調査研究(コロナ禍における児童生徒の口腔内の変化及び虐待の調査研究)委員会」を立ち上げ、令和3年、令和4年に協力を得られた地域から35,000の小学校6年生、中学校3年生(2022年時点)の学校歯科健康診断の個票のデータを分析し、さらに学校歯科医、学校からのアンケートから読み取れる変化などを令和5年に発表いたしました。

詳細はこちらをご覧ください。

日学歯 HP 学校歯科医・関係者 TOP > 教材・資料 > 教育資料・素材

https://www.nichigakushi.or.jp/dentist/material/pdf/corona_houkoku2.pdf



アンケート調査について

アンケート調査は2つのグループに分けて行いました。

1. 個票解析チーム

調査対象の地域で同意が得られた小学校6年生・中学校3年生(2022年時点)の歯科健診個票を用い、コロナ禍前とコロナ禍で次の項目について比較しました。

- (1) 第一大臼歯4本のう蝕経験率の調査
- (2) 歯垢付着ありの者の割合
- (3) 歯肉の炎症ありの者の割合
- (4) 歯肉の状態

2. 学校・学校歯科医へのアンケート調査解析チーム

学校と学校歯科医へ児童生徒の口腔内の状況についてアンケート調査を行いました。

結果

対象の地域の小学校では、第一大臼歯う蝕経験率(むし歯になったことがある歯の割合)についてコロナ禍前とコロナ禍で変化はみられず、コロナ禍で歯垢付着率・歯肉炎の増加がみられました。(写真1)

対象の地域ではコロナ禍前にほとんどの学校で歯みがきを行っていましたが、コロナ禍



写真1ー1、1ー2) コロナ禍で歯垢の付着率・歯肉炎の増加が見られた。

で学校での歯みがきを中止した割合が多く、このことがすべての原因とは考えてはいませんが、歯垢の付着率、歯肉炎の増加の原因の一つと考えられます。

う蝕予防には日ごろから学校現場でも口腔清掃（ブラッシング）を行うことが緊急事態が起きた際にも子供たちの口腔の健康を守るためにも重要と考えられます。

また学校・学校歯科医へのアンケートの自由記載には、「お口ぼかん、口呼吸が増えた」という記載も多数あり、口腔機能の問題にも学校現場では着目していることがわかりました。（写真2）

さらに子どもの心身の問題についてアンケート調査から読み取れることに注目しました。ゲームへの依存、不登校・登校しぶり、肥満傾向など生活習慣の乱れ、歯肉炎・歯垢付着の増悪に関しては、家庭内での問題を含むことも多く、詳細を知ることは難しいですが、学校健診の場で、歯肉炎・歯垢の付着の程度と肥満傾向、清潔感・不潔感などから、児童生徒の問題に気が付き、その情報を学校と共有することで心身のケアにもつながると考えられます。

そして少数ではありますが、虐待を疑う事



写真2) お口ぼかん（口唇閉鎖不全）

例がコロナ禍で増えたと感じている学校歯科医からの回答もあり、家庭での歯・口腔粘膜の外傷が増えたなどの回答についても、学校、学校歯科医間で連携し、見守る必要があることがわかりました。

当委員会では引き続き、データの解析を続けております。今後も結果をHP等でご報告いたします。

保健室利用状況に関する調査報告書 令和4年度調査結果

びわこ学院大学 教授 いわさき のぶこ
保健室利用状況調査委員会 委員長 岩崎 信子

1 はじめに

近年の都市化、情報化、少子高齢化等の社会環境の変化は、子供たちの心身の健康に影響を与え、メンタルヘルスに関する問題、アレルギー疾患の増加、生活習慣の乱れ、性に関する問題、感染症（新型コロナウイルス感染症の流行等）などの問題が顕在化している。

このような状況の中、養護教諭については、学校保健活動の推進に当たって、中核的な役割を果たしており、現代的な健康課題の解決に向けて重要な責務を担っている。

保健室利用状況調査は、平成2年度から約5年ごとに実施しており、保健室の利用状況等を調査することにより、児童生徒の心身の健康状態や健康課題を把握するとともに、課題解決に向けて、求められている養護教諭の役割を明らかにし、児童生徒の心身の健康づくりの推進に資することを目的とする。



2 調査の概要

- ① 調査期間：令和4年10月の第3週（10月17日～21日）
- ② 調査対象校：全国から無作為に抽出された小学校・中学校・高等学校
- ③ 調査対象者：保健室に入室した児童生徒、養護教諭等（教職員、保護者を含む）
- ④ 回収学校数：小学校1,123校（回収率74.9%）、中学校1,110校（回収率74.0%）、高等学校1,262校（回収率84.1%）

3 考察

1日平均の保健室利用者数は、小学校15.8人（22.0人）、中学校12.6人（19.0人）、高等学校14.2人（19.8人）であり、前回調査より減少していた。このことについては、調査期間が新型コロナウイルス感染症の対策が求められる中であったため、発熱等の普段と異なる症状がある場合には登校せずに自宅で休養することや、体調が悪い場合には自宅へ帰すことを徹底していたことが影響している可能性が示唆される。

一方、養護教諭が健康相談を実施した児童生徒の割合は、前回調査と比較すると、小学校7.2%（5.9%）、中学校15.9%（12.7%）、高等学校20.4%（16.1%）とすべての学校種で増加している。養護教諭が心身の健康課題のために健康相談等で継続支援した学校の割合についても、小学校74.2%（60.1%）、中学校85.0%（79.2%）、高等学校94.3%（91.4%）。全体では79.5%（68.9%）であり、前回調査よりすべての学校種で増加していた。

健康相談の主な相談内容は、「身体症状に関すること」が最も多く、次いで「友達との人間関係」が多かったが、人間関係については、家族や教職員に関することもみられた。その他にも、「体の発育・発達に関する問題」「学習や進路に関する悩み」「漠然とした悩み」「睡眠に関する問題」等に関する問題などについて対応しており、内容は多岐にわたっている。

また、養護教諭が個別の保健指導が必要と判断した児童生徒の割合についても、全体では45.3%（23.0%）であり、前回調査より大幅に増加していた。（ ）内は前回調査結果

4 おわりに

児童生徒の健康課題は、複雑化・多様化しており、身体的な不調の背景には様々な要因がある。課題解決に向けては、医療機関等の関係機関との連携を必要とすることもあり、養護教諭には全校的な推進体制の中核として、連携をコーディネートすることが求められる。

ただし、このような課題への対応については、養護教諭が一人で行うのではなく、学校全体で組織的に対応することが不可欠となる。

単位：%

| | 小学校 | 中学校 | 高等学校 | 全 体 |
|---|------|------|------|------|
| 有 | 42.4 | 51.1 | 52.4 | 45.3 |
| 無 | 57.6 | 48.9 | 47.6 | 54.7 |

表1（冊子 P.28） 個別の保健指導の実施の有無（学校種別及び全体）

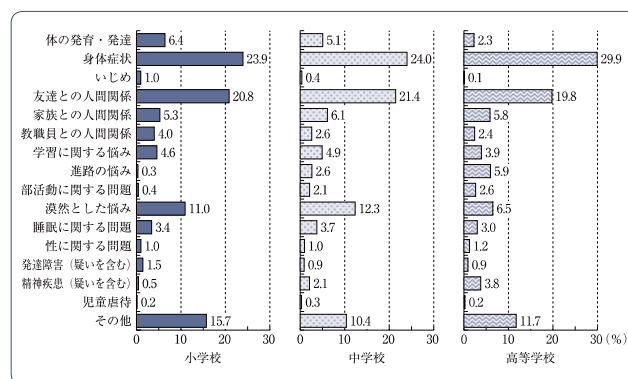


図1（冊子 P.31） 主な健康相談内容（学校種別）

「保健教育における個別指導の 考え方、進め方」について

筑波大学 名誉教授 のづ ゆうじ
保健教育推進委員会 委員長 野津 有司

1 はじめに

保健教育では、体育科・保健体育科、特別活動、総合的な学習（探究）の時間、その他関連する教科等の集団指導とともに、日常生活における指導及び子供の実態に応じた個別指導についても着目し、両者を関連させながら進めていくことが重要である。

また、「令和の日本型学校教育」の趣旨を踏まえて、保健教育としての「個別最適な学び」と「協働的な学び」の一体的な充実を図ることが望まれる。

2 保健教育における個別指導

保健教育での個別指導とは、学習指導要領に基づく保健教育の着実な実施の下で、児童生徒一人一人の健康に関する興味や関心、発育・発達や保健の学習課題等を踏まえた個別の指導と言える。

その中で、本資料で取り上げる個別指導は、授業などの集団指導の場において個別の生徒に行う指導（支援・助言）ではなく、保健体育科等の保健内容や学習の時期を踏まえつつ、個別の生徒や任意の小集団を対象として意図的・計画的に取り組むものとした。

この個別指導においては、管理職のみならず全ての教職員の共通理解と協力による指導体制を確保することが不可欠であり、学校保健計画や学校安全計画に位置付けることが望まれる。また、保護者の十分な理解と連携を図る必要がある。さらに、学校医等や専門的な機関等からの協力を得て、より効果的な個別指導を行うことも期待される。なお、各学校において、コンピュータや情報通信ネットワークなどの情報手段を活用するために必要な ICT 環境を整え、これらを適切に活用した学習活動の充実を図ることも重要である。

3 具体的な個別指導例について

個別指導の実施には十分な配慮が求められる。

第2章では、中学校に焦点を当て、具体的な健康課題に対応した個別指導例として、「性」「がん」「薬物乱用」「心の健康」「防災」について示したが、これらは全ての中学校で実施すべき内容ではないことに留意する必要がある。そのため、実施に当たっては、自校の児童生徒や保護者、教職員の実情やニーズ等に応じて、個別指導を実施するかどうか、また、指導内容や指導方法について学校が十分検討した上で、計画的に実施することが求められる。その際、性に関する内容については、個別指導においても、中学校学習指導要領（平成29年告示）解説保健体育編等に留意事項として示されている「指導に当たっては、発達の段階を踏まえること、学校全体で共通理解を図ること、保護者の理解を得ること」に配慮することが大切である。

なお、個別指導の実施に当たっては、具体的な悩みや相談など児童生徒の状況に応じて、適宜、健康相談や保健指導につなげることも想定される。また、保健に関する指導の全てを学校教育で担うものではなく、家庭や地域社会（保健医療機関や思春期の相談窓口等）での指導の機会との連携も重要であることを念頭において進める必要がある。

4 今後に向けて

子供たちの心身の発育・発達には個人差があり、様々の健康課題に関する感受性や考え方も異なり、家庭の事情や背景も多様である。そのため、集団指導で教えるばかりでなく、集団指導で学習した知識を補完したり、発展させたり、また配慮を必要とする子供に寄り添ったりすることがより細やかにできる個別指導を充実することは有意義である。本資料が各学校において参考にされ、広く活用されることを願う。



学校において予防すべき感染症の 解説〈令和5年度改訂〉について

福岡看護大学基礎・基礎看護部門基礎・専門基礎分野教授
福岡歯科大学医科歯科総合病院・予防接種センター長
学校において予防すべき感染症の解説改訂委員会 委員長

おかだ けんじ
岡田 賢司

1. 改訂版発行の経緯

新型コロナウイルス感染症が、感染症の予防及び感染症の患者に対する医療に関する法律（感染症法）上の五類感染症へと移行し、またそれに伴い、学校保健安全法施行規則も改正され、第二種の感染症とされたこと等を踏まえ、『学校において予防すべき感染症の解説〈平成30（2018）年3月発行〉』の改訂を行った。

さらに改訂を通じて、学校現場において最新の知見等に基づき、適切な感染症の発生予防とまん延防止が図られることを目的とした。

改訂委員会では、今回の改訂に当たり、現行の記載内容を踏まえつつ、次の3点を検討した。

- (1) 新型コロナウイルス感染症等の新規掲載すべき事項
- (2) 学校における感染症の発生予防とまん延防止を図るに当たって必要な事項の更新
- (3) 感染症にかかる最近のトピックス

2. 新規掲載した事項

(1) 換気

「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」における換気についての記載を踏まえ、新規掲載した。また、参考として、換気にかかる留意点等についても併せて掲載した。

空気感染や飛沫感染を感染経路とする感染症への対策として、換気の確保は有効である。換気は、気候上可能な限り常時、困難な場合はこまめに（30分に1回以上、数分間程度、窓を全開する）、2方向の窓を同時に開けて行うことが望ましい。ただし、授業中は必ずしも窓を広く開ける必要はないが、気候や天候、教室の配置等により換気の程度が異なることから、必要に応じて学校薬剤師等と相談されたい。

(2) ポリオ

ポリオについては、昭和55（1980）年を最後に国内での患者の報告はないものの、海外の流行地域から輸入される可能性があることから、世界における近年の状況について新規掲載した。

(3) 新型コロナウイルス感染症

新型コロナウイルス感染症が、感染症法上の五類感染症へ移行されたことに伴い、学校保健安全法施行規則も改正され、第二種の感染症とされたことを踏まえ、新型コロナウイルス感染症について新規掲載した。

3. 更新した事項

(1) 結核

児童生徒等の健康診断における結核にかかる事項について、事前に確認すべき6つの点と事後措置として必要な対応がわかりやすいように、レイアウトを修正した。

(2) インフルエンザ

インフルエンザにかかる出席停止の期間について、「発症した後5日を経過」及び「解熱した後2日（幼児にあっては3日）」の考え方がわかりやすいように、図を更新した。

4. 感染症にかかる最近のトピックス

感染症にかかる最新のトピックスとして3シーズンぶりに流行したインフルエンザの流行状況について追記したほか、当時流行が続いていた咽頭結膜熱の解説の更新を行った。



令和6年度 学校保健用品推薦一覧

推薦期間:令和6年4月1日～令和7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 | 菅公学生服株式会社 |
| 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「こどもハビカ」 | 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 (6-12才用、仕上げみがき専用) | 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 |
| ポケットCO ₂ 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 |
| 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 |
| 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 | 蔵王産業株式会社 |
| 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 | 株式会社ロツテ |
| 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 |

| 品 目 | 摘 要 | 会 社 名 |
|------------------------------|---|---------------|
| 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98mg、カリウム80mg) | 日本コカ・コーラ株式会社 |
| アクアソリタ | 長年実績のある電解質輸液の開発製造技術を活かした飲料。 水・電解質の吸収が速く、しっかり体内に保持できるので水分補給に適している。 | 味の素株式会社 |
| スタークロン | プール用殺菌・消毒剤 | 南海化学株式会社 |
| スタートリクロン・ダイクロン | プール用殺菌・消毒剤 | 南海化学株式会社 |
| 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ズ |
| 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 |
| 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 |
| 学校保健総合管理くえがお | 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 |
| 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 |
| 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 |

| 品 目 | 摘 要 | 会 社 名 |
|--|--|---------------|
| 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 |
| 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 | アレルギー対策寝具として寝具が原因となるアレルギー疾患の助長を抑制する。 | 東洋羽毛工業株式会社 |
| ビオレUV キッズピュアミルク | 繊細な子どもの肌にもやさしい設計の日やけ止め(紫外線吸収剤ゼロ、無添加など)。汗・水にも強く、外遊びが大好きな子どもにもおすすめ。 | 花王株式会社 |
| e³school 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 |
| CONVERSE/コンバース スポーツゴーグル眼鏡フレーム CVG-003/G004 | 小学生を対象としたスポーツゴーグルタイプメガネフレーム。各種ボールスポーツ時における耐衝撃による目の保護と安心で快適な装用を目的としている。 | 青山眼鏡株式会社 |
| ハンディタイプ微風速計 (RT-11 型) | 学校教室内及び室内の気流(微風速)測定 | リオンテック株式会社 |
| アイグローブ | スポーツ時に装着する眼鏡フレーム | 株式会社 GLASSART |
| 卓上型CO ₂ 換気チェッカー (RT-56型) | 教室、給食室等の学校施設の洗浄および除菌・除染各室内の換気測定及び監視 | リオンテック株式会社 |
| アルボース石鹼液ECO (手洗い用石鹼液SD) | 皮膚の洗浄・殺菌・消毒 | 株式会社アルボース |
| デジタル身長体重計 | 効率よく児童、生徒の身体測定ができます | 株式会社エー・アンド・デイ |
| 映るんグレー黒板 | 映写兼用黒板 | 株式会社青井黒板製作所 |
| ナノホワイトボード(マーカーボード) | 映写兼用ホワイトボード | 株式会社青井黒板製作所 |
| アルソフト手指消毒ローション (指定医薬部外品) | 手指の消毒、除菌 | 東京サラヤ株式会社 |
| バイゲンラックス | プール用水殺菌・感染症対策 | 株式会社カズサ |
| SCOLIOMAP | 3Dカメラで背中を撮影し、背中の中の形のずれを解析する | 株式会社コスミックエムイー |
| ミルクのようにやさしいダイズ 200ml/950ml | 牛乳相当のカルシウムにビタミンDを加えた“まるごと大豆飲料” | 大塚食品株式会社 |
| 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 |
| ウィンバード校務支援データベース | 小中学校向けの統合型校務支援システム | ウィンバード株式会社 |

令和6年度文部科学省補助事業

学校におけるプールに関する保健衛生管理研修会（オンデマンド配信）

配信期間 令和6年5月20日(月) ~ 令和6年8月30日(金)

参加登録期間 令和6年5月7日(火) ~ 令和6年8月30日(金)

※詳細・お申込は、ポータルサイト「学校保健」をご覧ください。



全国養護教諭連絡協議会 第26回研修会についてのお知らせ

1 開催方法 Web開催

2 開催(動画配信)期間 令和6年8月9日(金) ~ 9月20日(金)

3 演題・講師

| | |
|--|---|
| <p>「勇気づけと承認のコミュニケーション」 (株) チームダイナミクス代表取締役 人材育成・組織開発コンサルタント エグゼクティブコーチ Master of Science(MSc理学修士) 早稲田大学オープンカレッジ 講師 三浦 将 先生</p> | <p>「始まりは子供から」 一児童生徒らの今と未来を守る一 公益社団法人 日本薬剤師会 常務理事 学校薬剤師部会 部会長 富永 孝治 先生</p> |
| <p>「明日から役立つ！ 保健室で行う判断・アセスメントのコツ」 千葉市立青葉病院 総合診療科 医長 千葉大学大学院医学研究院診断推論学 医師 廣瀬 裕太 先生</p> | <p>「児童生徒のメンタルヘルス」 奈良県立医科大学精神医学講座 教授 岡田 俊 先生</p> |

4 その他 *参加費(4講座一括) 本会会員5,000円 本会会員以外6,000円

*申込期間

6月19日(水) ~ 7月24日(水)

*お申し込み、詳細については全国養護教諭連絡協議会 HP(<https://www.yougo.jp>) をご覧ください。

*多くの方のご参加をお待ちしております。



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用意しました！

コンタクトレンズ・ケアのご指導にぜひお役立てください。

▽▽▽▽ 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



虎ノ門 (185)

給食を楽しく味わうために

「いい匂いがする!」、「今日は○○だね」、「おなかすいた!」・・・休み時間、給食を楽しみに待ち望む子供たちの声に、こちらも嬉しくなります。給食時間に教室を回ると、「おいしい!」の声。コロナ禍では聞こえなかった楽しい会話やおかわりジャンケンで盛り上がる様子も見られるようになり、やりがいも増してきます。

今年2月、小学校で、給食のうずらの卵を喉に詰まらせた小学1年の児童が亡くなるという痛ましい事故が起きました。学校給食に携わる立場の一人として非常に大きなショックを受け、胸が痛みます。亡くなられたお子様のご遺族に心からお悔やみ申し上げるとともに、「命を預かる」重さを改めて思い知らされます。

「食に関する指導の手引き～第二次改訂版～」(文部科学省)の第5章「給食の時間における食に関する指導」、第3節「学校給食におけるリスクマネジメント」では、児童生徒が給食を食べる際に想定される主なリスク要因として次の4項目が挙げられています。

- 1 「食中毒防止」
- 2 「異物混入の防止」
- 3 「食物アレルギー対応」

最後の4つ目が「窒息事故防止」です。過去にはパンの早食い事故、ということもありました。どんなに気を付けてもいつどこで起こるかわからないのが事故です。とはいえ、子供たちが楽しく安全に食事ができるよう、事故を未然に防ぎ、迅速に適切な対応ができるよう全教職員で共通意識をもって努めていくことは言うま

でもありません。

この事故をきっかけに、様々なメディアで学校給食が話題に取り上げられています。事故直後は、うずら卵や白玉団子のような食品の扱いに関する内容が多く見られましたが、その後は、食べ方、特に給食時間のもち方が問われているように感じます。給食時間は、多くの小学校で40～45分間設定されており、その中に配膳、食事、後片付けが組み込まれます。実際に食事をする時間は20～25分で設定されていますが、4校時の学習が長引いたり、着替えや教室移動に時間がかかったりして準備が遅くなり、急いで給食を食べなくてははいけない状況が時々見られます。ある新聞に「急食はいやだ。」という小さな一言投書がありました。耳が痛い話ですが、よく噛んでゆっくり味わう、というゆとりある給食時間をもてていない実態もあることは否めません。

一方で、給食をきっかけに登校できるようになったという子供たちもいます。「この日の献立が気になって来ました」、「給食で救われた」という声に、子供たちにとっての学校給食の存在の大きさに気付かされます。

学校給食は「生きた教材」とも言われ、学校における食育の重要な柱の一つです。準備から片付けまで一連の流れの中で経験する一つ一つが子供たちにとって大切な学び、食育になります。その給食が「急食」にならぬよう、「救食」の一面も大切に受け止めながら安心安全な給食の実現に努めなければと思います。

(会報『学校保健』編集委員会 委員 しまさき さとこ 島崎 聡子)

Johnson&Johnson

もっと知ろう、もっと守ろう、目の健康。
「めまもり」プロジェクト



Quality of vision 100

めまもり ジョンソンエンドジョンソン Q




＼コンタクトレンズをお使いのみなさん/
痛い目に、あう前に。
定期検査を受けましょう。



先着17万部 小学校保護者向けパンフレット&児童用チャレンジシートを作成しました。
 ~「運動」「食事」「睡眠」で子どもの生活習慣を育む~

名称：小学校保護者用パンフレット「学校と家庭で育む子どもの生活習慣」
 (児童用チャレンジシート付) A4・8ページ(チャレンジシートはA3二つ折り) 一無料—
 発行・編集：(公財)日本学校保健会 児童生徒の生活習慣向上啓発委員会
 制作協力：大塚ホールディングス株式会社
 内容：指導者用冊子『学校と家庭で育むこどもの生活習慣 改訂版』(2017年3月発行)を参考に、「運動」「食事」「睡眠」のテーマごとに、現在の子どもの実態と課題、健康づくりのポイントをまとめ、子どもの望ましい生活習慣確立の重要性を保護者と子どもにわかりやすく伝える内容になっています。
 申込方法：(公財)日本学校保健会ポータルサイト (<https://seikatsusyukan.hokenkai.or.jp/>) から申込。
 申込期間：令和6年5月7日(火)から応募先着順(17万部で達し次第終了)。
 ※低学年向けの児童用チャレンジシート(PDF)を新たに作成しました。ポータルサイト申込ページからDLできます。



うんこドリルとコラボ! 小学生向け 目の啓発ブックを無料でお届けします! 

目の健康の基本が身につく | マंगाとクイズで子どもたちが楽しく読める | 眼科医監修・しっかりとした解説付き

内容リニューアルします!

こちらよりお申込みください。 ※6月以降、順次お届けいたします。
 ●お申し込み時に目の安全啓発に関するアンケートのご協力をお願いいたします。




メンコンではコンタクトレンズや瞳に関する学校保健関係者向けのサイトを公開しています。ぜひご覧ください。 [メンコン 学校保健](#)

小学校の校長先生・保健室の先生・担任の先生へ

出張講座 **楽しく学ぼう!** **歯の健康づくり** **参加校募集**

出張講座概要 **応募締切 7月1日(月)** **特典**

募集対象 全国の小学校 ※応募多数の場合抽選 **開催時期** 2024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
 ※講座の費用負担はございませんが、事後アンケートの郵送料のみご協力ください。

特典 きむらゆういち先生の絵本プレゼント!!
 「おらしのよるに」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みいただくと、もれなく各校一冊差し上げます。

| | |
|-------------|---|
| Aコース | 授業(45分) |
| 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。 ※授業の時間は給食前、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)にて職員の皆様へ講座の更なる解説を行います。 ※授業は下校前、5、6時間目を設定してください。授業後の解説(学校保健委員会や職員向け会議)は30分前後です。 |
| Dコース | オンライン授業(45分) Web会議システム「Zoom」を使用します。 ※事務局よりお送りする招待メールが受信できるパソコンを1教室一台ご準備ください。 ※講座当日、運営スタッフが学校に赴き、別室にて待機させていただきます。※事前に接続テストを行います。 |

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(必ず第3希望日までご記入ください) ⑥参加予定学年・人数 ⑦希望コース
 ※本活動普及の為、メディア等が取材をさせていただく場合がございます。予めご理解いただけますようお願い致します。
 ※①-⑦を白紙等にご記入いただき、FAXにてご応募ください。※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。

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) 協力: **LOTTE**
 電話03-3237-9820 2024年5月7日(火)より 10:00~17:00(土・日・祝日を除く)

