



第496号 令和元年11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 林 鐘 声

養護教育研究会との懇談会

会 長 林 鐘 声

8月30日（土）の懇談会に、養護教育研究会からは今年度から会長となった沖出由美子先生（桂徳小）を始め7名、教育委員会からは新しく指導主事に就任した岩本順香先生、そして学校医会からは12名の理事が出席しました。

養護教育研究会からの要望、質問として、以下の通りの大事な意見を頂戴しました。

1. 「内科健康診断結果のお知らせ」について

皮膚疾患のお知らせの文章について、「皮膚を清潔にしてください」とありますが、ご家によっては、清潔にしているにも関わらず、この様に通知を受け、どうしたらよいのかと悩まれる保護者もあるようです。今後、結果のお知らせの文書を変更される時にご検討をお願いします。

2. 内科健康診断について

内科健診において、心音聴取や皮膚、甲状腺の異常の有無、脊柱検査など全身の状態をしっかりと観察する上で、上半身裸で実施する必要があることは承知し、実施していますが、高学年以上の女子においては一律に上半身裸での実施を大変苦慮しながら進めている状況があります。その都度上半身裸での健診の必要性を説明し、児童生徒や保護者にご理解いただいておりますが、年々難しさを感じています。

3. 四肢の状態の検査について

四肢の状態の検査においては、学校医の先生と養護教諭が連携をし、検査方法の進め方の工夫と改善を重ね、検査は軌道に乗り出しています。中には、何とか動きが出来れば、「異常なし」や「経過観察」となり「要受診」とされることが少ないという学校もあり、運動器疾患・障害の早期発見・治療という健診の目的を果たしているのか心配だという

声があります。

少し補うと、1にある様な細かい行き違いは保護者の不信感に繋がりますので、修正しなければなりません。当座は学校での配慮ある対応に期待するところです。2については、私自身の経験を少し述べます。女性校医と交代した初年度は、一部の女子中学生から「校長からのいじめで、男の校医が来た」と言われるほどに学校が荒れていました。ところが、1年、2年と経つと見違えるほど円滑に健診が進むようになり、教育委員会と学校の丁寧な対応の大切さを知りました。京都市以外に上半身脱衣で取り組んでいる3政令指定都市においても、教育委員会、学校と学校医会（医師会）の連携が鍵になっています。3は学校医の慣れがおざなり感を与えているのかもしれませんが、目に余る事例については、個別に学校医会に報告を挙げて頂くようにしました。

学校医会からは、成長曲線・肥満度曲線のうち身長に関する5つの所見について、小中学校での取り扱いの現状を質問しました。低身長は要受診としていましたが、身長の伸びが1SDを越えて大きい、あるいは小さい場合は経過観察としているようでした。それに続いて、「成長曲線の診かた」として代表的な症例やそのピットフォールなどについて、新しく顧問となった木崎善郎先生によるミニレクチャーを一緒に受けました。経時的追跡から症候性の成長障害をスクリーニングしていくには、もう少し経験も検討も必要です。木崎顧問を中心に検討を進めていくことを確認しました。また、養護教諭からの問い合わせのある時にはご協力をお願いするとともに、もしも判断に迷う時には、どうぞ事務局へご連絡ください。一緒に考えていきたいと思っております。

令和元年度 京都市学校保健会 健康教育シンポジウム

～子どもをネット依存から守るために～

西京高等学校学校医・学校保健会企画委員 杉本英造

日時：令和元年10月15日(火)

会場：京都市総合教育センター 永松記念ホール

講演：「みんなで考えよう デジタルツールのこと

ースマホを持たせるのは遅い方がよいー」

磯村 毅 氏 予防医療研究所代表

パネルディスカッション

パネリスト：西田 晋 氏

京都市立市原野小学校 校長

菅原 邦美 氏

情報モラル市民インストラクター

指導助言：磯村 毅 氏

コーディネーター：森本 康裕 氏

京都市立嘉楽中学校 校長

司 会：吉川 康浩 氏

京都市立向島秀蓮小中学校 校長

磯村先生は、呼吸器内科医で、禁煙外来から依存症治療の道へ進まれ、日本動機づけ面接学会代表を務め、「親子で読むケータイ依存脱出法」等の著書があります。依存症に「回復」はあっても「治癒」はないことを肝に銘じること。スマホを与えるとは親より友達が大事になり、中学生からスマホを取り上げることは不可能。脳の前頭前野には、考える、思いやる、がまんする、挑戦する、集中する機能がありますが、スマホ・ゲームで前頭前野に変化が起これば、切れやすく感情的になり、ドーパミン神経障害で、喜び・意欲が低下します。前頭前野が未発達な子どもがゲーム依存になると大人のギャンブル依存以上にコントロールができなくなります。文章を書いたり、虫を眺めたり、対人する将棋や碁では前頭前野が活動するのに対し、ゲーム、アニメを観ている時は後頭葉の活動ばかりで、がまんできなくなるとリセット。スマホ守りは最悪で、「考えない・我慢できない・がんばれない」3ない人間を形成してしまいます。乳児にスマホを与えると、触ると動く応答性は脳に強い刺激（ドーパミン神経刺激）となり、依存していくと絵本に興味を示さない、外界

に興味を示さない、目が合わない、言葉の遅れ、愛着障害を呈するようになります。それではどうすればいいのでしょうか。「スマホを持つのを遅らせる仲間が1人でもいると全く違う」親同士で協力してスマホを与える時期を遅らせる。1つの家庭で出来ることには限界があり、親がチームを作り対策にあたる。買ってとせがまれても「○○さんのお母さんと約束したからダメ」。祖父母にもスマホ・ゲーム障害の知識を共有し、孫にせがまれてもダメ。安全確認は子ども携帯で十分。外で・リアルで・対面で遊ばせる。ネットの特性、犯罪・いじめ・デジタルによる脳の変化など情報提供を発信する。スマホ・ゲーム障害対策は予防しなくては治療法はないことを述べられました。

二部のパネルディスカッションでは、西田氏から0～9才児のスマホ等使用時間が、平成29年：平均60.9分→30年：88分へ急速に増加しており、将来何になりたいか希望を聞くと、以前はスポーツ選手だったのが今は「ユーチューバー・プログラマー」等が増加。小学生の利用はゲームが多いが、オンラインゲーム「協力プレー・対戦プレー・コミュニケーションゲーム」で常に誘われている環境がある。その中でヒーローになれる、自分だけの世界を作る、仲間ができるという反面、ゲームの中では破壊・殺せる・裏切りなど危うい要素があります。依存にならないために、①ネットやゲームに触れない時間を意図的に作る②ネットやゲーム以外の楽しみを共有する③ネットは1番目でなく2番目以降にすること。またセルフコントロールを養うために、自分で自分に○をつける力、ヒヤリハット事案を学習する。小学校の参観日には父兄にもスマホ依存予防を啓蒙し、児童・生徒が自身で判断できる力を養う情報モラル教育、命・生き方・心・健康・豊かな人権感覚を育む努力が必要です。

菅原氏からは、1才児をもつ80%の母親が「育児うつ」の前段階であり、祖父母、両親と一緒に暮らす世界から核家族化が影響し、しかも夫は仕事で育児

協力しづらいので母親の負担は増します。そこでスマホ育児に手を出すことになるのですが、スマホに子どもを預け放しにするのはダメです。一人の世界にさせず、親と一緒に見てコミュニケーションを取り、場を分かち合うことが大切。運動や自然体験で五感を育み、いつも親の背中（親のがんばり・悲しみ）を見せる、子どもを認め自尊感情を育てる、聞き上手になってコミュニケーションを大切にすることが大事。親だけでなく、隣り近所の人達も加わる共同養育＝人間本来の養育スタイルを提唱されました。

シンポジウムには学校関係者だけでなく、医師や保護者の参加も多く会場は熱気を帯び、「スマホ・ゲーム依存症」の関心の高さが伺えました。フロアからはスマホ依存から不登校になって困っていると

養護教諭からの報告もありました。私は以前リゾートホテルで夕食時、春休み期間だったので多くの子どもたちが滞在しており、騒がしくなるかなと思っていましたら、皆が銘々にタブレット、スマホでゲームをしており、両親もスマホ操作で静かな異様な雰囲気驚きました。せっかく家族で旅行に来ているのに会話がないのはどうしたことでしょうか？WHOは「ゲーム障害」を国際疾病として正式に認定し、2022年1月から発効します。スマホ依存・ゲーム障害は子どもの育成にどのような影響を及ぼしていくのか注意深く見守る必要があります。依存症になったら治癒はないことを認識し、幼い頃からスマホを持たせず、社会的認知（前頭葉機能）の育成を啓蒙していく必要性を感じました。

第24回ふれあい子ども相撲大会に行って来ました

福西小学校医 奥村正治

台風の接近で、ひょっとすると大会が中止になるかも知れないと言われていた雨がふったりやんだりの曇り空の9月21日(土)、毎年行なわれている「ふれあい子ども相撲大会」に、市立大原野中学校の学校専用の土俵に行って来ました。中学校を中心にその地域の小学校を含んだ学校コミュニティプラザ事業と言う事業が京都市にはあります。この大会は、その洛西南ゾーンの地域の事業の1つとして行なわれております。本年より、洛西北ゾーンの学校は今まで友情出席と言う事でありましたが、遠距離にもなる為、南ゾーンの小学校6校で行なわれました。

開始は、例年と同じ正午開催予定で、試合は12:20頃に始まり、15:30頃には終わってしまうと言う大会になりました。例年、3位、4位チームの決定戦もあったのですが、本年より、早く終了と言う事もあり、優勝、準優勝の次には3位チームを2チームにする事により、試合数が少し減少しております。

大会形式は、例年と同じで1チーム3人（先鋒、中堅、大将戦）で、2勝以上しているチームが勝ちとなります。本年は、3年生男子6校13チーム、女子6校11チーム、4年生男子4校5チーム、女子5校8チーム、5年生男子4校8チーム、女子4校8チームです。6年生がないのは、大原野地区の大原

野神社の奉納相撲に出場する為です。エントリーした児童は、男子78名、女子81名で女子の方が1チーム多かったです。

今回の医務の仕事としては、順不同ですが、右手背痛。痛み強い為、腫張等は認められませんでした。整形外科受診を指導しました。二例目は、土俵で転倒し、後頭部打撲、頭痛以外は特に症状は認められませんでしたので経過観察としましたが、頭痛増加の場合は、脳外科受診を指導いたしました。三例目は、土俵で転倒し、右腰部打撲、冷湿布処置。この児童は処置後、試合があり、本人の意向でOKとしましたら、ちゃんと試合に出て相撲を取っておりました。四、五例目は、ころんで膝部擦過傷の児童でした。残りの三例は本年初めてのケースではないか？足底と手指の棘でした。足は土俵以外も素足で歩いていた為で、監督の教職員の注意が不十分であったのではないかと思います。手指の分は座席になっている長イスで起っており、年数もかなり経った大原野中学校の歴史が伺えます。次年度よりの注意事項が増加しました。計8例の患者さんでした。

数日後、教育委員会より連絡があり、一例目の児童は骨折と判明いたしました。

第 6 回 常任理事会

令和元年11月2日
於 事務局

出席者 林会長, 井本・杉本副会長, 川勝・西村・
中嶋各常任理事, 嶋元眼科学校医会理事,
鈴木耳鼻咽喉科専門医会理事, 奥村議長,
東道・長村監事

・会長挨拶

<報告事項>

1. 色覚相談 10/8 2名, 10/29 2名
2. 精神衛生研究会 10/10
3. 京都市中学校選手権総合体育大会
ラグビーフットボール種目 於:宝ヶ池球技場
10/12, 10/19 → 天候のため10/19, 10/26
へ順延 奥村先生
4. 京都市学校保健会 健康教育シンポジウム
10/15 於:京都市総合教育センター
5. 京都市小学生記録会 第48回陸上記録会・第39
回持久走記録会 10/22
於:西京極陸上競技場及び補助競技場
6. 令和元年度子どもの健康習慣行事に係る「子育て
支援シンポジウム」 10/26
於:京都府医師会館
7. 令和元年度一般社団法人京都府歯科医師会
会員大会 10/26
於:ANAクラウンプラザホテル京都
8. 京都市中学校秋季総合体育大会 柔道種目
於:京都市立桂中学校
10/26 渡辺全夫先生, 10/27 武上俊明先生
9. ワンポイント相談 10/31
10. その他

<協議事項>

1. 色覚相談事業への補助金について
色覚相談事業の出務費について
心臓検診事業や腎臓検診事業を参考に検討
2. 整形外科医会が関与する運動器検診のこれから
について 12/19 会合予定
3. 嘱託要綱について
4. 次年度学校医配置について
5. ツベルクリン反応検査 出務医について
京都市教育委員会 体育健康教育室
接種:12月3日(火) 14:00~15:00 林先生
判定:12月5日(木) 14:00~14:30 長村先生
京都市総合教育センター
接種:12月11日(水) 14:00~15:00 奥村先生
判定:12月13日(金) 14:00~14:30 奥村先生
6. 大文字駅伝大会 事前健康診断助成金について
7. 第71回指定都市学校保健協議会について
6/6 於:ホテルグランヴィア岡山
8. 新任校医研修会について
令和2年3月19日予定
9. その他

<関連学会・各種協議>

1. 次世代はぐくみプロジェクト事業「思春期保健
対策ネットワーク会議」 11/11
2. 精神衛生研究会 11/14
3. 京都市学校保健会 表彰式・研究発表会
11/16 於:TKP京都四条烏丸カンファレンスセンター
京都市学校保健関係者表彰祝賀会・懇親会
11/16 於:からすま京都ホテル
4. 全国学校保健・研究大会 11/21~11/22
於:埼玉県さいたま市
全国学校保健・学校医大会 11/23
於:埼玉県さいたま市
5. 第34回京都市小学校「大文字駅伝」大会
事前健康診断 12/7, 12/14
6. 第7回常任理事会 12/7 14:00~
7. その他