



第548号 令和6年3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2回 ^{みやこ}京キッズRUN

高倉小学校医 安野哲也

日時 令和6年2月11日(日)
出務 杉本英造 安野哲也
傷病記録 捻挫2名 打撲2名 挫創4名
胸痛1名 咽頭違和感1名
その他9名

第二回となる大文字駅伝代替大会です。この日はさほど寒くなかったのですが、前夜は雨が降って冷え込んでいて、当日朝、競技前はトラックが凍結していたそうです。大会スタッフの早朝からの尽力で水を溶かして、時間通りに競技が始まりました。

天気は不安定で晴れ間が出たり、雨が降ったりとコロコロと変わる3歳児の気分みたいな天気でした。競技が始まった頃は雨は降っておらず、こける児は少なかったのですが、雨が降り出すと転倒して捻挫する児や擦過創を作る児が増えました。

そんな中、走り終えたら胸が痛いと言ってくる児がいたり、走り終えたらのどが痛い、血の味がすると訴えてくる児もいました。

スタンドでは同級生たちがあらん限りの声で応援しています。トラックでは各学校での練習の時よりも遥かに多い人数が一斉に走ります。あまたのライバルより前に、あわよくばトップでゴールをと、おそらくは練習の時以上の力で走ってきたのでしょう。スタンドの応援に大きな後押しをもらって。胸が痛くなるまで、血の味がするまで走った児童たちを褒め称えたいと思います。

仲間存在と、ライバル存在がひとを成長させてくれるのでしょうか。その存在を胸に刻んで、この先の人生も駆け抜けていきましょう。ゴールは、未来です。

第72回 近畿医師会連合学校医研究協議会総会

令和6年2月18日(日) びわ湖大津プリンスホテル

会長 杉本英造

目的：近畿2府4県の学校医の地位向上を図り、学校保健に関する学術研究を行い、もって地域保健の推進に寄与する

研究発表

- 「奈良県眼科医会色覚相談の現状と課題」
奈良県医師会 阪本卓司
- 「学校医による有効な喫煙防止教育についての検討 ～高校3年生アンケート調査より～」
和歌山県医師会 上田晃子
- 「学校運動器検診の周知と学期運動器障害の予

防についての新たな映像コンテンツの効果」

- 京都府医師会 小室 元
- 「児童生徒のこころのケア～大阪府医師会における関係機関との連携の取り組みについて～」
大阪府医師会 安田由華
- 「兵庫県内各自自治体における学校心臓検診・腎臓検診システムの検討」
兵庫県医師会 松浦伸郎
- 「大津市子ども発達相談センターを利用した中学生に関する調査」
滋賀県医師会 龍田直子

講演

『子どもの近視と光について知っておくべきこと』

京都府立医科大学 眼科学教室 講師 稗田 牧

近視の定義は調節が弛緩した状態で-0.5D以下の屈折度（ピントがしっかり合う最も遠い距離が2mより近い）。小学校入学時は正視が多いが、小・中学校生活で半分以上が近視になり、京都市では小5で35%。進行は20才まで続くがピークは中学生で、強度の近視ほど長く進行し、早期に発症する近視ほど強い近視になりやすい。近視性黄斑変性症などの視覚障害の原因となる。近視進行予防に承認された治療法はなく、今後進行予防、発症予防の治療法が承認されることが予測されるが新しい治療の利点と欠点を理解することが必要。

近視進行のリスクファクター

- A. 眼以外の要素：遺伝・戸外活動（戸外活動が長いと近視抑制）・教育・服薬（糖尿病、高尿酸血症薬服用者は近視が強い傾向）
- B. 眼の要因：遠視性啓蒙・眼軸長・高次収差・眼圧・色覚・調節・輻輳

近視の進行予防法

視生活習慣改善：30-30-30-30ルール

読む距離30cm以上離して、30分近業したら、30m以上先をみて、30回まばたき。

低濃度アトロピン点眼、オルソケラトロジー、多焦点眼鏡、コンタクトレンズ

光の影響：ブルーライト、バイオレットライト、レッドライト

第72回近畿医師会連合学校医研究協議会総会（令和6年2月18日）

「学校運動器検診の周知と学童期運動器障害の予防についての新たな映像コンテンツの効果」

京都府医師会 小室 元

部活動やならいごとでの、オーバーユースによる学童期運動器障害が問題となるとともに、側弯などの早期発見のため2016年より運動器検診が開始されました。しかし、運動器検診の本来の目的が検診対象者に伝わりづらい現状があります。また学校体育や部活動の現場での学童・保護者・指導者のケガの予防やオーバーユースに対する理解も進んでいません。運動器障害の予防と学校医の先生の労力を減らすためのアプローチを京都整形外科医会として検討しています。

学童の運動器障害は治療手段として手術や投薬よりも、リハビリ、生活指導および環境調整が中心となるため、発症前の予防をもっと伝えたい。その手段として簡易ヒアリング調査の結果、運動器検診にたいする理解・認知は、医療職でなければ、「運動器検診」の存在に気づいておらず意義を理解していない、保健調査表は無意識のうちに記載しているケースが多く存在に気づいていない、整形外科と接骨院・整骨院の違いを正しく認識していない保護者の存在、ケガ・障害が起こったときに、どこに連れていけばよいのかを理解していない、ということがわかりました。それらの事柄にたいする啓発が必要

とされていました。

一方、今後啓発活動で学童に対する媒体を何にするか議論し、コロナ以後の現代はTVやDVDではなく、スマートフォンやタブレットでの動画視聴が有効と考え、そのための3分程度のショート動画を作成しyoutubeにアップしました。体をやすめてしっかり治療することが未来につながる展望の映像コンテンツの方向性を決定し、著名なアスリートによるインタビュー動画、および京都発の時代劇仕立ての運動器障害予防と学校運動器検診のテスト動作の動画を作成しました。視聴後の動画の理解度アンケートをgoogle formを使い115人からの回答で96.5%はわかりやすいとの結果を得ています。

コロナ禍により学校現場でのオンライン教育が急速に普及しスマートフォンやタブレットで視聴できる映像コンテンツは学童保護者の理解に有用であり、広く啓発映像を視聴させることで運動器検診と運動器障害への理解が深まることが期待されます。動画は以下のQRコードをスマートフォンで読み込むことでyoutube動画を視聴可能であり、フリー使用を認めていますので、学校医の先生と学校現場で活用していただけることを望みます。

MOVIEの方向性

目標に向かってひたむきに練習に取り組み子どもたちであるため、痛みやケガが原因で「練習できない」「試合に出られない」となると、心理的ダメージが大きい



MOVIEでは、体を休めてしっかり治療することが、未来の結果に繋がるという“明るい展望”を伝える

A総論 プラン

2019年、2023年ラグビーワールドカップ日本代表メンバー 坂手淳史選手 ケガを乗り越えた経験と、子ども達へのエールを語ってもらう



ラグビーの練習場所は埼玉

選手から子ども達に向けてのショートメッセージ動画を撮影し、MOVIEの冒頭で披露する。



B各論:時代劇「肘肩腰三！」(京都発)

- 普遍的内容とするため、架空の時代劇ストーリー 興味関心をもってもらうことが第1目的
- 新選組の土方歳三の弟「肘肩腰三！」 主演:栗塚旭(くりづかあさひ)「新選組血風録1965-66」
- 3分×5話構成で、学校活動内で視聴できるよう。
- 1話 けがの時の魔法の言葉! 「安静、冷却、固定、挙上」→外傷の処置
- 2話 くりかえし動作に注意! →オーバーユースへの注意
- 3話 肘肩腰三の動作チェックの巻→学校運動器検診チェック動作
- 4話 閉じ込められた姫~運動をしよう! →側弯、扁平足への指導
- 5話 肘肩腰三の教え~やすむ勇気をもとう! →運動器障害への対処

動画視聴動向 TV、DVD→スマホ、タブレット



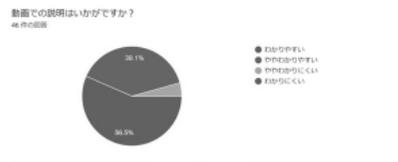
令和3年度 青少年のインターネット利用環境実態調査(内閣府)

第3話 肘肩腰三の動作チェックの巻 (学校運動器検診時テスト) 3分15秒(ここではショート版約1分)



各動画に京都整形外科医会HPへのQRコード添付 HPへの誘導 HPへ予防、疾患解説、運動器検診解説など掲載。

動画の観やすさ 96.5%が受け入れ



京都整形外科医会YOUTUBEチャンネル開設 各動画をアップ チャンネル登録視聴お願いします!

京都整形外科医会 小児運動器障害予防啓発動画

ココにアクセス ⇒ ⇒ ⇒

子供のけが予防チャンネル



第 10 回 常任理事会

令和 6 年 2 月 29 日 於 事務局

出席者 杉本会長、井本・山内副会長、大久保・西村・
守上各常任理事、嶋元眼科学校医会理事、
松波耳鼻咽喉科専門医会理事、林議長、
長村・東道監事、鈴木顧問

会長挨拶

<報告事項>

1. 色覚相談 2/6 2名、2/20 2名
2. 精神衛生研究会 2/8
3. 第2回京キッズRUN（大文字駅伝代替大会
1000m記録会）2/11
於：たけびしスタジアム京都 杉本・安野
4. 第72回近畿医師会連合学校医研究協議会総会
2/18 13:00～
於：びわこ大津プリンスホテル 杉本
5. 令和5年度生命のがん教育推進プロジェクト事
業プロジェクトチーム会議 2/26
於：WEB 井本
6. 南大内小学校と大藪小学校の学校医について
7. その他

<協議事項>

1. 定期健診における代診について
2. 学校医の定年制について
3. 成長曲線 養護教諭アンケート結果
4. 総会資料について
5. その他

<関連学会・各種協議>

1. 色覚相談 3/5、3/19、4/2、4/16
各2名
2. 京都府医師会新任学校医研修会 3/5
14:00～ 於：WEB 杉本
3. 精神衛生研究会 3/14、4/11
14:00～
4. 京都市学校医会新任校医研修会 3/21
14:00～ 於：こどもみらい館4階
杉本・井本・山内、松波先生
5. 全理事会 4/4 14:00～ 於：事務局
6. 第11回常任理事会 4/6 14:00～
於：事務局
7. 第73回京都市学校薬剤師会懇親会 4/6
於：ザ・サウザンド京都 杉本
8. 令和6年度京都市学校医会総会 4/20
15:30～ 於：竹茂楼
9. その他

●●● 令和6年度 京都市学校医会総会 ご案内 ●●●

（京都府医師会指定学校医1単位取得）

期 日 令和6年4月20日（土）

場 所 竹茂楼（左京区粟田口鳥居町65 TEL 771-4185）

1. 総 会 午後3時30分より
2. 講演会 午後4時30分より
講師 山五陶勝窯 市野 勝磯 氏 演題 『丹波焼の伝統と新感覚との融合を求めて』
3. 懇親会 午後6時より 会費 10,000円（当日受付にて）

キャンセルに関して：2日前以降もしくは無断キャンセルにつきましては会費のご負担をお願いいたします。

お申込みは**3月末日（必着）**で、往復葉書（3月初旬に送付済み）でのご返信、または学校医会事務局（TEL 075-256-0351）までご連絡ください。