



第541号 令和5年8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 杉本英造

第45回 近畿学校保健連絡協議会（7月27日 奈良市）

会長 杉本英造

研究協議：各府県・政令指定都市からの報告。
京都市からは教育委員会：井上直寛課長が本年度の研究・活動を報告され、**国への要望：**校内・保健室の整備、メンタルヘルス・ヤングケアラー研修会の充実、薬物乱用・性・がん教育資料のための財源補助、児童生徒のこころの健康に対応するため養護教諭の複数配置やスクール・サポート・スタッフ配置のための財政補助、運動器障害予防対策推進、感染症の拡大防止に向けた物的支援・人材確保。

講演：「心のしくみ」薬師寺執事長 大谷徹英氏
「あなたの心はどこにありますか？指をさしてみてください」聴講者は頭、胸、腹をそれぞれ指さします。「指を自分に向けて指してください。」体験・経験から価値観が生まれ、生き方・考え方を養います。「心＝自分＝我われ・が」**孤立←我→調和**
我を中心にして独善・放漫が強くなると人の話を聞かなくなり「孤立」していきまますし、共栄・謙虚を心がけると「調和・ハーモニー」を醸成できます。「孤立」とは逆、「仲良し・仲間がいる」＝「和」（のぎへんに口：お米の収穫を祝ってとれたお米を皆で食べてなごむ）。「調」ちょう・しらべる・ととのえる：自分の主張を唱えるだけでなく相手と調べ、調和が生まれます。

仏教の言葉で人間が持っている「五官」と呼ぶアンテナ。目・耳・鼻・口・皮膚。これらは外向きのアンテナで自分の方を指すアンテナはついていません。「人の振り見て我が振り直せ」歳を重ねるほど自分が生きてきたプライド「我」が強くなります。人の話を聞かなくなり、「独善的」「放漫」になり「孤立」していきまます。「幸せって？」千差万別ありますが、徹英氏は、「身近な人と、仲良く笑いながらごはんを食べること」。

話を聞く、音が入ってくるゲートは「聞」ですが、相手が何を言いたいのか考える時には「聴」そして話を聴くので「聴話」。田+心=思。「思」は「価値観を表す字」でじっくりと心の田を耕していきます。人は思い通りになれば幸せと感じ、思い通りにならないと不幸と感じます。自分の家庭、学校、会社、国から体験・経験をもらい価値観を育成し生き方・考え方へと繋げることが「心のしくみ」を学ぶこととなります。調和は聴話から。自己主張は必要なこともあります。調えなかったら争いの火種になります。

電車好きで運転手になりたい夢をもっていた青年。父親の猛反対で自分のたいせつなものを否定され、ひきこもりに。徹英氏が電車操業所のバイトを紹介し、すこしずつすこしずつ回復し、1年で優良勤務者に。そのまま勤務を希望しましたが経験はここまでで、大検を経て大学へ進学させ自身の価値観を見直すように指導。人生は坂道のような1本の線。その坂道にボールを置き支えるだけではボールは上がりません。心が何かを感じた時がボールを押す始点になります。感心によって無名だったボールはあこがれの名を持ち、本気になってあこがれを押し続けるとかなえたい夢になり、さらに押し続けるとボールの名前は明確な目標へ。懸命に明確な目標を押し続けると、ボールと人生が一体となって覚悟ある人生に。覚悟ある人生とは自分を信じて生きること。それは間違いなく幸せな人生。今、あなたは坂道のどこを歩いていますか？暑い熱い夏の夕暮れ、奈良公園の鹿に癒されながら「ころ」について思い、帰路につきました。興味のある方は「**幸せの法則**」小学館文庫 大谷徹英 を参照ください。

第74回 指定都市学校保健協議会（福岡市）記念講演

「たくましく生きる力」

道下 美里 氏（東京パラリンピックゴールドメダリスト）

西京高等学校医 杉 本 英 造

小学校4年の時に膠様滴状角膜ジストロフィーを発病し中学生で失明。短大卒業後、左目も発症し左目もわずかに見える程度。26歳から盲学校に通いダイエットを兼ねて走り始めたところ、福岡市大濠公園ブラインドランナーズクラブと出会いました。一人で行けるようにヘルパーさんと大濠公園まで行く行程の歩行訓練から始まりました。ブラインドマラソンでは選手と伴走者はロープでつながり一緒に走ります。伴走者は選手の体調、メンタルを把握するだけでなく、伴走者自身も体調管理が重要で正に二人三脚で両者が一体となって走る必要があります。それを支援するチームと共にゴールを目指します。乗り越えられない壁、悩みに会うと一人で悩まず、仲間に吐露し意見を聞き、解決法を見つけます。

日誌をつけ今をみつめ目標達成への道を探ります。2016年リオパラリンピックで銀メダル、その雪辱をバネに2020年東京パラリンピックで見事金メダル獲得。東京大会が1年間延期になった時も今の環境でできることはなにか？できることに目を向け目標を設定し、同じ目標を持った仲間を支えてもらいました。144cmと小柄ですが「あきらめない心」「挑戦する心」で次々と各地の大会に出場し、2024年パリパラリンピックを目指します。大濠公園ブラインドランナーズクラブに参加されるボランティアのなかには70歳を超えた人もおられ、大濠公園周回だけでなく福岡から鹿児島まで走ることも。その人たちからいただく経験談やパワーがまた明日への糧になります。人とのつながりが大事。

第74回指定都市学校医研修会 第1分科会【健康教育】を聴講して

川岡東小学校医 山 内 英 子

第1分科会の協議題は「主体的に心身の健康の保持増進に取り組む力を育む健康教育」

子ども自身が主体的に心身の健康の保持増進を図っていく資質・能力を身につけるための健康教育のあり方について協議することが主旨。

協議の視点は、

- 健康課題を解決するために主体的に取り組む力を育てる健康教育の推進について
- 定期健康診断を機会とした健康教育の推進について

No.1 「Well-beingを目指す「意思」をもつ子を育てる健康教育」

札幌市立緑丘小学校教諭 丸山 悠氏

この学校では「自分で決める意思をもつ子の育成」を研究主題として、普段から子どもたちが主体的に課題解決に向けて動き出す『意思』を大切に指導している。子どもたちの実態把握のために、令和4年度の札幌市学校給食栄養士会の小学校5年生・中学2年生対象の調査結果から、朝食を毎日食べている子はイライラ感が少ない、食べない児童の85%が22時以降に就眠していることをふまえ、健康であるためには「睡眠」「朝食」「運動」が大切なこと。これを4年生保健の「どうして睡眠は大切なのか」ということを課題に、普段の授業の様子を動画で見せながら説明された。一人一台端末を使い小児科医の動画、資料を使って学習。授業を終えた後は就眠時

間を早くしたり、一緒に朝ごはんを作ってみたい、家でも睡眠のことを調べたい、できる運動を毎日少しずつやってみようという子どもたちの意識の変容が見られた。一人一台端末を使用している小学校はあまり無いとみられ、司会の福岡市の校長先生がこういう授業は普通ですか、と聞かれていた。

No. 2 耳鼻咽喉科健康診断の現状について

相模原市医師会学校耳鼻科医部会

学校医 正来 隆氏

令和3年度の耳鼻咽喉科定期健康診断全国定点調査を分析した。最初に所見ありとする病名の説明をされた。写真入りで非常にわかりやすかった。所見ありの割合：疾患別で0.0%の疾患が3つ。アデノイド疑いは、健診では見えない。扁桃炎も症状のある子は受診している。口腔疾患で手術等の処置をされていない子はいないというのがその理由。相模原市では耳鼻科健診は小学1年生と4年生、中学1年生のみが全員で、他の学年は症状のある子のみの健診ということである！小中学生ともにアレルギー性鼻炎が9%で多く、次は耳垢栓塞、慢性鼻炎、扁桃肥大と続く。中学2年生で所見ありと診断された割合が増加していた。

No. 3 卓上シミュレーション研修キットの開発とその効果 ～校内緊急体制確立をめざした教職員研修の実践から～

岡山市立富山中学校養護教諭 勝田明未氏

学校の管理下で発生した事故の中には、学校による確実な安全対策の徹底により救命できた命もあったのではないかと考えられる事例も含まれていたため、校内研修の開発に取り組むこととした。教職員がグループ協議による卓上研修と、実際に動くことで事故が起きた時の役割分担や連携が体験できるシミュレーション研修を組み合わせた卓上シミュレーション研修を開発した。本実践を通して教職員には様々な緊急時の対応能力が身につくことが期待できた。現在エピペンの使用が必要になるような生徒も複数いるため、迅速な対応ができる力を育む効果を期待したい。

No. 4 生徒とともに行う心肺蘇生教育の推薦 ～「PUSHコース」を利用して～

広島市立広島工業高等学校

教諭 墨田由佳氏（代理）おがた氏

学校管理下における子どもの死亡事故原因の第1位が突然死であることを受け、平成31年度から、教職員対象の心肺蘇生等の応急手当に係る研修で「PUSHコース」を実施している。令和3年度には養護教諭がインストラクターとして行っていたものを生徒とともに実施する「広島市工3PUSHプロジェクト」を発足。生徒とともに実施することで安全な学校や地域を目指している。「PUSHコース」とはトレーニングキットを一人一個ずつ使用することで、胸骨圧迫とAEDの使い方を5分で効率よく学習することができるため授業時間内に実施可能である。

3Pプロジェクトの3PUSHとは①胸をPUSH②AEDのボタンをPUSH③あなたの勇気をPUSHを意味している。文化祭等で展示したり、令和4年度には、近隣の公民館祭りに「PUSHコース」の紹介パネルを展示している。まさに高等学校ならではの取り組み。今後は校内だけでなく近隣地域にも広がっていく予定であり、学校と地域が協力し、救命の普及活動が広がっていくことで、救える命を救うことができる社会になることを願っている。

No. 5 学校健診からはじまる小児生活習慣病検診を機会に自分と家族全体のヘルスリテラシーを たかめよう

福岡市医師会小児生活習慣病対策部会

小児科医 青木真智子氏

肥満、2型糖尿病、心血管疾患、がん、慢性呼吸器疾患などは遺伝的な背景に加え、不適切な生活習慣の継続によって発症し、生命や健康を脅かす。肥満児は成人後の死亡リスクが、非肥満児と比較して3倍も高い。また不安や抑うつ気分を呈しやすいという報告もある。一方、摂食障害は若年者の精神疾患の中で最も死亡率が高く、近年医療政策が策定されるなど注目されている。摂食障害の中でも神経性

やせ症は医学的合併症の生じるため早期発見・早期治療が重要である。

平成27年度から福岡市医師会で学校心臓健診の一環として小児生活習慣病検診を開始した。福岡市立小学校4年生が対象。平成28年度より肥満度30%以上の中～高度肥満と-25%以上のやせの児童に関し

ては二次病院への受診勧奨を行っているが、2次健診受診率は20～60%と少ない。

小児生活習慣病検診が、身体だけの問題であってはならない。いじめ・不登校が急増する現代において、多職種によるメンタルヘルスを伴った生活習慣病予防検診の構築を強く望んでいる。

第73回指定都市学校医研修会 第2分科会【保健管理】WEB参加報告

太秦小学校医 井本 雅美

協議題：心身ともに健康で安全な生活を送るための適切な保健管理

主旨：子ども達が健康で安全に学校生活を送ることができるように取り組むべき適切な保健管理について協議する

協議の視点：

○校内における感染症対策や救急体制のあり方について

○児童生徒の実態を踏まえた保健管理の取組みについて

1 題目の「学校における児童を対象とした感染予防対策～新型コロナウイルス感染症予防対策から～」(仙台市学校薬剤師会 北村 哲治先生)では、令和2年に全国の学校が一斉休校した後の学校再開にあたり、学校薬剤師に多くの問い合わせがあったため、感染予防対策を提案すると共に全学校(計193校)に対してアンケートをとって調査した内容が発表された。アンケート内容は、①消毒方法 ②換気対策 ③手洗い指導 ④口腔ケア(歯磨き、うがい)であり、その実態に基づく感染症予防ポスターの作成や手洗い教室などが実施されていた。また、私自身が日頃の学校巡視で気になっていたトイレ掃除の方式についても最後に少し触れられていた。

2 題目の『ASUKAモデル』を踏まえた、学校内での救急体制の確立に向けて～自分たちが自分たちで命を守るために～(さいたま市立大谷場中学校 保健主事 大塚 裕也先生)では、平成23年に

当時小学校6年生であった桐田明日香さんが駅伝の課外授業中に倒れて死亡する事故があったことをきっかけに「教職員だけでなく生徒もいついかなる時も救急救命をする」という共通理解ができた、という発表であった。さいたま市では900名以上の教職員が応急手当普及員の資格を持ち、資格を持つ教職員が各学校1名以上在籍しているため、児童・生徒は小学校5学年から中学校第1学年までの3年間の実習により、「普通救命講習I」を取得できるようになっているということであった。

3 題目の「知っておきたい歯のけが・口のけが～バスケットボール指導者への調査から～」(横浜市立川井小学校 学校歯科医 齋藤 牧先生)の発表では、口のけがにおけるマウスガードの有用性、また、外傷で歯が抜けてしまったときには、絶対水洗いせず、歯の根には触れず、保存液につける、保存液がないときには牛乳につけて歯科医院に持って行く、ということを学んだ。

4 題目の「自らをコーディネートし、健康作りに取り組む子どもの育成～withコロナ、アフターコロナを生き抜く子どもの育成～」(北九州市立白野江小学校 養護教諭 原口 暁先生)では、“持続可能な”感染対策について、学校行事、健康診断、児童会・生徒会の活動、PTA活動などにおける、児童、教職員、家庭、地域が一体となった取組みについて発表された。

5 題目の「連絡アプリを活用した健康観察の充実

について」(浜松市立北部中学校 養護教諭 河合真依先生)では、毎日の児童の健康チェックを、紙媒体だけでなく連絡アプリを導入してデジタル化する

ることによって、保護者・教職員双方の負担の軽減、また学校全体が組織的・継続的に健康観察を行えるメリットについて発表された。

第73回指定都市学校医研修会 第3分科会【心の健康】WEB参加報告

宍陰小中学校医 杉本英造

協議題：子どもの心の健康づくりと支援体制のあり方
主旨：現代的な健康課題に直面する子ども達の心の健康づくりを推進するための効果的な取り組みや支援体制について協議する

協議の視点：現代的健康課題の実態と解決に向けた取り組みについて
豊かな心を育てるための教育活動や支援のあり方について

①保健室利用データの可視化による現代的健康課題の解決に向けて 大阪市教育委員会
大阪市では校内支援システム保健系機能が導入され、保健室を利用した子どもの情報を入力し記録。利用日、個人、症状別に集計し、個人・学級・学校全体の保健室利用が可視化できる。卒業後の引継ぎ、頻回利用する個人、学級を学校全体で支援するのに有用。

②主体的・対話的で深い学びの実現を図るための学級活動の取組
～ストレスマネジメントに関する授業実践～
千葉県立更科小学校

全校51名の小規模校で、幼稚園から中学まで同じ顔ぶれという限られた環境で、新しい環境への適応や人間関係づくりが苦手。ストレスについて認知し軽減する方法を学ぶ。ストレスと向き合い、心の荷物を背負い筋力をつけ成長していく。

③生きる力をはぐくむ心の健康教育のあり方
～人とかかわり合いを通して心の回復力を高める保健指導の工夫～ 新潟市立新潟柳都中学校
レジリエンス(逆境や困難から立ち直る力)教育の推進。思考を可視化し生徒がかかわり合う授業。自分の感情を認知し、心の状態を認めるために感情

の変換方法を考え、物事に対して多様な捉え方ができることを実感する。視野を広げ他者への気づきを成育。

④生徒が登校しやすい環境づくりをめざして
～不登校対策に向けての校内組織について～

熊本市立西原中学校
622名の生徒で不登校出現率 5.84～7.86%(全国平均5%)と高く「不登校対象モデル事業」。登校支援委員会を毎週火曜に開催(校長・教頭・教諭・生徒指導主事・養護教諭・SC・SSW・不登校対策サポーター) 教育相談室(8組)を不登校対策サポーターが対応し、教室外登校の場所としてステップルームとなり、「小さなコミュニティ」「生徒主体の活動の場」として友人、仲間を形成。愛の1・2・3・10運動：欠席1日で電話連絡、2日連続で家庭訪問、3日連続でチーム対応し欠席長期化しないよう対応。年間10日超えると、担任、学年部職員で教育相談、家庭訪問。「つながる会」(不登校保護者の会)も年3回開催し保護者と学校をつなぐ。チームで対応することの重要性と教員の過重労働もありメンタルヘルスに注意が必要。

⑤身を守るこころの強さを身につける「体験型防煙授業」
神戸市学校薬剤師会
防煙授業にてタバコの害を啓蒙。米国で放映されている健康を害した患者動画を供覧。

お世話になった先輩からタバコ、薬物の誘いを受ける設定でロールプレイ後、意見交換。喫煙の始まりは親しい人からの誘いが多いので断る勇気、自己肯定感を育成する。薬物は警察に捕まるという法律面だけでなく身体に様々な影響を与えることを科学的な面から理解させる。

第73回指定都市学校医研修会

第4分科会

協議題	学校・家庭・地域の連携協働による学校保健活動		
主旨	子ども達のすこやかな成長において、学校・家庭・地域で連携して取り組むべき学校保健活動について協議する。		
協議の視点	○学校、家庭、地域が連携した学校保健活動の推進について		
口頭提言題 及び提言者	NO.1	地域と連携した薬乱用防止教育の取組	京都市立東山泉小中学校 宇賀神 恵里
	NO.2	総合防災訓練時における学校薬剤師の活動と名古屋市の災害備蓄医薬品について	名古屋市薬剤師会 学校薬剤師 山口 一丸
	NO.3	コロナ禍の学校健診アンケート結果の一考察	川崎市歯科医師会 地域保健部 学校歯科委員会 加藤 善郎
	NO.4	グループ校における健康教育の推進	静岡市立千代田小学校 養護教諭 小田 由貴子
	NO.5	時代と共に変わりゆく薬物乱用防止教室	堺市学校薬剤師会 副会長 福田 尚弘

全 理 事 会

令和5年8月5日
於：旅館三賀

出席者 杉本会長、井本・山内副会長、安野専務理事、大久保・川勝各常任理事、八田・関沢・関・公手・辻・廣田各理事、嶋元眼科学校医会幹事、平杉耳鼻咽喉科専門医会理事、林議長、東道監事

会長挨拶

<報告事項>

1. 市教委との懇談会 7/1
於：ホテル日航プリンセス京都
2. 色覚相談 7/4 2名、8/1 1名
3. 京都市学校保健会 理事会・評議員会
7/11 於：京都市総合教育センター
杉本・井本・長村
4. 精神衛生研究会 7/13
5. 第34回水泳記録会 7/27
於：京都アクアリーナ 奥村顧問

6. 第45回近畿学校保健連絡協議会 7/27
於：奈良公園バスターミナルレクチャーホール
杉本
7. 京都市学校保健会 令和5年度功労者表彰について 西村康孝先生、山口陽弘先生を推薦
8. 各支部報告
9. 学校検診における心雑音について
10. その他

<協議事項>

1. 健康診断における上半身脱衣について
2. はじめてのがん検診事業について
3. 養護教諭との懇談会協議事項について
4. 会員名簿について（眼科は氏名のみ）
5. 就学前の予防接種配布プリントについて
6. その他

<関連学会・各種協議>

1. 色覚相談 なし
2. 京都市養護研究会との懇談会
8/26 17:00～ 於：百足屋
3. 第4回常任理事会 9/2 14:00～
4. その他