

学校保健

茨城県学校保健会

第 62 巻

第 1 号

平成30年9月1日発行

より良い習慣を身に付けるための取組



子供たちが、食事や運動、衛生管理に関するより良い習慣を身に付け、将来、自らの健康や体力を常に意識した生活を送ることができるようになることは、学校保健の重要な使命であると考えます。これまでに、その習慣化に向けて、

学校課題に応じた特色ある取組で成果をあげてきた学校を知ることがありました。

学校の統廃合により、これまで2～4 kmの道のりを徒歩で登下校していた児童が、スクールバスで自宅のすぐ前から学校まで通うことになった小学校。児童の肥満傾向が顕著に見られるようになったことから、毎朝登校後、グラウンドのトラックを5周程度歩く時間を設けるとともに、休み時間等、保健室で自由に体重を測定できるような機会を設けることで、体重の自己管理に努めさせていました。

体力テストの上体起こしや長座体前屈といった柔軟性が、他校に比べて際立って優れた小学校。毎日、宿題として「ブリッジ3回」「開脚での前屈3回」といった課題を与え、保護者に確認していただきながら行っているというのです。こ

茨城県学校保健会副会長 伴 敦夫

の学区の中学校の生徒も柔軟性が高く、陸上や各運動部の大会でも好成績を収めていました。

体力テストの50m走や立ち幅跳びが、前年より飛躍的に向上した小学校。グラウンドに、25mの直線コースやS字コース、ドッジボールのコートのラインが常に引かれてあったり、昇降口前に縄跳び用のジャンピングボードが置かれていたり、休み時間、児童たちが飛び出していった運動したくなる環境が整えられていました。

修学旅行の東海道新幹線の車内で、昼食の弁当を食べた後、自主的に歯磨きをする生徒が洗面所に列をつくっていた中学校。給食の時間の一部に「歯磨き」を位置づけたり、年数回歯磨きキャンペーンを実施して、歯磨きの時間に生徒会の保健委員会の委員が各教室を回り、学校歯科医から指導を受けた磨き方を示しながら、全員で3分間の歯磨きを行ったりしているというのです。

「早寝早起き、朝ご飯」に取り組み、大きな成果をあげている学校もありますが、小中学校の時期に子供たちが自然に身に付けたより良い習慣は、将来、健康維持や体力の向上に努めようとする積極的な態度に結びついていくものと考えています。

時 流

睡眠の重要性を再考する

サッカーのW杯での日本代表の奮闘、二刀流大リーガーの大谷翔平選手の活躍等、見逃せない情報満載の毎日である。時差のある情報によって、睡眠不足を覚悟しながらのテレビ観戦は、年齢的に厳しい状況である。今更ではあるが、寝不足は健康によくないと痛感している。

行政勤務の時代、新任である私に先輩からのアドバイスがあった。「食事は抜いてもいいが睡眠だけは確保しろ。」どちらも重要ではあるが、多少の時間のずれはあっても食事はとれるが、睡眠だけは調整できないことに気づいた。そのために帰宅が極端に遅い日は食事をせずに就寝するという習慣

龍ヶ崎市教育委員会教育長 平塚 和宏

が身についてしまった。

その結果、就寝前の食事では体内の活動が活発になり交感神経が働き、安眠のために不可欠な副交感神経が機能しなくなるという事実を体験的に知ることができた。さらには空腹状態での朝食は格別にうまいことも知った。

スマホ等の使用が大きな社会問題になりつつある。睡眠を促す「メラトニン」の分泌を妨げるスマホ等のブルーライトは子供の健康を脅かすものである。せめて就寝1時間前にはやめなければならないという根拠を示し、説得力のある指導を進めてみたいと思うこの頃である。

平成30年度 茨城県学校保健会評議員会(総会)

平成30年度茨城県学校保健会評議員会(総会)が、6月28日(木)に茨城県メディカルセンター内茨城県医師会会議室に於いて、出席者(評議員・役員)56名で開催されました。

- 1 開会のことば 根本 清美 副会長
- 2 会長あいさつ 諸岡 信裕 会長
- 3 来賓あいさつ 県教育庁学校教育部保健体育課
益子 雄行 課長

4 報告及び協議

- (1) 平成29年度事業報告
- (2) 平成29年度決算報告
- (3) 監査結果報告
- (4) 役員改選

会 長 諸岡 信裕 (県医師会長)
副会長 松崎 信夫 (県医師会副会長)
森永 和男 (県歯科医師会長)
根本 清美 (県薬剤師会長)
横田 和巳 (県高等学校長協会会長)
伴 敦夫 (県学校長会長)
監 事 江原 孝郎 (県医師会)
征矢 亘 (県歯科医師会)
大曾根清朗 (県薬剤師会)
朝倉 美広 (県学校長会)

(5) 退会役員感謝状贈呈 (敬称略)

副 会 長 稲見 隆
小島 睦
常任理事 河原井勝雄
都築 保夫
渡邊 恭子
猪瀬 英子



5 その他

保健体育課からの行政説明

講師 県教育庁学校教育部保健体育課健康教育推進室
湯浅 友明 室長

6 閉会のことば 森永 和男 副会長

本年度の主な事業

- 1 委嘱事業
「学校保健委員会研究実践校」の委嘱(1年間)
・潮来市立日の出小学校(公開日12月6日)
・城里町立桂中学校(公開日12月7日)
- 2 研修事業
・茨城県学校保健・学校安全研究大会
(県教育委員会と共催)
1月29日(火)茨城県立県民文化センター
・職域部会研修会・講習会 各部会で実施
- 3 各種委員会
・会報編集委員会
・尿・心臓病検診結果検討委員会
・保健統計作成検討委員会
・肥満対策委員会
・ほう賞選考委員会
・医薬品及び資材審査委員会
・「全国健康づくり推進学校表彰」推薦委員会
- 4 各種大会
・第69回関東甲信越静学校保健大会
8月23日(木)群馬県高崎市
・平成30年度全国学校保健・安全研究大会
10月25日(木)～26日(金)鹿児島県鹿児島市
・日本学校保健会事業報告会
2月21日(木)東京都港区



- (7) 平成30年度事業計画(案)
- (8) 平成30年度予算(案)
- (9) その他
・学校保健委員会研究実践校について

議事の一致は、全員一致で承認されました。

教育行政

これからの学校における健康教育

茨城県教育庁学校教育部保健体育課長

益子 雄行



茨城県学校保健会の皆様には、日頃より本県教育の推進に当たり、御理解と御協力をいただき、厚く御礼を申し上げます。

さて、近年、少子高齢化、情報化、国際化などの社会環境や生活環境の急激な変化は、子供たちの心身の健康にも大きな影響を与えており、生活習慣の乱れ、メンタルヘルスに関する問題、がん教育、熱中症、アレルギー疾患及び感染症などの現代の健康課題は深刻化しております。これらの問題に対し、学校における十分な対策・対応が求められています。

また、平成30年4月には学校環境衛生基準が一部改正され、教室等の温度設定や飲料水の水質など、学校環境の維持管理についても、適切な対応が必要となっています。

さらには、自然災害や事件・事故から児童生徒の安全を確保するため、施設・設備の安全点検や不審者対応など、より一層、十分な安全対策を講じることが必要であり、児童生徒に対する教育面の課題に加え、健康・安全に関する管理面においても、多岐にわたる対応が必要な状況にあります。

そのような中、今般、学習指導要領が改訂され、その

基本的な考え方として、「子供たちが未来社会を切り拓くための資質・能力を一層確実に育成することを目指す。その際、子供たちに求められる資質・能力とは何かを社会と共有し、連携する『社会に開かれた教育課程』を重視すること。」が掲げられています。

特に、必要とされる資質・能力の一つに、「健康課題等に関心を持ち、主体的に自他の健康な生活を実現しようとしたり、健康的な社会づくりに貢献しようとしたりする態度」が挙げられますが、児童生徒が健全な社会の一員として、心身ともに健康で安全な生活を生涯にわたって実現させるためには、児童生徒の発達段階に応じた、系統的・体系的な教育課程を、家庭や地域社会との連携・協働によって編成することが重要です。

また、健康教育は、体育・保健体育の授業だけではなく、家庭科等の他教科に加え、道徳や特別活動、総合的な学習の時間など、教科等横断的に取り組むことが大切であり、特に、外部専門家等の人的資源を積極的に活用することが、効果的な健康教育につながるものであると考えます。

県教育委員会としましては、健康教育の充実を図るため、これまで以上に、家庭、地域、関係機関等との連携を深めたいと考えておりますので、今後とも御支援・御協力をお願いいたします。

処方箋

茨城国体開催に向けたアンチドーピング活動

茨城県薬剤師会学校薬剤師部会

副部会長

小沼 祐之

去る平成30年5月26日、27日に常陸大宮市の西部総合公園体育館に於いて都道府県対抗なぎなた大会（いきいき茨城ゆめ国体なぎなた競技リハーサル大会）が行われた。会期中は実行委員として参加させていただき、その際、市からの依頼により各県からの参加者に対してアンチドーピング啓発活動を実施した。他県より参加された選手たちへ、ドーピングにまつわる簡単なクイズに答えていただき、身近な医薬品のなかにもドーピング違反になる物質が存在すること等を理解していただくという趣向なのだが、意外にも質問の回答の正解率が高く、詳しく聞いてみると各県内の競技団体では定期的な講習を受けているとの事で参加者の知識の高さに驚いた。

一昨年の岩手国体で自転車競技選手の国体初ドーピング陽性事例、昨年の愛媛国体に於けるライバル競技者の飲み物への違反物質混入事例と近年連続して起きている

さなか、今、リハーサル大会や予選大会が実施され着々と自県開催に向けて準備が進んでいるところかと思われる。そんななか、選手たちへのドーピングに対する啓発が万全なのかを疑問に思う。各競技団体からアンチドーピングの講習依頼を受け実施しているが、スポーツ本来のもつフェアな精神や魅力的な世界観を損なわないためにも中学校、高等学校において段階を踏んで教育すべきなのではと感じている。

ドーピング物質の全てを理解していただく必要はなく、むしろ有識者へ相談するという体制を理解していただくことが重要で、そこには「かかりつけ薬剤師」を見つけて頂く事もひとつの選択ではないかと思う。

我々学校薬剤師の職能のもと、「薬物乱用防止教室」「くすりの教育」に加え、国体開催までのこの1年間は、「アンチドーピング教育」が行われることを強く期待している。



〈今、子どもたちは〉 これからの健康教育の手がかりとしての 子どもの「いま」を考える

茨城大学教育学部 教授 瀧澤 利行

子どもたちの日々

先日、何人かの養護教諭の先生方の集まりで、「今の子どもたちは（ ）。」の空欄に日頃の実感で何か言葉を入れてみて欲しいとお願いしたところ、最も多く埋められた言葉は「疲れている」であった。確かにいまの子どもたちは忙しい。学校、塾、習い事、地域スポーツ、友だち関係などなど、子どもが関わらなくてはならない世界はいくつもある。そして学校での生活に分け入ってみても、授業や特別活動はもちろんのこと、中学生や高校生は課外の部活動にとまさしく「追われる」かのごとく活動している。これらに加えて学校では創意に満ちたさまざまな教育の試みがなされている。

私の子どもの頃、つまり1969年の小学校入学から1981年の高等学校卒業までの東京下町での12年間を思い返すと、ずいぶんと余裕のある日々だった。もちろん塾や習い事に通ってはいたし、部活動もしていたけれども、塾でも遊びの時間があつたし、部活も適当にサボってもあまりとやかくいわれなかった（強くなかったから当然なのだが）。中学校に入っても原っぱで遊びまわっていたし、高校の帰り道に映画を見に行ったりしたものだった。身体が「疲れたな」と思うことはあつたが、少なくとも心が疲れることはなかった。

今の子どもたちは、身体はもちろん、人間関係や将来の進路選択、あるいは生き方の模索など心の深いところで何かしらの不安を抱え、子どもの頃の早い段階で「しっかりとした生き方」を大人たちから求められるようになっていく。これもある意味での少子化の影響なのであろうが、ひとりひとりの子どもへの過剰な期待やあるべき姿が大人たちから要求されることにより、無邪気に子どもの「いま」を「今」として生きることが許されなくなっている。「いま」は「未来」「将来」のための「今」なのである。

触れあいの距離と子どもの生活圏

常日頃、授業に通っている某私立大学に行く際の通学バスで何年も前から感じる現象として「詰めない若者」を感じる。もう少し詰めればもっと乗ることができるのに乗ることをせず、遅刻することを承知で次のバスを待つ。なぜ詰めないのかと問うと「知らない人と触れたくない」と言った。周囲も頷いた。「知らないって同じ大学の学生じゃない？」と訝ると、「同じ大学だって知らない人は知らない人、知っている人だったらくっついていいけれど」という。また、別の大学で履修者が少数にもかかわらず大教室で授

業をせざるを得なかったら、まだ授業中であるのにもかかわらず平然と後方の座席に次の授業の席取りをした。授業中である旨を告げて出ていけない。不愉快である旨をかなりきつく言っても聞こえていないかのように振る舞った。

この2つのできごとから思い立ったのは、大学生世代を含むいまの子どもたちには「公共圏（人々の間に存在する共通の問題（政治、経済、文化など）への関心によって成り立つ生活圏域）」の概念が喪失し、私圏（自己自体の生存を追求する圏域）と親密圏（自己とお互いに認め合う他者との間で身体への配慮に基づいて形成される圏域、具体的には家族と「彼氏」・「彼女」といわゆる「マブダチ（ほとんど自己のすべてを開示できる親しい友人）」の往来だけで生活の場が成り立っていることである。そこが「公共」の場であつたとしても、自分の意識を「私化」すれば、それは自分の場としての正統性をもつ。電車の中で部活帰りの高校生が大声で話することができるのも、そこが彼らにとっては公の場ではなく、親密な者同士の語りの場でしかないからである。

「公共圏」の再認識と健康教育の課題

以上で述べたことは、これからの健康教育の課題と実はきわめて深く関係する。これまでの学校における保健教育は同心円の構造として、小学校は主として「自分と自分の生活のこと」、中学校はそれをもとにして「他者との関係を主軸とした社会のこと」、高等学校では小・中学校の内容を基盤として国や制度、環境といった「公共のこと」へと学習内容が発展していく。しかしながら、学ぶ内容が公共的なものであつたとしても、子どもたちの生活圏が私圏と親密圏に限られたものであつては、「公共圏」へ彼ら自身が足を踏み入れることはできない。ではこの公共圏へはどのようにすれば接近し、その中に自己を投入することができるのか。それにはやはり大人が子どもたちを徒に垂直的な「未来」に駆り立てることをせず、今の子どもたちの世界を水平的にじっくりと拡大していくこと、すなわち子どもを親密圏のみで生活させることばかりでなく、大人との交わりがある場所に誘い、そこで一定の役割を担うことを体験させることが求められる。近年、着目されているシチズンシップ教育（市民性教育：現実の社会に起こっている政治や経済、開発、多文化共生などを参加的に学習する教育形態）などの成果に学びながら、子どもに広がりのある視野をもたせる経験が重要となつてきている。

すまいる

「むし歯は減って来たけど・・・？」

日立市立平沢中学校 学校歯科医 征矢 亘

平成28年の12歳一人平均むし歯数では、全国は0.8本で、茨城県は1.1本です。全国と比較すると少し高い値です。日本一むし歯が少ない県は新潟です。どうして新潟県が良い成績かというところ、新潟県は昭和56年に子どものむし歯予防に重点を置いた「むし歯半減10か年運動」を開始しました。当時は12歳児の90%以上がむし歯をもち、一人平均むし歯数が5本以上という状況でした。それから35年以上にわたり、県は県歯科医師会、大学、県教育委員会等と連携を図りながら、全国に先駆けて、学校等における集団フッ化物洗口や、学校と歯科医院が連携したむし歯予防を積極的に推進してきました。その結果、12歳児のむし歯数は13分の1以下に減少し、12歳児の8割は、永久歯のむし歯が1本もありません。ところが、茨城県においては、小学校における集団フッ化物洗

口を行っている学校はゼロです。平成22年に策定された、茨城県歯と口の健康づくり8020・6424推進条例の第11条では、幼児期及び学齢期におけるフッ化物応用等の科学的根拠に基づいたむし歯や歯肉炎の予防対策等の実施を推進することと定められております。ぜひ今後茨城県においてもまずは幼児期及び学齢期におけるフッ化物洗口を取り入れていただけることを、県民目線で考えお願ひしたいところです。しかし幸いなことに、2017年3月に、薬用歯みがき剤におけるフッ化物の配合量を上限1,000ppmから1,500ppmまで引き上げるという認可が厚生労働省にてくだされました。このことだけでもより健康な子供たちが増えると思います。今後益々、科学的根拠に基づいた対応が望まれますね。

学校現場から

「食で子供たちの成長を支えたい」

ひたちなか市立長堀小学校 栄養教諭 保立 貴博

「先生、家では肉じゃがなんて食べられないから、おかわりしました。」「今日も給食おいしかったです。」「そうか、よかった。ありがとう。」実際に給食を食べている子供たちとのこうした関わりが、私の仕事の大きなやりがいです。毎日、各学級や配膳室をまわって、食べる側と作り手のお互いの顔が見える関係を築くことを大切にしています。

男性の栄養教諭ということで、様々な場面でよく珍しがられますが、私の存在を知ってもらうことで、性別に関係なくできる仕事だという認識が、これから広まっていったら嬉しいです。

そもそも、なぜ栄養教諭という仕事を選んだのか。そのきっかけは、私の学童期にありました。子供の頃から、食べることが大好きで、見た目で肥満だとわかる、いわゆるカエル腹の子供でした。また、共働きの両親の元で育ったこともあり、家族のために料理をする機会がよくありました。そこで、自分が作った料理を「おいしい」と笑顔で食べてくれる家族の姿を見て、人のために尽くす喜びを実感しました。成長するにつれ、自分の肥満とも向き合い、健康を考えていくようになりました。そん

な中、ふと流れたテレビのニュースで、国全体において子供たちの食生活がないがしろになっているということを知り、危機感を抱きました。そして、進路を決めるタイミングで、栄養教諭制度ができたことを知り、自分が子供たちの健全な成長を食で支えていくことを決意しました。

女性が多い職場だということをあまり知らなかった私は、何とかなるだろうという安易な気持ちでこの世界に飛び込み、最初は後悔しました。やっていけるのか不安な毎日でしたが、志が同じであるを感じていくと、抵抗なく過ごせるようになりました。今ではこの道を選んだことを誇りに思い、生きていく上で欠かせない「食」を通して、子供たちの成長に関わることができる栄養教諭を素晴らしい仕事だと日々実感しています。

給食を通して、子供たちに食の知識を増やして、それが子供たちの生きる力にもなるようにと願っています。そして、子供たちが大人に成長した時に、食の大切さを一人でも思い出してもらえたら、これ以上の幸せはないと思います。

法律と学校保健

児童生徒への対応において、判断に迷ったり、疑問を感じたりしたことはありませんか？的確に対応する上で、法律の裏付けを理解することは重要なポイントです。今回は、児童虐待について取りあげました。

児童虐待について

※ 児童虐待の防止等に関する法律（平成12年法律第82号） 最終改正：平成23年法律第53号

Q 児童虐待の定義を教えてください。

A 「児童虐待」とは、保護者（親権を行う者、未成年後見人その他の者で、児童を現に監護するものをいう。）がその監護する児童（18歳に満たない者をいう。）について行う次に掲げる行為をいいます。

- 1 身体的虐待…児童の身体に外傷が生じ、又は生じるおそれのある暴行を加えること
- 2 性的虐待……児童にわいせつな行為をすること又は児童をしてわいせつな行為をさせること
- 3 ネグレクト…児童の心身の正常な発達を妨げるような著しい減食又は長（養育放棄）時間の放置、保護者以外の同居人による身体的虐待、性的虐待又は心理的虐待と同様の行為の放置その他の保護者としての監護を著しく怠ること
- 4 心理的虐待…児童に対する著しい暴言又は著しく拒絶的な対応、児童が同居する家庭における配偶者に対する暴力その他の児童に著しい心理的外傷を与える言動を行うこと

※（児童虐待の定義）第2条 参照

Q 通告はどのようにするの？

A 児童虐待を受けたと思われる児童を発見した者は、速やかに、これを市町村や県の設置する福祉事務所若しくは児童相談所に通告しなければなりません。

守秘義務に関する法律の規定は、通告をする義務の遵守を妨げるものと解釈してはなりません。

※（児童虐待に係る通告）第6条 参照

Q 親はしつけの範囲だと言うのですが？

A 児童の親権を行う者は、児童を心身ともに健やかに育成することについて第一義的責任を有するものであって、親権を行うに当たっては、できる限り児童の利益を尊重するよう努めなければなりません。

何人も、児童の健全な成長のために、良好な家庭的環境及び近隣社会の連帯が求められていることに留意しなければなりません。

※（国及び地方公共団体の責務等）第4条 参照

「養護教諭のための児童虐待対応の手引」文部科学省発行（平成19年10月）

「子供たちを児童虐待から守るために ～養護教諭のための児童虐待対応マニュアル～」

日本学校保健会発行（平成26年3月20日）

この機会に再度目を通してはいかがでしょうか？

第69回 関東甲信越静学校保健大会参加報告

那珂市立額田小学校 養護教諭 高畑 雅子

8月23日に群馬県高崎市において第69回関東甲信越静学校保健大会が開催され、学校保健関係者が多数参加して「未来を創造し、たくましく生きる力をはぐくむ健康教育を目指して」を主題に特別講演、班別研究協議会が行われました。

特別講演では「スピードスケートが教えてくれたこと～自分を信じ、仲間を信じ～」という演題で、アルペールビル五輪銀メダリスト黒岩敏幸さんのお話をお聞きしました。スケートを始めた頃は目立った選手ではなかったそうですが、同じ目標に向かって頑張る仲間のお陰で成長できたことや、大学時代の監督さんが、ターニングポイントで言葉をかけてくれたエピソードなどから、指導者の大切さについてのお話がありました。

班別研究協議会では、①学校経営と学校保健、②健康教育、③性に関する指導・エイズ教育及び薬物乱用防止教育、④学校歯科保健、⑤学校環境衛生と安全教育の5班に分かれて研究協議があり、健康教育では「生きる力をはぐくむための健康教育」という課題に基づいて提案、協議が行われました。

神奈川県の小学校の発表は、児童の健康課題を環境、

アンケート、歩数調査などから多面的にとらえて具体的な目標を設定し、体育的、保健的、食育的の3分野から健康教育に取り組んだ内容でした。学校保健委員会の中で児童・家庭・地域・関係機関がよりよい生活習慣についてパネルディスカッション形式で意見交換を行うなど、児童目線で健康教育に取り組むことで、誰もが楽しく体を動かすことができる環境づくりや、自ら健康的な生活を送るための意識付けが図られていました。

茨城県の中学校からは、栄養教諭を中心に学校全体できめ細かく食育に取り組んだ実践の発表がありました。給食活動のマニュアル化、給食環境の整備、給食委員会の活性化など、給食の時間における様々な工夫により、生徒の食に関する興味関心が高められていました。また、担任と栄養教諭または養護教諭によるT・T、外部講師を活用した各教科・領域等における指導や家庭・地域と連携を深めることで生徒に変容が現れていました。望ましい食習慣を形成するという課題解決のためのヒントを得ることができました。

猛暑の中での大会参加でしたが、素晴らしい実践に触れることができ充実した一日になりました。

保 健 室

集大成！理想の保健室を目指して

鉾田市立鉾田北小学校 養護教諭 額賀 有子

「太陽に向かって咲くひまわりのように 明るくたくましく進んでいこう」と校歌に歌われる本校は、5つの小学校が1つに統合された、開校3年目の学校です。

開校当時は、段ボールの箱が山積みの中、保健室来室者が1日20人近くもおりバタバタの日々でした。新しい環境に慣れない子供たちは、保健室に来ては「前の学校が良かった、戻りたい」と悲しそうに話していました。単なる救急処置も多かったけれど、そんな子供たちを元気付けては教室へ戻すということの繰り返しでした。子供の対応をする時、「この子はどんな子なのか。健康面・性格は？家庭環境は？」とても不安でした。統合するにあたっては、子供たちの安全・安心のために、情報の引き継ぎが一番重要だったと強く

感じました。

2年目からは全職員で保健室本来の在り方を考え、改善に努めました。学級担任による心のケア、特別支援部との連携、けがの多い場所の究明、学級救急箱の設置等です。その結果、現在では保健室来室者が1日6～7人に減りました。保健室来室者が少ないということは、子供たちは学級で元気に学習ができている、笑顔で落ちついた学校生活が送れているということになります。

保健室経営、子供への対応がゼロからのスタートという苦悩の日々もありましたが、私の養護教諭人生の集大成、理想の保健室を目指して、忙しい中にも楽しみがあり、毎日が充実しています。統合校万歳です。

健 ～すこやかに～

生徒が共に学び共に育つ健康教育をめざして

水戸市立千波中学校 養護教諭 浅野 絵里

昨年度、「全国健康づくり推進学校表彰」における実践報告をまとめる機会をいただいた。とりとめもない普段の実践ではあるが、まとめることで様々な気づきがあり、自分の執務について大いに振り返りを行うことができた。主な内容として「生徒保健委員会から発信する健康教育と体験的実践的な活動を取り入れた安全教育及び、学校保健安全委員会を核として家庭や地域に発信していく取組」を特徴的な活動として報告した。

中学校に勤務していると、日々中学生のもつ能力の高さに驚かされる。委員会活動においても、大人では考えつかないような柔軟で画期的な発想をしたり、意欲的に課題を解決する手段を探したりする場面に出くわす。そして、その過程で、個性豊かな委員がいつの間にかまとまり、目標とするものを作り上げるためにアイデアを出し合いながら活動している姿を何度も目の当たり

にする。養護教諭としては、リーダーとなる生徒との進捗の確認、話し合いが煮詰まったときなどの相談や支援を行う程度である。自分たちが千波中生の健康を担っているという自信が自主的な取組みにつながり、同じ立場の生徒からの提案により、受け手の生徒も健康課題を自分のことと捉え、真剣に向き合うことができると感じている。

さて、今年度も保健委員会の活動がスタートしている。今年度の全校生徒へ向けた提案は「思春期は自分探しの旅 見つめていこう 心と未来の自分」と決まった。「心」へ視点を向けたことは、スマホや人間関係のトラブルが多くなる中、それだけ自分の心と向き合い、よりよく生きていきたいという生徒たちの気持ちと感じた。活動へのアイデアが次々と出てくる中、どんな取組みとなっていくのか、ワクワクするこの頃である。

浴 徳 泉

新たな出会いを経験して

かすみがうら市立千代田中学校 養護教諭 高須 葉

「人事異動は最大の研修って言われているのよ。大変だけど、早いうちに経験すると勉強になるよ。」と、前任校の先輩の先生方から教えていただきました。

新採から5年間小学校に勤務し、今年度の異動で中学校勤務になりました。本校の保健室からは美しい庭園のような校庭が見え、豊かな自然の中で勤務しております。

4月に京都・奈良への修学旅行、5月に体育祭を終え、気がつけばあっという間に6月。子供たちやたくさんの方々と新たに出会い、様々な体験の中で勉強の日々となっています。

私が養護教諭になろうと思ったきっかけは、中学校の保健室の先生との出会いでした。これからは、前任校の子供たちや、千代田中学校の子供たちとの出会いを大切に、憧れている先生方に少しでも近づけるよう努力していきたいです。

事務局だより

○「平成30年度全国健康づくり推進学校表彰」

茨城県学校保健会 審査結果

・最優秀賞 稲敷市立阿波小学校
牛久市立下根中学校
茨城県立勝田特別支援学校

※最優秀賞の三校は、日本学校保健会「全国健康づくり推進学校表彰」に推薦いたしました。

○平成30年度茨城県学校保健会「学校保健委員会研究実践校」委託校の公開日が決定しました。

開催日	実践校
平成30年12月6日（木）	行方市立日の出小学校
平成30年12月7日（金）	城里町立桂中学校

編集
後記

会報「学校保健」（第1号）をお届けします。ご多用の中、玉稿を賜りました皆様方に、編集委員一同、心から厚く御礼申し上げます。

会報編集委員

美野里中	倉田 隆子	菅 谷 小 茅根 直子
岩間一小	栗原 浩子	串 挽 小 山口 真理
枝 川 小	遠藤 愛美	茨城東高 白土 道子
事務局	相吉 新一	事務局 叶 智子

茨城県学校保健会

会長 諸岡 信裕

〒310-0852 茨城県水戸市笠原町489番地 県メディカルセンター内

Tel 029(243)4170 E-mail hokenkai@sunshine.ne.jp

(印刷)

山三印刷株式会社