



第170号

令和7年2月1日発行

発行所

一般財団法人

東京都学校保健会

東京都文京区本郷1-3-3

東京都教職員研修センター内

編集発行人 弘瀬 知江子

(禁無断転載)



保健時評

児童・生徒の健やかな育みを目指して

東京都教育庁 地域教育支援部
部長 山本 謙治

令和6年4月に東京都学校保健会の理事に就任しました、東京都教育庁地域教育支援部長の山本です。どうぞよろしくお願いいたします。

令和6年8月1日、東京都において第75回関東甲信越静学校保健大会を開催いたしました。この大会は関東甲信越静の11都県の輪番で開催しており、東京都での開催は8回目となります。今回は「一人一人のウェルビーイングの実現に向けた豊かで健やかな心身の育成」を大会のテーマとし、関東甲信越静の各都県から学校保健・学校安全の関係者約670

人に会場及びアーカイブ配信でご参加いただきました。班別協議会では、健康教育や安全教育に関して直面する課題について事例発表と研究協議が行われましたが、各班において活発な意見交換がなされ、今後の実践に活かすことのできる大変有意義な大会となりました。本大会の開催に当たり、ご支援とご協力いただいた関係者の皆様に感謝申し上げます。来年度は、千葉県での開催が予定されており、多くの皆様のご参加を期待しています。

さて、東京都教育委員会は、令和6年3月に、第

—— 目 次 ——

◆児童・生徒の健やかな育みを目指して	山本 謙治	1
◆コロナ禍における生徒の取り巻く環境の変化とその影響について	長野 泰明	3
◆令和6年度全国学校保健・安全研究大会に出席して	弘瀬 知江子	4
◆令和6年度 第55回全国学校保健・学校医大会	弘瀬 知江子	5
◆第74回全国学校歯科医協議会	清水 浩一	6
◆令和6年度 学校保健(養護教諭)研修会(10月)	保坂 茜	7
◆令和6年度 学校保健(学校薬剤師)指導者研修会 「学校環境衛生 照度について」	亀崎 信明	8

◆令和6年度 学校保健(学校薬剤師)研修会	樋口 光司	9
◆第88回全国学校歯科保健研究大会報告	鈴木 あい子	9
◆最近の子どもたち		
☆子どもの声に耳を傾ける	小中 愛子	10
☆保健室で育む選択する力	鈴木 雪乃	10
☆女子生徒に学んだ熱中症予防	齋藤 朱美	11
☆社会人になるための準備	村杉 環	11
◆千代田区の学校保健活動について	清水 直子	12
◆不正咬合の評価とそのリスクについて	小森 幸道	12
◆編集後記	弘瀬 知江子	12

5次となる東京都教育ビジョンを策定しました。この教育ビジョンは、国の定めた「第4期教育振興基本計画」を参酌しながら、都として取り組むべき基本的な方針を示すものです。また、令和3年3月には都知事が「東京都教育施策大綱」を策定しており、こちらとも基本的な方針を共有しています。計画期間は令和6年度から5年間で、この間、都内公立学校の教職員をはじめとする全ての教育関係者の羅針盤として、施策展開の方向性を示すものとなっています。

この教育ビジョンを策定するにあたっての社会的背景ですが、令和5年5月に新型コロナウイルス感染症が第5類感染症に移行してから、社会経済活動は回復し、活気が戻ってきました。一方で、人口減少による労働力不足が顕著になり、日本の国際競争力の低下が懸念されるなど、わが国が抱える課題が浮き彫りとなりました。このような中、首都東京では、急激な社会の変化に柔軟に対応し、国際社会の中で未来を切り拓ける人材の育成が急務となっています。また、外国人の人口や障害者雇用数等が増加傾向であり、多様な人々が社会に参加、貢献できるような共生社会の実現も不可欠です。

これらのことを背景に、「東京の目指す教育」としては、「誰一人取り残さず、すべての子供が将来への希望を持って自ら伸び、育つ教育」ということを掲げています。この目標は、令和3年3月策定の、東京都教育施策大綱と同一です。

そして、東京の目指す教育のために取り組むべきこととして、「自ら未来を切り拓く力の育成」「誰一人取り残さないきめ細かな教育の充実」「子供たちの学びを支える教職員・学校の力の強化」の3本の柱を掲げ、その達成に向けた12の「基本的な方針」を示しています。今回のビジョンでは、特に、教育のインクルージョンの推進、また、困難を抱える子供へのサポートの充実等の内容を強化しています。

健康づくりに関しては、12の基本的な方針の6番目に、「健やかな体を育て、健康で安全に生活する力を育む教育」として示され、強化のポイントとして、学校における健康教育・食育の推進、食物アレルギーの事故予防と緊急時に適切に対応できる体制づくりを推進することとしています。

特別な配慮が必要な食物アレルギー疾患のある児童・生徒は、ほぼ全ての学校に在籍していると言っても過言ではありません。近年、これまで特別なア

レルギー対応を要しない児童・生徒による新規発症や、喫食後の運動による食物依存性運動誘発アナフィラキシー（疑いを含む）の発症などが増えており、食物アレルギー事故はいつ・どの学校でも発生しうる状況です。そのため、都教育委員会では、緊急時に迅速かつ適切に対応できる校内体制づくりを目指し、教職員を対象とした研修を毎年実施しております。児童・生徒が安全・安心な学校生活を送ることができるよう、引き続き取り組んでまいります。

さて、学校における健康づくりの推進体制充実のためには、教職員、児童・生徒が正しい健康知識を持つことが重要であり、そのためには学校医、学校歯科医、学校薬剤師等専門職が連携・関与していく必要性があります。また、学校だけでなく、家庭、地域・社会が連携し、社会全体で取組を進めていかなければなりません。そのためには、東京都学校保健会の皆様の果たす役割は大きく、相互に連携し、取組を進めることで、学校における安全・安心な環境が整えられ、その結果、健康的な生活習慣がそれぞれの児童・生徒の中で確立され、生涯にわたる健康の基礎がつけられるものと考えます。

東京都学校保健会は、都教育委員会、区市町村教育委員会、東京都医師会学校医会、東京都学校歯科医会、東京都学校薬剤師会、東京都学校給食会、公立学校各校長会、養護教諭研究団体、公立学校各PTA団体等、様々な機関の代表で構成されております。そして東京都学校保健会では会報発行、健康づくりフォーラムの開催、日本学校保健会への全国健康づくり推進校推薦、学校保健会連絡協議会の開催、学校保健関係者の研修会開催、学校保健関係刊行物の作成など、公益性の高い活動を行っています。

例年夏に実施している健康づくりフォーラムでは、健康づくりに関する講演や特色ある学校保健の取組を実践している学校による事例発表などを紹介しています。近年は、開催形式をライブ及びアーカイブでの配信とし、より多くの皆様に参加いただいております。引き続きご参加いただけますようお願いいたします。

今後も、東京都学校保健会は、これらの事業を継続・推進し、東京都の学校保健に関する様々な課題の解決に当たっていくものと期待しております。

都教育委員会は、今後とも、東京都学校保健会と密接に連携し、生涯を通じた健康づくりを推進し、児童・生徒の健全な育成に努めてまいります。



コロナ禍における生徒の取り巻く環境の変化とその影響について

東京都立篠崎高等学校
校長 長野 泰明

2020年4月7日に新型コロナウイルス感染症による緊急事態宣言を発令され、2023年3月21日にまん延防止等重点措置が解除されるまでの約3年間、教育現場でも様々な教育活動の制限を受け、児童・生徒の心身や成長に大きな影響を与えた。そこで、令和5年度東京都立高等学校長実践研究会生徒指導部会では「コロナ禍における生徒の取り巻く環境の変化について、その影響の検証と生活指導が果たすべき支援について」を研究のテーマとして、生徒の抱える多様な問題やその解決の方策を探ることを目的とした研究発表を行った。今回はその一部を紹介したい。

同部会では、同部会の所属する全日制課程20校の校長に対して、生徒や生徒を取り巻く状況を校長の視点でどのように捉えていたか、アンケート調査を実施した。コロナ禍における生徒の不安は、「自分が感染すること」「家族や友人が感染すること」「友人に会えないことや人間関係」「受験や就職への影響」が上位を占めた。コロナ禍前とコロナ禍における生徒の状況の変化では、「生活リズムが崩れた生徒が増えた」「将来のこと（進学、就職）に不安を感じている生徒が増えた」「学習や学力に不安を感じている生徒が増えた」「学校生活に意欲が低下している生徒が増えた」が上位を占めた。中でも、生活リズムが崩れた生徒が増えたと回答した学校では、遅刻数が増えただけでなく、その後の改善が見られなかったことや体調不良を訴える生徒の増加

が見られた。生徒に必要な支援策では、安心できる居場所づくりと相談体制の充実がトップで、友人関係の安定と指導する教員への専門的なサポートやアドバイスの充実が続き、部活動の充実や出場大会の補填も重要だった。

コロナ禍における生徒に対する支援の具体例は、全授業のオンライン授業の配信や授業の動画配信。毎月の定例の教育相談委員会での見守りが必要な生徒の情報交換と具体的支援策の検討。SCやYSWによるコロナ禍の生徒対応についての教員向け研修。SNSトラブル未然防止のためのSNSモラル教育。児童相談所等の外部機関との連携の構築等、様々な支援の工夫例が紹介された。

都立篠崎高等学校には、中学校時代にコロナ禍の影響を受けた約800名の生徒が在籍している。保健室への来室状況を確認すると、体調がよくないと訴えてくる生徒の大半が人間関係の悩みの相談にきている。中学校時代に様々な制限を受けたことにより、学校行事や部活動での協働場面を失い、相手の立場に立って物事を考える経験が不足していることに起因しているのではないかと推測できる。そんな生徒たちに寄り添い、個に応じた適切な対応を組織的に展開できる相談体制の構築が急務であるといえる。また、生徒たちのSOSを聞き取り、どんな支援が必要か、どのような手立てで自立と自律に繋げるかを考え、実践できる教員力も求められている。

DVD貸出について

貸出用DVDが最新版になりました。下記方法で申し込みいただきご活用ください。
東京都学校保健会ホームページ貸出専用フォームに必要事項を記入して申し込んでください。
貸出期間は3週間（期限を超える場合は必ずご連絡ください）。
貸出は無料ですが、送料はご負担ください。

DVDはお一人様1回2枚まで。DVDの破損・紛失の場合は、弁償をお願いいたします。
原則、学校等所属先への送付となります。返送はレターパック、宅配便など、送付履歴が追跡できるもので必ずお願いします。

ホームページ <http://togakuho.or.jp/dvd/index.html>





令和6年度全国学校保健・安全研究大会に出席して

一般財団法人東京都学校保健会
専務理事 弘瀬 知江子

令和6年度全国学校保健・安全研究大会が令和6年11月8日（金）に宮崎県宮崎市にあるシーガイアコンベンションセンターで開催された。

全国学校保健・安全研究大会の趣旨は、近年の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ており、肥満・痩身、生活習慣の乱れ、感染の拡大、メンタルヘルスの問題、アレルギー疾患の増加、薬物乱用など、子供たちが抱える健康課題は多様化、複雑化している。また、身体的不調の背景にはいじめ、不登校、貧困などの問題が関わっていることもあり、児童生徒に対して、よりいっそうきめ細かな対応が求められている。さらに各地で発生する自然災害のほか、登下校を含めた事件や事故、SNSなどの利用による犯罪など、子供たちの安全安心が脅かされる事案が顕在化している。

これらの課題を解決するために学校内の組織体制を整備するとともに、家庭、地域が一体となって「生きる力」を育む教育を推進していく必要がある。

本大会は多年にわたる研究結果を踏まえ、生涯を通じて心豊かに逞しく生きる子供たちの育成を目指して、諸課題について研究協議を行い、学校保健・学校安全の充実、発展に資するものである。

主管は公益財団法人日本学校保健会、宮崎県学校保健会で、大会当日はまず開会式が行われた。

その後、日本学校保健会の上半期事業進捗状況報告が弓倉整専務理事から行われた。

議事

(I) 報告事項

- 1) 令和6年度 上半期事業進捗状況報告
 - ・一般事業の中の新規事業として「難聴の予防・啓発指導資料」作成委員会
 - ・国庫補助事業の新規事業調査研究事業「女性の健康に関する啓発資料作成委員会」事業の健康増進事業「学校における薬品管理マニュアル」改訂「薬物乱用防止教育のスライド資料集」作成委

員会など新規事業の説明があった。

現在進行中の事業については今後も継続とのことであった。

- 2) 全国ブロック学校保健会活動報告が行われた。

東北ブロックからは宮城県学校保健会、九州ブロックから鹿児島県学校保健会、指定都市は札幌市学校保健会など、それぞれの地区での活動報告が発表された。

- 3) 全国10ブロックの活動報告は研究会の冊子に掲載されているので参考にさせていただきたい。

(II) 協議事項

国への要望事項等に関する協議が行われた。

①要望事項の検討、②要望事項の優先順位などが協議された。養護教諭が産休を取りにくい環境にあるため、養護教諭の研修の場が少ないなど養護教諭の複数配置基準の見直しが各県からあがっていた。

(参考) (令和5年度) 国への要望事項

- 1、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
- 2、健康診断情報のデータ化と教員の業務改善などを図るため情報を一本化した「統合型校務支援システム」の導入促進
- 3、脊柱側弯検診を含めた健康診断及び環境衛生検査の実施に係る検査機器・備品等の整備充実を求める
- 4、感染症への総合的な対策の継続、充実
- 5、メディア教育、がん教育、性教育、オーバードーズ、ヘッドホン難聴等の健康課題に関する授業実践に向けての講師予算の拡充、研修会、指導資料などの充実
- 6、様々な医療性専門家と学校現場の連携が取れるように「学校保健総合支援事業」に代わる事業の開始を要望
- 7、IT 機器使用に係る指導の手引き作成



令和6年度第55回全国学校保健・学校医大会

一般財団法人東京都学校保健会
専務理事 弘瀬 知江子

令和6年11月9日(土)午前10時から宮崎県宮崎市にあるシーガイアコンベンションセンターにおいて日本医師会主催、宮崎県医師会が担当で第55回全国学校保健・学校医大会が開催された。

テーマは「未来ある子ども達のために、いま学校医ができること」で、全国から学校医が集結した。

第1から第3分科会は「からだ・こころ」、第4分科会は「耳鼻咽喉科」、第5分科会は「眼科」とそれぞれの会場に分かれて活発な質疑応答が行われた。どの会場も11から12名の各県からエントリーした演者が今の学校医の問題点、あるいはアンケート調査、自県の健診方法など、それぞれの学校医が児童生徒のために今できること、やるべきことなどを熱く語っていた。

昼食を挟んで都道府県医師会連絡会議が行われ、次期当番医師会が神奈川県医師会に決定し、横浜で開催されることが決まった。

午後からはまずシンポジウムが開催された。テーマは「学校医の魅力、やりがいとは何か ～現状と課題を踏まえて～」。

次の基調講演では、演題は「日本医師会作成『学校医のすすめ～そうだったのか学校医』発刊にあたって」と題して、日本医師会学校保健委員会副委員長・日本学校保健会専務理事の弓倉整先生が、発刊に至るまでのご苦労などお話された。

この本は非常に読みやすく、痒いところに手が届くような本で、学校医になりたての先生から現在活躍中の学校医まで幅広く誰もが気軽に読める本になっている。

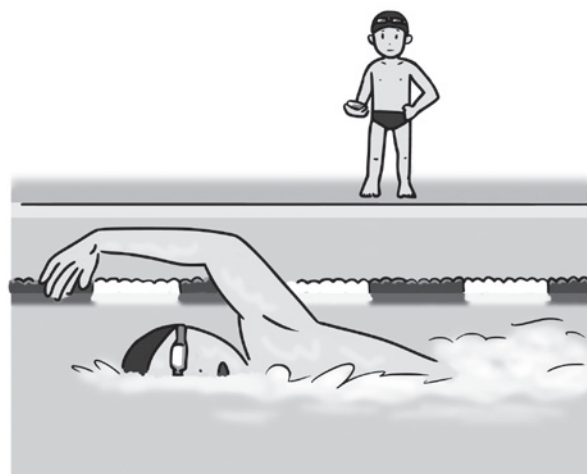
シンポジウムは4名のシンポジストからの発言、そしてディスカッションが活発に行われた。シンポジストは「小児科医の立場から」「耳鼻咽喉科医の立場から」「眼科医の立場から」「養護教諭の立場から」とそれぞれ第一線でご活躍の先生から、それぞれの立場で現在の問題点などお話を伺うことができた。

特別講演は、元オリンピック競泳日本代表コーチの久世由美子氏を講師に招いて、「夢を夢で終わらせない競泳人生」と題して行われた。

久世氏は、地元宮崎県延岡市出身の競泳の松田丈志氏が4歳の頃からコーチを務め、松田氏は、「ビニールハウス生まれのヒーロー」と賞賛され、2004年アテネ五輪から、北京、ロンドン、リオと4大会連続五輪出場し、4個のメダルを獲得した。松田氏をメダリストに導いたその日々の記録、自分との戦い、本人とコーチとの戦い、そしてコーチ自身の戦いを熱く語ってくれた。

なぜビニールハウスなのか？ 松田氏はクラブに所属し、中学校のプールを使って練習をしていた。子供をクラブに通わせている親たちが屋外プールに手作業でビニールの屋根をつけてくれた。しかし、冬は水温10℃、どんなに周囲を暖かくしても水温は15℃にしかならなかった。日本代表になるとその練習環境に注目が集まり「ビニールハウス生まれのヒーロー」と言われた由縁である。そのような環境の中でオリンピックを目指し、懸命に練習をする姿が久世コーチの話の中から垣間見えた。

閉会式および懇親会が盛大に開催された。アトラクションはカウンターテナー歌手の米良美一氏の歌から始まった。多くの先生が美酒佳肴を楽しみ、来年の横浜での再会を誓ってシーガイアを後にした。





第74回全国学校歯科医協議会

東京都学校歯科医会
理事 清水 浩一

令和6年11月7日(木)午後4時より、表記協議会が宮崎県歯科医師会と日本学校歯科医会との共催で宮崎県宮崎市のシーガイアコンベンションセンターにて開催されました。

開会式に続き『児童生徒の健康格差の問題および新型コロナウイルス感染症の影響について』の演題で、東京科学大学大学院医歯学総合研究科 歯科公衆衛生学分野教授 相田 潤先生の講演が行われました。

以下が講演内容の要約になります。

この10年間で歯科口腔疾患の重要性が見直されています。う蝕をはじめとした歯科疾患が他の疾患に比べると多いことが明らかになっています。

児童生徒のう蝕は減ったと言われますが、今でも他の病気と比べると、う蝕の被患率は高いのです。

子どものう蝕は減ったから、もう考えなくても良いのでしょうか。しかし、乳幼児の成長とともにう蝕の格差が拡大します。子どものころにう蝕が多かった人は大人になってからもう蝕が多い傾向があります。3歳児のう蝕有病者率は地域による格差があり、その要因には学歴(所得)、合計特殊出生率(兄弟姉妹)があるとのこと。健康格差は社会的要因が影響するため、自己責任で解決が困難なことが多いのです。健康格差の原因である子供の貧困も、コロナ禍で悪化しました。

一次予防は大切ですが、日本で不足しているのはフッ化物応用です。各国の12歳児のDMFTと砂糖

消費量を見ると、日本の場合、砂糖消費量は少ないですが、むし菌が多い傾向にあります。学校で歯みがきをしても、前歯のう蝕は減っても奥歯のう蝕は減らなかったとの報告があり、フッ化物洗口をさらに取り入れることによって奥歯のう蝕が減ることが分かっています。世界保健機関と国際歯科連盟の結論では『フッ化物応用の少なさが、日本で砂糖摂取が少ないのにう蝕が多い理由』としています。

「う蝕は減ったので、ハイリスクアプローチが良い」というのは、本当でしょうか。一部のハイリスク者からの疾病の発生数よりも、多くのローリスク者からの疾病の発生数のほうが多いということは公衆衛生上きわめて重要であります。日本では平成15年に厚生労働省からフッ化物洗口ガイドラインが発表されており、学校などでの集団フッ化物洗口によるう蝕予防効果の報告があり、健康格差の縮小の効果が実証されています。また、子供のころの集団フッ化物洗口は大人のう蝕減少にも寄与することが分かっています。子どもの頃のフッ化物応用の年数が長いほど将来の歯が多く、高齢期の全身の健康を向上させることが分かっています。コロナ禍で、子どものう蝕が増加したとの報告があり、またフッ化物洗口を中断すると、う蝕が増加したとの報告もあります。

世界では歯科疾患の有病率の高さが注目されており、日本でも同様です。健康格差を考慮した対策が求められています。



第82回 全国小学生歯みがき大会



大会期間	2025年6月1日(日)～10日(火)		
参加対象	小学校5年生 ※4年生・6年生でも参加いただけます。※いずれか1学年の参加となります。		
参加費用	無料 ※使用する教材(児童用ドリル、歯ブラシ、デンタルフロスなど)も無償で提供いたします。		
定員	5,700校 / 320,000人		
申込期間	2025年1月6日(月)～2月28日(金)		
申込方法	ライオン歯科衛生研究所のホームページよりアクセス ※開催概要は、変更になる場合がございますので、予めご了承ください。 ※2024年10月中旬頃より、全国小学生歯みがき大会サイトに「第82回全国小学生歯みがき大会」に関するご案内を掲載いたします。詳細は、全国小学生歯みがき大会サイトにご確認ください。		

DVDで参加する
歯みがき大会
(WEBで視聴も可能)




<https://www.lion-dent-health.or.jp/>

ライオン歯科衛生研究所 

主催: (公社)日本学校歯科医会 / (一財)東京都学校保健会 / ライオン株式会社 / (公財)ライオン歯科衛生研究所
 後援: 文部科学省 / 東京都教育委員会 / (公財)日本学校保健会 / (公社)日本歯科医師会 / (公社)東京都歯科医師会 / (公社)東京都学校歯科医会 / (公社)日本歯科衛生士会
 ※記載団体は第81回大会のもので、

お問合せ 公益財団法人ライオン歯科衛生研究所 〒111-8644 東京都台東区蔵前1-3-28 TEL.03-6739-9001  6480@lion.co.jp

令和6年度 学校保健(養護教諭)研修会<10月>

品川区立京陽小学校
養護教諭 保坂 茜

第1分科会

小学校(通常級)の特別支援における養護教諭の機能と役割について

～アウトリーチと障害受容の観点から～

中央区立城東小学校 佐々木 千絵

支援につながらない児童への対応がうまくいった事例を養護教諭が共有することで、特別支援教育のアウトリーチが円滑に進むのではないかと考え、本主題を設定した。

小学校の養護教諭・特別支援教育コーディネーターの言葉かけの内容を明らかにするとともに、保護者の障害受容に関わる心理的な転機や、保護者が障害受容できなかった場合の養護教諭・特別支援教育コーディネーターの支援の在り方を分析し、報告する。

第2分科会

保健室でのCanva活用について

～Canva活用をきっかけにICTスキルアップ～

立川市立西砂小学校 阿部 大樹

簡単にデザインを作成できるツール「Canva(キャンバ)」を活用することで、保健室業務の効率化とICTスキルの向上を目指すことにした。

ICTを活用することで、これまで個別対応が難しかった児童生徒にも適切なサポートを提供できるようになり、彼らの学習環境や心理的なサポートが充実することを期待している。これにより、養護教諭の働き方改革にもつながり、児童生徒一人ひとりに合わせた支援が可能となることで、保健室がさらなる成長を遂げることを目指している。

第3分科会

学校における足育の推進

～養護教諭がすすめる足元からの健康教育～

JASPE 足育推進委員会

足のトラブルを校種ごとにまとめると、年齢が上がるにつれて増加しており、上履きと足のサイズ差が大きいほど足のトラブルが生じる割合が増加することが示された。

現代の健康課題に合わせて指導内容を工夫すること

で、子どもたちの足のトラブルを減らし、生涯にわたって心身ともに健康な子どもたちの健康づくりを目指していきたい。また、JASPE足育推進委員による出前授業や資料の活用等により、各校で足育が広まることを期待したい。

第4分科会

【実践報告】性被害/加害予防の一手手前の保健指導
～日常の言葉やふるまいを考える～

渋谷区立代々木中学校 山本 貴子

子供たちは今、インターネットを通じて様々な情報に触れている。その中には性に関する不適切な表現が含まれている可能性がある。また、SNSで写真や画像が簡単に拡散できるようになったことで、思わぬトラブルが起こることもある。

令和4年度は、試験的に命の安全教育の枠組みの中で指導を行うこととした。令和5年度、6年度にも指導を行う機会を得ることとなったが、いずれも日常のふるまいを振り返るような内容とした。

第5分科会

特別なことはしないけど 楽ラク学校保健委員会

江戸川区立中学校教育研究会 健康教育部 松江地区

各校の学校保健委員会の現状について調査し、学校保健委員会をより活性化させ、実り多いものにするとともに、準備の負担を軽減するためには、どうしたらよいかを実践研究することとした。

準備の負担を軽減しつつ、参加意義を感じ取れる内容の学校保健委員会を開催していく方策について、今後も各校の実践を互いに学びあい、それぞれの学校事情に即して取り入れながら、よりよい学校保健委員会を目指していきたいと考える。

(以上「会誌」73号(2024東京都養護教諭研究会)より抜粋して引用)

今年度もそれぞれのテーマのもと、充実した研修となりました。提案者の方々をはじめ、ご協力いただいた皆様に、心から感謝申し上げます。



令和6年度 学校保健（学校薬剤師）指導者研修会 「学校環境衛生 照度について」

一般社団法人東京都学校薬剤師会
理事 亀崎 信明

11月21日、東京都教育委員会、一般財団法人東京都学校保健会、一般社団法人東京都学校薬剤師会主催の標記研修会が水道橋にある全水道会館で開催されました。講師はリオンテック株式会社営業部課長の小川貴人氏でした。

平成11年に設立したリオンテック株式会社の歴史から始まり、1. 光の基礎について、2. 照度計について、3. 学校環境での照度計測定について、4. まぶしさについて、5. 最近の照度測定について、とかなりボリュームのある内容でしたので、かいつまんで報告いたします。

1. 光の基礎について

- 光の速さは1秒間に30万km、地球を7周半。
- 光とは、空間を伝わっていく「波」の一種で、人間の目では見えない、小さな「粒子」。
- 光を計る明るさの単位
光束（光源全体の明るさ）＝ルーメン（lm）
光度（光源から放射される一方向への光の強さ）
＝カンデラ（cd）
輝度（面積のある光源を見た時の眩しさ）
＝カンデラ毎平方メートル（cd/m²）
照度（照明器具などに照らされた面の明るさ）
＝ルクス（lx）

2. 照度計について

- 照度計は照らされる面の明るさを数値化。
- 照度計の特性は、光の波長ごとの感度が人間の目の感度に一致していること、斜めから照射する光

に対して余弦則に従うこと。

- 照度計の原理：1) 受光部に光を入射させると光の量に比例して光電流が流れる。2) 斜めから入射する光を正しく計測している。3) 人の目の特性に照度計の特性も合わせている。
- 学校での測定は、一般環境の測定で使用する「一般A級」規格の測定器で良い。
- 照度の測定は、照らされる側の明るさを測定する、LED照明もCANA-0010型（一般A級型）照度計で問題なく測定できる。

3. 学校環境での照度計測定について

- 照度を測る目的：
 - 教科書やノートを明るく見やすくする。
 - 黒板や掲示板の文字がはっきりと見え、勉強に集中できる環境をつくる。
- 児童生徒が在室、不在に拘らず測定可能。
- 夜間学校は暗くなってから測定。

4. まぶしさについて

- 不快なまぶしさを感じたらカーテンやブラインドを用いて改善する。

5. 最近の照度測定について

- ホワイトボード、プロジェクター、電子黒板、タブレット端末の照度測定は、法律が追いついていないため基準がなく、具体的な測定方法も不明。光、照度等の忘れやすい単位、学校での照度測定について丁寧に説明していただきました。

すべての子どもに 笑顔と健康を・・・

元気に充実した学校生活を送っていただけるように検査・検診活動を通じて、保健教育の実践活動を行っています。



公益財団法人 東京都予防医学協会

〒162-8402 東京都新宿区市谷砂土原町1-2

TEL：03-3269-1131 FAX：03-3269-7562

<http://www.yobouigaku-tokyo.or.jp>

◆ 学校保健 検査・検診項目 ◆

心臓病検診	貧血検査
腎臓病検診	小児生活習慣病予防健診
糖尿病検診	骨密度測定
脊柱側弯症検診	

◆ その他の学校保健活動 ◆

学校保健セミナーの開催
都内、都下各地での学校保健行事への協力



令和6年度 学校保健 (学校薬剤師) 研修会

一般社団法人東京都学校薬剤師会
理事 樋口 光司

令和6年9月26日に東京都庁都民ホールにおいて、「コロナ明けの学校環境衛生管理について」と題して文部科学省健康教育調査官の鈴木貴晃先生が講演されました。

学校保健安全法の第5条では「学校においては、環境衛生検査について計画を策定し、これを実施しなければならない。」となっております。平成21年4月からは、通知により「環境衛生基準」に基づく環境衛生検査の実施が義務化されております。しかし、現状は学校の事情や薬剤師の多忙等、諸条件が整わず定期検査の一部項目が実施されていない学校もあるようです。

平成20年1月の中央教育審議会で「子どもの心身の健康を守り、安全・安心を確保するために学校全体としての取組を進めるための方策について」と題する答申がなされましたが、残念ながらこの中で「学校において“学校環境衛生の基準”に基づいた定期検査は、必ずしも完全に実施されていない状況があり、子どもの適切な学習環境の確保を図るためには定期検査の実施と検査結果に基づいた維持管理や改善が求められている。」との指摘がありました。10年以上経過しても厳しい現状です。

その中央教育審議会の答申の中に「学校薬剤師は、健康的な学習環境の確保や感染予防のために学校環境衛生の維持管理に携わっており、また、保健指導においても、専門的知見を生かした薬物乱用防止や環境衛生に係る教育に貢献している。また、子どもに、生涯にわたり自己の健康管理を適切に行う能力を身に付けさせることが求められる中、医薬品は、医師や薬剤師の指導の下、自ら服用するものであることから、医薬品に関する適切な知識を持つことは重要な課題であり、学校薬剤師がこのような点について更なる貢献をすることが期待されている。」とあります。

学校薬剤師に対して多くの研修会等が開催されています。しかし、せっかく用意された研修会にも参加せず、自己研鑽もおろそかな会員がいます。その人たちの意識をどう変えていけるか？を考える必要があります。



第88回全国学校 歯科保健研究大会報告

公益社団法人東京都学校歯科医会
鈴木 あい子

令和6年10月17日(木曜日)午前11時30分より、出島メッセ長崎(長崎県)で開催され、長崎女子商業高等学校ダンス部によるダンスが披露されたあと、開会式では長崎県歯科医師会山田雅弘副会長の開会宣言があり、文部科学省、日本学校歯科医会の柘植紳平会長、大会実行委員会会長等々のあいさつのあと、来賓の祝辞などがありました。次に優良校の表彰式がありました。今年度より第1回学校歯科保健功労内閣総理大臣表彰として岩手県二戸市立金田一小学校、千葉県立特別支援学校流山高等学園が選ばれました。文部科学大臣賞には大阪市立北中道幼稚園、埼玉県羽生市立新郷第一小学校、岐阜県岐阜市立徹明さくら小学校、和歌山県田辺市立本宮小学校、埼玉県川口市立安行中学校、群馬県太田市立太田高等学校、岐阜県立中濃特別支援学校が選ばれました。その他日本学校歯科医会会長賞に7校、日本歯科医師会会長賞に10校、奨励賞には83校がそれぞれ表彰されました。

特別公演は株式会社ジャパネットたかたの創業者の高田明様より「夢持ち続け日々精進」と題してご講演をいただきました。ビジネスの世界でも医療と通じるところがあり、それは人間がこの世で生きていくうえで大切な考え方なのだということをわかりやすく優しい口調でお話しされました。とても感慨深いお話でした。

シンポジウムでは「学校歯科健康診断の未来図～学校歯科健康診断におけるDXの可能性～」と題して日学歯山田尚副会長の座長の下、日本学校歯科医会の水谷成彦先生から「学校歯科健康診断の現状と課題、学校健診PHRについて」というタイトルでお話され、日本歯科医師会常務理事の末瀬一彦先生、大阪大学歯学部附属病院口腔医療情報部部長の野崎一徳先生、東京科学大学データサイエンス・AI全学教育機構の木下淳博先生の3名のシンポジストから将来の学校歯科健康診断のDXの可能性について語りあっていただきました。

シンポジウム会場の隣では18のポスター発表や業者のブースがあり、参加者が立ち寄っていました。この大会は現地とメタバース(web配信)のハイブリッド開催となっていますので配信の期間中は何回でも視聴することができます。

午後5時には無事に閉会式が行われ、すべてが終了いたしました。来年の第89回大会は広島で行われます。ぜひ奮ってご参加ください。

最近の 子どもたち



子どもの声に耳を傾ける

小金井市立小金井第三小学校
主任養護教諭 小中 愛子

子どもと接していると、「この子は自分の話をよく聞いてもらいたいんだな」と思うことがあります。会話の中で「そんな特技があったんだ!」「それは、才能だね!」などと、ポジティブなコメントをこちらが返すと、子どもたちは明るく、どことなく誇らしげな顔を見せてくれます。

目を見て、子どもの話を聞くこと。簡単なことのようにですが、大人も子どもも忙しい毎日の中で時間がとれず、日常的に子どもが話を聞いてもらうという経験が少ないように感じます。

私は、子どもの悩みを聞いた後、「〇〇さんはどうしたいの?」と問いかけます。すると、子どもは自分で考えて答えを見つけようとします。

インターネットやAIが答えを見つけてくれ、SNSなどで顔が見えない相手が応えてくれる時代です。しかし、人と人が面と向かって話したり、自分でじっくり考えて答えを見つけたりする時間が大切だと私は思います。そのような経験を重ねていくと自分の考えを持ち、自他を思いやることができる子どもが増えるのではないのでしょうか。

特に小学生は、語彙力も少なく、思いが伝わらずトラブルになることがあります。大人が入り、お互いの思いを聞き取り、どのようにして問題解決を行うのかを一緒に考えていく。そのような光景を目にしますが、子どもにとってとても良い経験になっていると感じます。大人が目を見て話を聞いてくれる安心感の下、子どもは自信を持ち、成長していきます。養護教諭として、また、一人の大人として日々子どもの声に耳を傾け、子どもたちを育てていきたいです。

保健室で育む選択する力

足立区立第十二中学校
養護教諭 鈴木 雪乃

東京都の高校進学率は98.8%と、中学校卒業後は進学する生徒がほとんどです。しかし、中学校は義務教育の終わりとして子どもたちに、生きる力を身に付けてもらう責務があると日々感じています。

保健室で生徒と関わっていて気になることは、自身の行動選択が苦手なことです。「頭が痛い」「だるい」等の主訴があり、検温をした後に「この後どうしたい?」と聞いても、「どうしたらいいですか?」と困った顔をする生徒がとても多いです。恐らく、これまで保護者や周りの大人がこういう時はこうしたらいいと環境を整えてくれていたことが多かったからだろうと思います。中学校は、人生で最初の大きな進路選択を行います。実際に、自分が通う高校を自分で決めることができず、保護者に言われた通りに進路を決定する生徒も少なくありません。保健室では、小さな一歩として今日の行動を選択してもらうための声掛けをしています。すぐに自分で決めることができない生徒には、(1)そのまま教室で様子を見る、(2)少し休んでから教室に戻る、(3)1時間休まないと難しそう、(4)今日は早退する、(5)その他と、選択肢を提示し、一緒に考えてます。これを繰り返すことで、「お腹が痛いけど、授業を受けたいので湯たんぽを貸してください」「10分だけ休んでもいいですか?」と、言える生徒が徐々に増えてきたように感じます。

社会の課題が多様化する令和を生きる子どもたちは、これから新しい道を切り拓く力が求められます。保健室が担う人生の行動選択は小さなものかもしれませんが、これからも自分の選択を尊重された経験を増やしていったらいいと思います。

女子生徒に学んだ熱中症予防

東京都立深川高等学校
主任養護教諭 齋藤 朱美

昨年度、体育祭や終業式で熱中症のため、多くの生徒が救急搬送されたことが記憶に新しく、今年度も予断を許さないと判断した私は、生活部にお願いして、開会式で全校生徒の前で注意喚起をする時間をもらった。私からの注意喚起のあとに校長先生の挨拶だったが、結果、校長挨拶よりも私の話しの方が長かった（苦笑）。

幸い、熱中症も発生せず体育祭は無事に終わった。帰りがてら保健室の扉から顔を出した女子生徒から「先生の話し、良かったよ」と言われた。生徒から好評価をもらえた喜びよりも、全校生徒のなかで1番言いそうにない生徒から言われたことに驚き、私は何も言葉を返せなかったのである。理由は、いつも私から短いスカート丈、派手なメイク、授業中の保健室利用について厳しく指導を受けていたギャルだったからだ。数日後、ギャルに、私の話しの何が良かったのかを尋ねてみると「お互い声をかけあって、水を飲みましようとか、思いやりのある深高生であって欲しいとか、先生の言葉が温かいから」と言われた。

時には言い過ぎたかなあ…と悩むこともある生活指導だが、その注意が愛情や心配から出た言葉だと生徒は実は理解しているのだ。更に、熱中症は死に至る危険性が高いものではあるが、こんなひどいことになる脅迫し、恐怖感を煽るよりも、仲間が負傷したり苦しんだりするのは嫌だよねと共感性や援助行動を促すほうが効果的と学んだ体育祭であった。

社会人になるための準備

東京都立足立特別支援学校
主任養護教諭 村杉 環

本校は高等部単独の知的障害特別支援学校で普通科と職能開発科の二つの学科を設置しています。職能開発科では障害者雇用での就業を目指し、家政と流通に分かれて社会人になるための準備を進めています。

家政ではパンや焼き菓子などの製造、販売を行っています。企業や大学へ出張販売もしています。種類が豊富なパンはすぐに売り切れてしまいます。牛乳、卵、砂糖だけで作るプリンは絶品です。

流通ではフォークリフトやハンドリフトを使った運搬作業やピッキング、棚卸などの倉庫管理、印刷・製本作業などを行っています。本校にはフォークリフトがあり、教員がマンツーマンで運転方法を指導しています。

チャレンジしている生徒たちは火傷、打撲、切り傷といったケガが絶えません。しかし、来室した時が保健指導のチャンスです。個別に予防や手当ての方法を指導しています。

また、ネグレクトやヤングケアラーなど難しい家庭環境で辛い思いをしている生徒がいます。福祉と連携していますが軽度知的障害ならではの課題が山積し、教職員は日々、奮闘しています。ぜひ本校のホームページをのぞいてみてください。社会人になるために頑張っている生徒たちの奮闘ぶりをかいま見ることができます。

足元からの健康教育

「足育」をご存知ですか？

JES日本教育シューズ協議会は(公財)日本学校体育研究連合会と、足育推進に関する実践的研究を進めています。

「ほけんだより」など、足育資料をご確認ください。

学体連HP「足育推進事業」➡

<http://www.gakutairen.jp/>

kenkyu/ashiiku/



みんな足守

足元からの健康づくりを目指して45年

JES 日本教育シューズ協議会

TEL(03)3862-8684 FAX(03)3862-8632

足が変われば子どもが変わる！ 子どもが変われば未来が変わる！



ほけんだより



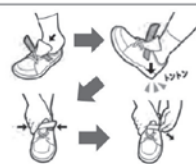
ただくつは正しく靴を履けていますか？

靴を履くときに、つま先でトントンしている人はいませんか？実は、かかとでトントンして履くのが正解です！

正しい靴の履き方

- ①靴ひもやマジックベルトを緩める。
- ②足を入れ、かかとでトントンして合わせる。
- ③足の両脇をぎゅうっと引き寄せる。
- ④靴ひもをしっかりと結ぶ。

ベルトをしっかりと留める。



正しく靴を履くと足の指をしっかりと動かすことができます。反復横跳びや50m走などで記録が伸びるなど運動がしやすく、けがを予防することにもつながります。

千代田区の 学校保健活動について

千代田区教育委員会事務局学務課長
清水 直子

江戸城跡を中心に形成されている千代田区は、徳川幕府の成立から、日本の政治・経済・文化の中心として発展し、現在は住民約6.9万人からなる自治体となりました。区立学校は、小学校8校、中学校2校、中等教育学校1校であり、子どもの数は近年増加の一途をたどっており、当分の間、本区の人口は増加傾向が見込まれています。

児童生徒の健康を維持・推進するためにも学校医、養護教諭、栄養職員の協力が必要です。千代田区学校保健会では大会での研究発表の場を設け、毎年研究の成果を発表いただいております。例えば本年度は、園学校医・園学校専門医部会による「新時代における子供の目の健康～現場からの報告～」を始めとして、学校歯科医・幼稚園歯科医部会、学校薬剤師・幼稚園薬剤師部会、養護教諭部会、栄養教諭・学校栄養職員部会それぞれに研究内容をまとめていただきました。

また、多様な子どもたちのニーズに応じた支援を行うために、増加傾向にある不登校対策は喫緊の課題です。本年度の総会では「不登校にはどう向き合えば良いのか？」をテーマに児童思春期精神医学の専門医に講演いただきました。学校内だけでなく、家庭、塾などの習い事など、児童生徒への幅広い支援について、精神科医による専門的見地からの指導及び助言を依頼できる場を設け、学校内外での児童生徒の心のケアに努めております。今後も児童生徒の心身の健康を目的とし、活動を続けていきます。

学校保健 Q & A

不正咬合の評価とそのリスクについて

(公社) 東京都学校歯科医会
理事 小森 幸道

Q. 歯列・咬合の判定基準について概要を教えてください。また、不正咬合を放置しておくことによるリスクにはどのようなものがありますか。

A. 日本学校歯科医会の基準によりますと、学校歯科健康診断は0、1、2の3段階に分けてスクリーニングします。すなわち、0（異常なし）は歯列・咬合が正常な状態、1（経過観察）は0（異常なし）と2（専門家による診断が必要）の境界領域、2（専門家〔歯科医師〕）による診断が必要は判定基準以上の不正咬合となっています。

ここで重要な事は、「歯列・咬合の判定2」の事後措置として矯正歯科治療が必要なものとして進めるのではなく、子供の将来の口腔の健康にとって、その状態がどのようなリスクを持つ可能性があるかを説明し、理解してもらうことに留意することと考えられます。

また、不正咬合を放置することのリスクには、叢生、開咬、反対咬合などが発現し、将来的に歯の喪失、発音、嚥下における機能障害などが起こり、全身に影響を及ぼす可能性があります。さらに、歯が喪失した結果、様々な補綴治療が必要になると考えられます。不正咬合が存在した状態の補綴処置は困難な事が多く、予後に影響することもあります。具体的には、見た目の問題、プラークの停滞により、う蝕や歯周病に罹患しやすい事、口呼吸によるドライマウスの発現、咬合接触の不備による咀嚼障害、顎の機能不全による発音障害、咬合不安定に伴う顎関節症などが挙げられます。

編集後記

東京都学校保健会は新たな事務長を迎え、今までの会をできるだけスリム化し、無駄を省くことになりました。年3回発刊の冊子をホームページ上に掲載することになったので、多くの学校医はじめ学校保健関係者の目に留まるホームページにしたいと思っています。

す。これからも東京都学校保健会をよろしく願います。

一般財団法人東京都学校保健会
専務理事 弘瀬知江子