



第362号 平成20年9月1日

発行所 京都市学校医会

京都市中京区間之町通竹屋町下ル

楠町601-1 こどもみらい館 2階

TEL (075) 256-0351

FAX (075) 241-3568

発行人 長村吉朗

## 就学時健診における予防接種のすすめ

会長 長村吉朗

以前より学校医会では、全国に先駆け就学時健診の際に児童の予防接種の接種歴を調査し、未接種者に対しては接種の指導を行うことを推進して参りました。多くの会員におかれましては既に十分ご理解を得、かつ実施していただけることと存じますが、本年度の就学時健診の時期が近づいている今、再度の確認をしたく筆を執りました。

MRの2期の接種率が、平成18年度は京都府全体では全国ワースト2であったことは既にご承知のことでしょう。それに刺激されたものか、平成19年度は全国平均をわずかに下回る位置にまで接種率は上昇し、85%近くにまでなりました。しかしこれでは流行を阻止することの出来るとされる95%までにはまだ至らず、全国で唯一秋田県のみがこれを達成している有様です。本年度よりMRの3期・4期の接種もスタートしておりますが、これを書いております時点で判明しています6月末の市立学校における接種率は、3期が23%、4期に至っては19%と惨憺たる有様です。もちろんこれに対して私どもも手をこまねいているわけではなく、協議を重ね対策を練っておりますので現在ではその効果が出て来ているものと願っております。しかしMRの2期に関しては、私どもが以前より実施している就学時健診における接種の確認と、未接種者に対する指導の実施の徹底が効果的であり重要であると考えております。これに対し行政が個別通知を行うべきであるとか、未接種者に対し通知を行うべきだとかの声も聞こえてきますが、京都市の規模ともなるとその費用と手間

の観点からその実施はきわめて困難でしょう。文書による説明より、医者の方から保護者個人に個別に指導することがより効果的であることは間違いありません。私学への進学を予定している子ども達など、欠席者に対する対策など今後考慮しなければならない点はあるかと存じますが、何とか接種率95%が実現できますよう、これまで以上に予防接種の就学時検診時の指導にご協力いただきますようお願い申し上げます。

なおMRについて書きましたが、その他の定期接種に関しても指導を行っていただきますようお願い申し上げます。又8月より日本脳炎ワクチンも、わずかではありますが流通していると聞いておりますので申し添えます。



## 第30回 近畿学校保健連絡協議会に参加して

会 長 長 村 吉 朗

7月17日京都府医師会館において、第30回近畿学校保健連絡協議会が近畿学校保健連絡協議会の主催、京都府学校保健会主管で開催され、学校医会より私と林専務理事、福持常任理事が京都市よりとして、府医より藤田理事が京都府より参加いたしました。

13時半より京都府学校保健会 森洋一会長と、日本学校保健会 唐沢会長の代理薄井専務理事の挨拶により開会され、その後例年通り近畿各府県及び政令指定都市よりの要望事項並びに研究協議が約1時間にわたり述べられました。その中でも多くの府県や指定都市より要望があった項目はこれまでと同様で、養護教諭の複数配置の要望、次いで保健室の設備の拡充でした。又研究課題で多く報告されたのも、学校保健委員会の活性化でした。例年これらの発言に対し質問や意見はほとんどないのですが、今年は「養護教諭の複数配置を毎年要求しているが、その

効果はあるのか？」や「学校保健委員会は数字では開催されたことになっているが、実際行われているのか？」など活発な意見が飛び交いました。毎年その後円卓による個別協議が行われることが多かったのですが、今年は講演会を聞くプログラムのためか参加者が例年より多かったことがその原因ではなかったのかと考えております。講演会は中央教育審議会委員で京都府学校薬剤師会会長の守谷まさ子先生による「子どもたちの健康と安全を守るために～中央教育審議会における立場から～」で、中央教育審議会の成り立ちやその位置づけから最近の協議内容に至る講演を興味深く聴くことが出来ました。

尚、来年度の開催県は大阪府と決定されました。又今回の資料は学校医会事務局に御座いますので必要な先生方は遠慮なくご連絡下さい。

---

## 学校給食係メンタルヘルス講演会 ストレスとどう付き合うか

桂東小 青 木 修一郎

去る7月23日、京都会館第2ホールにて学校給食の調理員を対象にしたメンタルヘルス講演会が行われ、給食係りから精神衛生研究会を通して私が講師として呼ばれました。今まではベテランの先生方がされましたが今回は何故か私にお鉢が回ってきてしまいました。

しかしタイトルにあるようなことを、しかも何百人という人の前で話すなんてとんでもないこととお断りしようかと思いましたが、まっこれも勉強だと思ってお引き受けしました。ところが帰宅してからお借りした資料を見ながら『一体、何を話せば・・・』とただただ困惑の時間を・・・。

そこで対象の方が成人であることから、現代社会

では切り離すことの出来ないストレスをテーマに選びました。

ストレスという言葉はすでに日常語となっています。通常は「精神的な緊張・負担」とマイナスのものと捉えられていますが必ずしもそうではなく、ストレスが無ければそれでいいとは言えません。むしろストレスが全く無い、つまり精神的な緊張のない生活は却ってそれ自体がストレスとなります。ストレスは人生のスパイスとして必要であるとさえ言われております。

そこでストレスをどう処理してプラスとするかが必要となってきますが、そのときに考えられる方法としてストレス・コーピングとストレス・マネージ

メントがあげられます。

ストレス・コーピングとはストレスをどのように受け止めどのように行動するか、つまり心理的側面や認知・行動などの内面的な対応に重点を置いて考えるものです。

これに対し具体的な行動様式などの外面的なものについての考えをストレス・マネジメントと言います。

ストレス・コーピングのよりよい結果とは、ストレスを正しく評価し自分の能力でチャレンジ可能な範囲とし、そしてそれを乗り越えることで自分への自信をつけることです。

具体的な方法としては次のようなものがあります。

- ①ストレスに対する評価（ストレスの特性、特徴について理解する）
- ②自己の行動分析（自分の行動を見直し、認知のあり方を把握する。そして不都合な行動や認識を理解する）
- ③問題解決とリラクゼーション（ストレスに直面するときに問題となる点を明らかにしてその問題を解決するための方法を検討する。一方でストレスに対してリラックスできる方法を習得する）
- ④イメージリハーサルと行動リハーサル（ストレスと対面したときにどのような行動が予想されるかについてリハーサルを行う）
- ⑤自己監視
- ⑥自己教示と自己強化（ストレスにめげそうになったときもう一度認知の建て直しとイメージ訓練を繰り返して、自己強化と自己教示の方法を学ぶ）
- ⑦ 環境を変える努力

ストレス・マネジメントとはストレスを個人にとって適切なものとするための方法で、個人それぞれによって変わってきますが、それに合わせて個人のストレスに対する抵抗力を高めることです。

#### ①運動・栄養・生活習慣

規則的な生活を身に付け十分な睡眠をとる。勿論それは個人によって違っているので、その

リズムに従って適度な運動と休養を取り込んだ生活習慣を身につける。

食事は栄養バランスのとれた食事を一日3回正しく摂ることである。嗜好品に関しては、アルコールは適量であれば鎮静効果があり心身のリラックスを促進するが、喫煙習慣は努力して止めるべきである。

#### ②リラクゼーション

日常生活において適度な緊張は必要であるが、この緊張に疲れたり不安を感じたときはそこから自分を解放し十分にリラックスした状態に置くことが必要である。

方法としては次のようなものがある。

- Jacobsonの漸進的弛緩法  
筋肉に力を入れたときと、筋肉を弛緩させたときの感覚を感じることで全身の弛緩を得ようとする方法
- Bensonの弛緩反応法  
全身の筋肉の弛緩と呼吸法を組み合わせた方法で、呼吸法を用いたリラクゼーション法
- 自律訓練法  
不安や緊張に由来する身体症状の治療法で一種の自己催眠法である。
- バイオフィードバック法  
筋電図や皮膚温をメーター表示や音の変化として被験者にフィードバックすることにより、皮膚温の上昇や筋肉の弛緩を得ようとするものである。

このような内容でお話しさせていただきました。しかし、今回の仕事は私にとっては大きな『ストレス』となっております。ただこれもいい機会と前向きに捉えてそれを克服できる範囲であるならば、何とか乗り切って一つの経験の蓄積と考え、自分のスキルアップとまでは行かなくてもちょっとした満足感とすることが出来ました。そう、まさに『ストレス』をプラスに。他人に講演すると言うよりも自分の学習とすることの出来るいい機会であったと思っております。

### 3期4期MRワクチン接種状況

専務理事 林 鐘 声

今年4月より始まった上記ワクチン接種状況について6月末を一区切りとした調査結果が厚労省から発表されました。

全国では3期対象者(1,192,375人)の接種率は38.8%、4期対象者(1,226,633人)は29.6%と当初の見込みよりかなり低調であり、その中でも京都府は3期26.6%、4期17.9%と、全国のワースト3位、ワースト2位でした(表1、2)。

17政令指定都市でみると、3期35.2%、4期26.1%に対して、京都市は25.7%(12位)、14.3%(14位)でした。3期4期の上位4市は仙台市(66.6%、55.1%)、浜松市(48.9%、55.8%)、神戸市(56.3%、42.0%)、千葉市(53.7%、34.2%)、3期の下位3市は新潟市(23.9%)、川崎市(18.8%)、名古屋市(18.5%)、4期の下位3市は新潟市(14.3%)、川崎市(13.1%)、大阪市(6.7%)でした。上位も下位もほぼ同じ都市が並んでいるのは、当然といえば当然ですが、何によるものなのでしょうか。

以上は提出された予防接種券をもとに接種率を算定したのですが、次に京都市教育委員会が市立学校を対象に生徒個人あてに6月末に調査した結果についても紹介しておきます。但し、今回は学校別の集計結果ではなく全体の集計結果のみを表3に示しておきます。

表3の対象外は、麻疹に罹患した者、3期4期のMRワクチン接種前に既に接種した者、2回目の麻疹ワクチン接種した者が該当します。3期の中学1年生については、対象中学校は6支援学校を含めて81校、在籍生徒10,041人(市外20人)、対象外944人

表1：3期MRワクチン接種率(2008.6)

順位	都道府県	対象者(人)	接種率(%)
1	茨城県	28,750	71.2
2	宮城県	21,911	59.7
3	福井県	8,294	56.4
4	千葉県	55,507	54.7
⋮	⋮	⋮	⋮
45	京都府	22,847	26.6
46	宮崎県	11,902	25.2
47	鹿児島県	17,120	24.4
	全 国	1,192,375	38.8

表2：4期MRワクチン接種率(2008.6)

順位	都道府県	対象者(人)	接種率(%)
1	佐賀県	9,993	52.1
2	福井県	8,704	49.0
3	宮城県	23,828	46.0
4	山形県	12,649	44.8
⋮	⋮	⋮	⋮
45	宮崎県	12,534	19.9
46	京都府	23,356	17.9
47	大阪府	79,889	17.5
	全 国	1,226,633	29.6

表 3：京都市立学校の 3 期 4 期のMRワクチン接種率(2008.6)

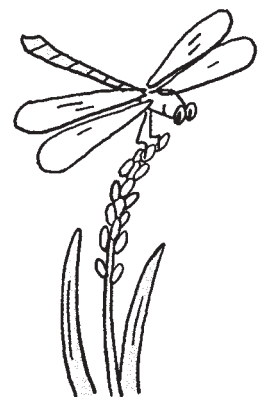
在 籍 者	対象外	対 象 者		不明者 (%)
		接種済 (%)	未接種 (%)	
中学 1 年生 10,041	944	2,088 (23.0)	6,046 (66.5)	963 (10.6)
高校 3 年生 1,848	214	312 (19.1)	1,196 (73.2)	126 (7.7)

であったことから、接種を済ませた生徒23.0% (2,088/10,041-944)、未接種生徒66.5%、不明10.6%でした。4期の高校3年生については、対象18校(全日制9校、定時制3校、支援学校6校)、うち報告が間に合わなかった1校を除いた17校の在籍生徒1,848人(市外265人)の接種率19.1%ということでした。

生徒数100人を越える中学校63校でみると、接種率の高い所では41.7%、36.0%、35.1%であるのに対し、低い所では、5.7%、3.3%、2.6%、1.8%と1桁台の学校が4校あり、大きなバラツキが認められました。高校では支援学校の1校を除いて全体的におしなべて低調という結果でした。今回が初回の調査のため、その内容の理解が不十分のためか、対象外や不明者が際立って多い学校が数校認められました。これらの学校について教育委員会を通じてその理由の確認を行います。学校現場で判断に迷う時には校医の出番もあると思います。9月末の2回目の調査では、より精度の高い報告となることを期待します。また私立中学校23校中18校の報告では、在籍者2,211人で28.6%、私立高校43校中21校では4,626人で19.7%でした。府立高校の結果は入手しておりません。

私が担当している北野中学校では中学1年生114人、対象外0人、接種者36人(31.6%)未接種者72人(63.2%)、不明者6人(5.3%)でした。不明者の中には二種混合をしたというものの、それがDTワクチンなのかMRワクチンなのかが確認できないものも含んでいたとの事です。夏休み中に未接種者の大半が受ける予定のところ実際は5割程度にとど

まったようでした。京都市からのMRワクチンの個別通知が全対象者へ8月中旬に配布されたこともあり周知はより広がっています。診療を利用しての啓発とともに、担当校のMR接種状況を確認して頂き、未接種者への接種勧奨を学校側と協調して進めていくことを希望します。



## 第4回 常任理事会

平成20年9月6日  
於 事務局

出席者 長村会長、奥村副会長、林専務理事、井上・  
竹内・東道・蘆原・福持・井本・大久保各  
常任理事、佐野眼科学校医会副会長、星谷・  
鈴木各耳鼻咽喉科専門医会理事

### ・会長挨拶

### <報告事項>

1. MRⅢ期Ⅳ期現状についての話し合い 8/4  
今月号参照
2. 色覚相談 8/26、9/2 市内(各2名)
3. ワンポイント相談 8/28  
小5男子、小6女子
4. 心臓相談 9/3  
小5男子、PAC PVC E可
5. 精神衛生研究会 9/4 7名参加  
“格差なくせば子どもの学力は伸びる”抄読
6. その他
  - ・結核罹患の中学生は順調に回復
  - ・結核感染者が南区のスポーツセンターを利用  
したことが判明
  - ・給食巡視の開始

### <協議事項>

1. 感染症講演会演題について  
来年3月7日(土)に予定
2. エピペンについて  
府医に講習会の開催を打診
3. 小児期感染症の感受性者および予防接種歴調査  
について  
パイロットスタディとして市立幼稚園で調査票  
を使用
4. その他
  - ・保健所への麻疹報告が義務となったが、その  
情報の共有、開示が不十分
  - ・京都市学校保健会健康教育シンポジウム  
(10/28) シンポジストに福持内定

### <関連学会・各種協議>

1. 色覚相談 9/9、9/16、9/30
2. アレルギー相談 9/11
3. 右京支部会 9/13 長村出席
4. 腎臓相談 9/16
5. ワンポイント相談 9/25
6. 精神衛生研究会 10/2
7. 第5回常任理事会 10/4 2:00pm～

## 京都府医師会指定学校医制度 単位取得講演会のお知らせ

### 第14回 子どもの心とからだ懇話会

と き 10月11日(土) 午後2時～4時半

ところ 京都第二赤十字病院 本館6階会議室(中京区釜座丸太町上ル TEL 231-5171)

テーマ 『ネグレクト いかに見つけ、どのように対処するか』