

第三分科会

健康教育

研究協議題

「健康的な生活を営む資質や望ましい意思決定ができるようにする能力を育てる教育の進め方」

◆提言者

中泊町立小泊小学校 養護教諭 本多 まどか

「保健師と養護教諭が連携した喫煙教育について」

◆提言者

東北町立東北中学校 養護教諭 横濱 知愛

「人格の完成と豊かな人間形成を目指した性に関する指導について」

◆助言者

弘前大学教育学部教育保健講座 准教授 新谷 ますみ

## 保健師と養護教諭が 連携した防煙教室について



こどもり学園（小学校）  
養護教諭 本多 まどか

 はじめに

### 学区の概要



## 実践の概要

中泊町では町の保健師と連携した健康教育が盛んに行われている。

### こどもり学園の取組

小学校	小4	思春期教室
	小6	防煙教室
中学校	中2	思春期教室
	中3	園児ふれあい教室
全校		防煙・薬物乱用防止教室



## 防煙教室

- ・平成17年度より町の保健事業として継続実施
- ・本校では6学年を対象
- ・資料提示の工夫



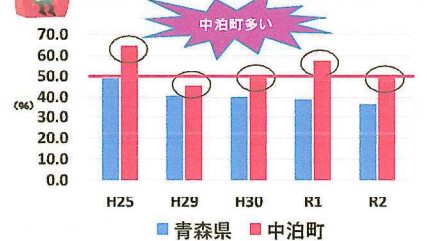
## 実践の内容

### (1) 防煙教室の実際 (R5)

指導内容	工夫点
<p>1 町民の実態の提示</p> <p>家族でタバコを吸っている人がいる</p> <p>■ 青森県 ■ 中泊町</p>	<p>・グラフを用いて変化の様子を捉えたり、比較しやすしたりする。</p>



### 家族でタバコを吸っている人がいる



### 2 「わかっているかな? たばこクイズ」 全9問

- 問題 1
- たばこの煙にふくまれている有害物質は、どのくらいある?
- ① 10種類
  - ② 100種類
  - ③ 200種類以上

- 問題 2
- 日本ではたばこが原因で亡くなった人は、1年間で何人?
- ① 約1万人
  - ② 約5万人
  - ③ 約15万人

工夫点

・クイズ形式のワークシートを使用し、楽しく取り組ませる。

### 問題 1

たばこの煙にふくまれている有害物質は、どのくらいある?

- ① 10種類
- ② 100種類
- ③ 200種類以上

問題 2

「3大有害物質」といわれているのは「タール」と「一酸化炭素」と何？

- ① デコピン
- ② ニコチン
- ③ ニンジン

問題 3

たばこを吸わない人がけむりを吸ってしまうことを何という？

- ① 児童喫煙(じどうきつえん)
- ② 手動喫煙(しゅどうきつえん)
- ③ 受動喫煙(じゅどうきつえん)

問題 4

たばこの副流煙で病気になることはない。○か×か。

問題 5

日本でたばこが原因で亡くなった人は1年間で何人？

- ① 約 1万人
- ② 約 6万人
- ③ 約13万人

問題 6

「ライト」たばこなら吸っても良い。○か×か。

「ライト」たばこ：パッケージに「light(ライト=軽い)」と記載されているタバコの総称。

「加熱式」たばこや、「電子」たばこなら吸っても良い。○か×か。


「加熱式」たばこ：金属にたばこの葉を巻込み込んで加熱、目に見えない粒子になったものを吸う。

問題 7

たばこを吸うと肌のシミやしわが増える。○か×か。

**問題 8**

空気清浄機を使えばたばこの害は防げる。  
○か×か。



**問題 9**

たばこを1本吸うと寿命はどれくらい短くなる？

① 10秒  
② 1分  
③ 5分

指導内容		工夫点
2 「わかっているかな？ たばこクイズ」	全9問	・クイズ形式のワークシートを使用し、楽しく取り組ませる。

問題 1

たばこの煙にふくまれている有害物質は、どのくらいある？



① 10種類  
② 100種類  
③ 200種類以上

問題 5

日本でたばこが原因で亡くなった人は1年間で何人？



① 約1万人  
② 約6万人  
③ 約12万人


指導内容		工夫点
3 「たばこの毒の缶詰」の模型からドクロ（毒の名を記した模型）を取りだし、発表		・聞いたこともない毒の名前を聞き、たくさんの有害物質が含まれていることを実感させる。

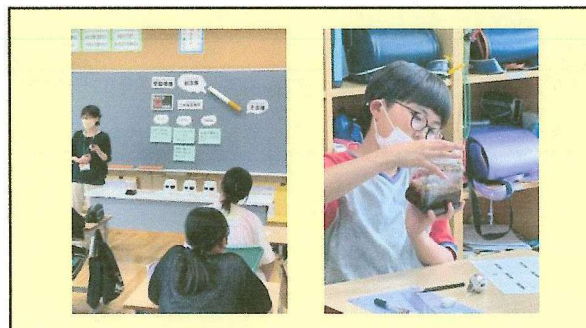






指導内容		工夫点
3 「たばこの毒の缶詰」の模型からドクロ（毒の名を記した模型）を取りだし、発表		・聞いたこともない毒の名前を聞き、たくさんの有害物質が含まれていることを実感させる。

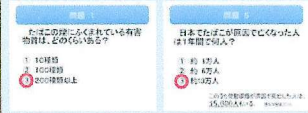
指導内容	工夫点
4 たばこの害について保健師から説明 	・養護教諭作成の教材や、タールの模型を使用して、興味を引きつける。



指導内容	工夫点
5 DVD視聴 今から始める喫煙防止教育 (第2版) 「たばこって本当はどんなもの？」	・知識を深めたり、講話の内容を整理させたりする。

指導内容	工夫点
6 実際の健康被害のお話 	・町民の実態や生の声を盛り込んだお話で、身近な問題として捉えさせる。



指導内容	工夫点
7 クイズの答え合わせ 	・クイズ形式で問いかけながら、知識の定着を図る。

問題 9

たばこを1本吸うと寿命はどれくらい短くなる？

- ① 10秒
- ② 1分
- ③ 5分

調査の結果、喫煙者は非喫煙者に比べ10年寿命が短かった。  
たばこ1本を吸うと5分30秒寿命が縮む計算になる。  
英国王立内科医学会1977

**20歳未満からの喫煙者は  
たばこ1本あたり14分も寿命が縮まる。**  
放射線影響研究所 坂田律  
ブリティッシュメディカルジャーナル2012

指導内容

工夫点

8	まとめと振り返り	・思ったこと、感じたことを共有させる。
---	----------	---------------------

振り返りの様子



家庭・地域との連携

① 家庭との連携

保健師と連携して実施する健康教育は、参観が可能であることを周知

→ 保護者への周知を今後とも続けること、学校での取組を学校だよりなどで知らせることを継続して行っていきたい。

② 地域との連携

- ・小学生による防煙啓発ポスターの作成
- ・ポスターを地域の各施設へ掲示



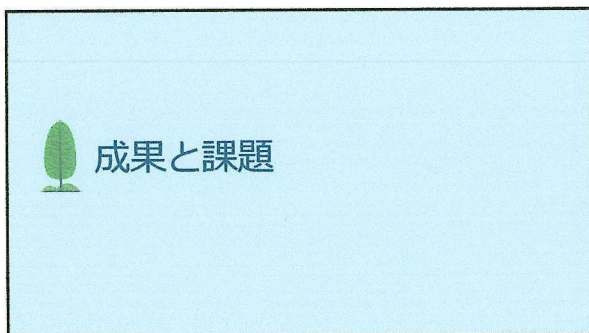
保護者や地域住民への禁煙・分煙に関する普及啓発



② 地域との連携

「地域保健と学校保健との連携会」の開催

- ・保健師と各校養護教諭が参加
- ・協働で実施している保健事業についての意見交換、情報提供、情報交換を行っている。



(1) 成果

① 今回の防煙教室の事前・事後アンケートの結果の比較  
 【喫煙についてどう思いますか。】

	事前	事後
大人になったら吸いたい	0	0
一度は吸ってみたい	1	0
さそわれたら吸うかもしれない	0	0
大人になっても吸いたくない	10	11

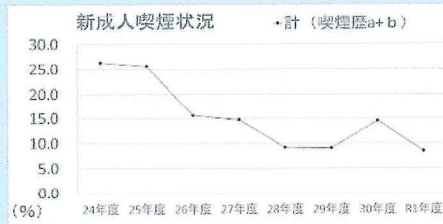


### ② 児童の振り返りより

- ・たばこを1本でも吸ってしまうとニコチン依存症になるかもしれないことが分かりました。抜け出したくても抜け出せなくなるかもしれないので、大人になっても吸いたくないと思いました。
- ・ぼくはこの話を聞く前にも吸いたくはないなあと思っていました。だけど、もっと吸いたくないなあと思いました。

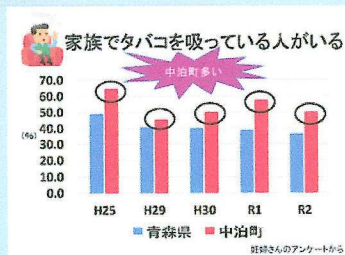
- ・たばこは健康に悪いから、さそわれても一度も吸わないようにしたいです。健康に良くないと分かったから、お父さんに危険だと教えることができました。
- ・うさぎの血管を見たとき、かわいそうだと思います。そして、私の家では猫を飼っているの考えただけでいやな気持ちになりました。吸っている人がいたら、少しでも吸わないでほしいです。
- ・私は絶対に「喫煙したくない」と思いました。なぜなら、自分にも周りの人にも害があるからです。

### ③ 町内新成人の喫煙状況



(%)	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R元
喫煙者 (a)	21.9	25.6	15.6	14.7	7.9	9.1	14.5	8.5
過去喫煙 (b)	5.4	0.0	0.0	0.0	1.3	0.0	0.0	0.0
今まで一度も喫煙なし	71.2	73.2	84.4	85.3	88.2	90.9	85.5	90.1
未記入	1.5	1.2	0.0	0.0	2.6	0.0	0.0	1.4
計 喫煙者 (a+b)	26.3	25.6	15.6	14.7	9.2	9.1	14.5	8.5

### (2) 課題



### 「紙巻」たばこ・「加熱式」たばこの比べ

	紙巻たばこ これまでのたばこ	加熱式たばこ 例:アイコス
たばこの葉	使用あり	使用あり
発がん性物質	○	○
ニコチン	あり	あり
体への悪影響	○	○
喫煙傾向	減少傾向	増加傾向 (特に若い世代)

「加熱式」たばこ・「電子」たばこの正体

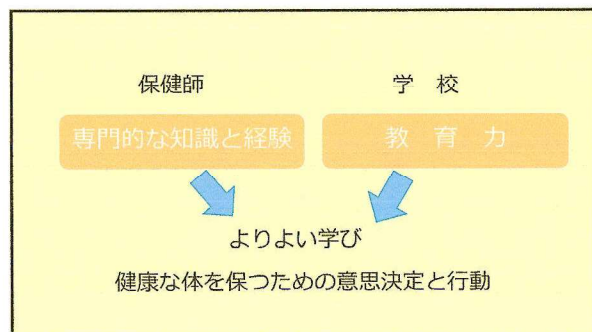
煙は見えないが、エアロゾルが発生している。




有害物質が含まれている。 たばこと同じで規制されている！

吸わないに越したことはない！

おわりに

ご清聴ありがとうございました。

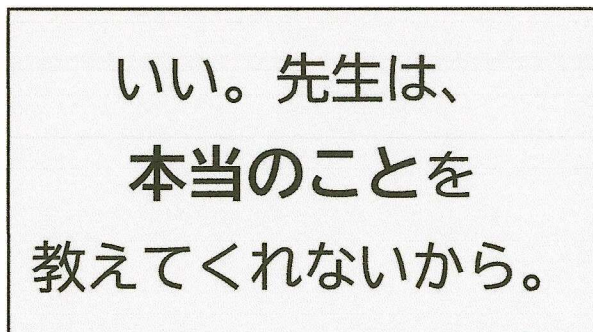


# 人格の完成と 豊かな人間形成を目指した 性に関する指導について

東北町立東北中学校  
養護教諭 横濱知愛

## 発表の流れ

- 1 なんで性教育？
- 2 実践内容
- 3 成果と課題、おわりに



先生。  
そもそも月経って  
なんですか？

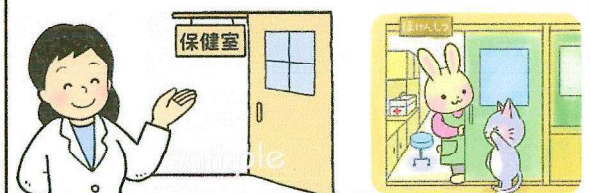
A：性に対する何らかの  
悩みや疑問



B：理解が追い付かないまま、  
学ぶ機会が終了



## 養護教諭！



1 **性の知識**を正しく、  
**丁寧に**教えること

2 **真面目に**性に関する  
事に答えること

## 2 実践内容

北海道岩見沢市（私の地元）  
メープルロッジのキャラクター  
「トトノリス」



### 実践1 性教育の内容を計画

- 中1 → **体の仕組み**を知る
- 中2 → **他者との関わり**で気を付けることを学ぶ
- 中3 → **性行動のリスク**を学ぶ

## 実践2 小中連携

### **[東北町]子どもの心と体を 育む健康教育プログラム**

↓  
義務教育9年間で、心と体について学ぶためのプログラム

## 実践3 家庭・地域との連携

- ・保護者→**不安解消：参観OK**  
**配慮事項の有無確認**
- ・地域→町保健衛生課の御尽力  
→**保護者対象の性教育  
講演会実施** 等

## 3 成果と課題 おわりに

メーブルロッジ  
・アプリ『サウナ行きたい』で人気  
・セルフワリュのあるサウナ♪



### 成果

- ①正しい知識を得ることができた
- ②性のことを相談できる大人がいると伝えた

### 成果

- ③自分の性を（少しだけ？）肯定的に捉えることができた

**性 = 多様・個性・人生**


### 課題


- ①授業の工夫
- ②多岐に渡る健康教育に翻弄





子ども達が  
人生をより良く  
生きるための  
性教育を！



御清聴  
ありがとうございました




**令和5年度青森県学校保健・安全・給食研究大会**  
**第3分科会 助言**  
 令和5年11月17日(金)  
 弘前大学教育学部 新谷ますみ


 ～人格の完成と豊かな人間形成を目指した性に関する指導について(横濱知愛先生)の実践から～  
**人間の成長・発達に必要な学び**  
 …言葉、数の概念、食物の栄養、…たくさんある  
**「性」のことは入るのか??**


**「性」のこと**  
 自己の在り方、他者との関係…に関わっている  
 人間として生きていく上で避けて通れないこと。  
 →「性に関する指導」は、「教科」ではない。  
 →後回しになりがちである。(時間確保)  
 →価値観が多様、プライベートな内容、教えにくい、教材が少ない、など


**自分の性、  
関係性の中の性**  
 LGBTQ(多様な性)、多様な家族、  
 人権尊重、ジェンダー格差・差別(社会的・文化的性差)など…


**「性に関する指導」**  
**医学的、生物学的な知識の伝達  
だけでは収まらない教育内容**  
  
**様々な分野の連携が必要**


 子どもが自分自身の性で人生を生きるために  
主体としての存在を確かなものにするために  
  
**性や生き方についての「自分の考え」を豊かに**

**参考:あらかし意見表明型思春期教室**

意見表明型思春期教室とは…


「あるある」棒「そのほか」棒で、あなたの考えを伝えてください。

あるある棒を書いて、説明できる、おかしな棒  
 書くよ棒、よさ棒とした棒

ピンク色

あるある棒を書いて、説明できる、おかしな棒  
 書くよ棒、よさ棒とした棒

水色



今福野高等学校保健部・安全・衛生研究会(2020年)

～保健師と養護教諭が連携した防煙教室について(本多まどか先生)の実践から～

新型コロナウイルス感染症がもたらした脅威

早期に肺の奥まで侵入し、短期間に酸素を取り込む機能を奪う

↓

**酸素の必要・肺や呼吸のありがたみ**

今福野高等学校保健部・安全・衛生研究会(2020年)

**病を通して、健康の大切さを知る**

今福野高等学校保健部・安全・衛生研究会(2020年)

**タバコの害、防煙教育から発展・進化**

**人間の「人間のからだ(肺・呼吸)って素晴らしい!」と感じる保健教育へ**

今福野高等学校保健部・安全・衛生研究会(2020年)

**本物の学びのための体験・実験・検証を**



今福野高等学校保健部・安全・衛生研究会(2020年)

**学校保健の協働的展開 課題と方策**

Keyword 「他職種理解」「共有化」「創造」

学校保健と地域保健が協働的に活動し、その機能を発揮し、創造的な活動を構築してけるようにするために、実践上の課題を明確にする。専門職が連携実践について、共に学ぶ教育(IPE)の必要。専門職養成課程においてどのように教育内容を組み込むか。

- ⇒日本においては、取組が始まったばかり。
- ⇒研究課題:養護教諭と保健師の連携と新しい養成教育

今福野高等学校保健部・安全・衛生研究会(2020年)





**ありがとうございました**

令和5年11月17日(金)  
弘前大学教育学部 新谷ますみ

### 第 3 分科会 記 録

第 2 分科会 分科会名 「健康教育」  
協 議 題 健康的な生活を営む資質や望ましい意思決定ができるようにする  
能力を育てる教育の進め方

【提言 1】 こどもり学園（中泊町立小泊小学校） 養護教諭 本多 まどか 氏  
「保健師と養護教諭が連携した防煙教室について」

【提言 2】 東北町立東北中学校 養護教諭 横濱 知愛 氏  
「人格の完成と豊かな人間形成を目指した性に関する指導について」

【助言】 弘前大学 教育学部 教育保健講座 准教授 新谷 ますみ 氏

#### 提言者からの質問

- ・地域保健と学校保健が連携した取組について
- ・正しい知識や自他を尊重する態度を身につけられる性教育について

#### <助言>

(1) 「人間のからだ（肺・呼吸）って素晴らしい！」と感じる保健教育に  
～保健師と養護教諭が連携した防煙教室について（本多まどか先生）の実践から～

「タバコの害」について、自分の学校を軸に、ネットワークを生かして様々な機関と連携し、地域にも教育を広め、また、子どもたちの在り方へのアプローチも素晴らしい実践であった。

実践を受けて、新型コロナウイルス感染症の恐ろしさを関連して思い浮かべた。新型コロナウイルスは、早期に肺の奥まで侵入し、短期間に酸素取り込み機能を奪う。新型コロナウイルス感染症という病を通して、酸素供給の必要性や肺・呼吸のありがたみなど健康の大切さを意識するようになった。現在の実践をさらに発展・進化させて伝えるためには、呼吸や肺など人体のすばらしさ、健康づくりにつなげる方向性を提案していく。子どもたちは、今の良い健康状態から病気になることを想像しづらいため、自分たちの体がさらに丈夫になっていくという喜びをうまく利用し、様々な体験や実践を取り入れて学ぶことで、子どもたちの記憶に残り続ける。

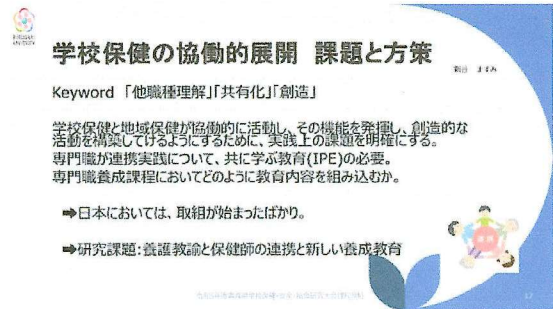
身近に取り組むことができる課題の例として、レジ袋を、息を吹き合って落とさないようにする遊びやパイプで小さいボールを上を吹いて上げるおもちゃなどで、呼吸を意識してみる（喘息がある子は配慮が必要）。その他にも、姿勢と肺活量の関係を体育の先生と共同で授業をする、呼吸器（上気道）を大事にして風邪予防を呼びかけるなどが挙げられる。



データを見て国民の死因では肺炎が高いことから、肺を大切にすることは命に関わること、COPD（慢性閉塞性肺疾患）などの問題も背後にあることも学べると良い。また、スポーツの成績や持久力を向上させたいと思っている子などは、呼吸（肺）のことをさらに知り、丈夫にするにはどうし

たらしいかを調べて、実行してみるなど、子どもの生活にとって、身近でためになる勉強を続け、最後に「タバコの健康問題」を取り上げると、タバコを吸ってみようという気にはならないというような、依存になる前の予防教育が重要である。

学校保健は重要な位置を占め、地域の拠点になっているため、保健師という公衆衛生の専門職も一緒に仕事をしてもらえると強力だと感じる。海外で進んでいる専門職連携を参考に、地域で集まる機会に、専門職同士のお互いの実践や職務の内容を知り、共に学び、連携して取り組んでいくことを推進していきたい。



**学校保健の協働的展開 課題と方策**

Keyword 「他職種理解」「共有化」「創造」

学校保健と地域保健が協働的に活動し、その機能を發揮し、創造的な活動を構築して行くようにするために、実践上の課題を明確にする。専門職が連携実践について、共に学ぶ教育(IPE)の必要。専門職養成課程においてどのように教育内容を組み込むか。

⇒日本においては、取組が始まったばかり。

⇒研究課題: 養護教諭と保健師の連携と新しい養成教育

## (2) 人間の成長・発達に必要な学び「性に関する教育」

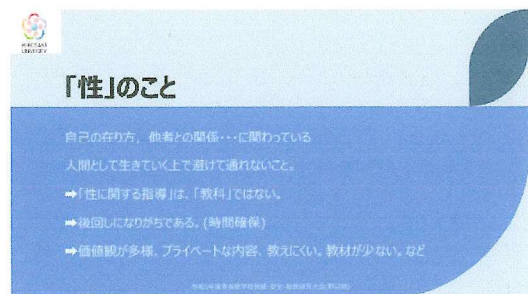
～人格の完成と豊かな人間形成を目指した性に関する指導について（横濱知愛先生）の実践から～

養護教諭は全校の子どもたちの心とからだの成長・発達を観察し、保健室では個別に丁寧に見ている。日々の対応の中で、子どもたちの実態から、気づいてもらいたいことや、つけさせたい力など課題を見つけ、子どもの発達や生活、理解力に合わせて、それらを教材として転換（変換）し、保健教育として生きた学びを構築していく。そこには養護教諭の、教育職としての専門性があると感じる。

たくさんの勉強の中で、人間の成長・発達に必要な学びを振り返ると、言葉、足し算引き算など、どれも大事である。必要な学びの中に「性」のことは、自己の在り方、他者との関係に関わるものであるから、人間として生きていく上で避けて通れない学びである。

しかし、日本では、性に関する教育は教科ではないため、後回しになることも多々あり、きちんと学ばないまま身体だけが大人になるといった心配がある。

また、「性」は価値観が多様であること、プライベートな内容が含まれること、他の教科と比べて教材が少ないことから、教えることが困難であるとの声がある。



**「性」のこと**

自己の在り方、他者との関係…に関わっている  
人間として生きていく上で避けて通れないこと。

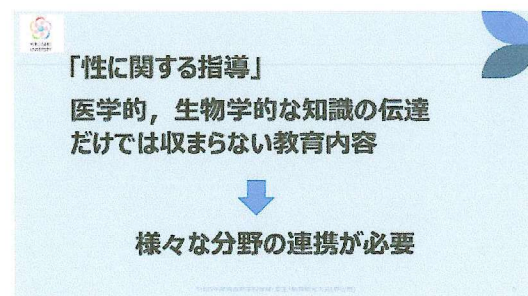
⇒「性に関する指導」は、「教科」ではない。

⇒後回しになりがちである。(時間確保)

⇒価値観が多様、プライベートな内容、教えにくい、教材が少ない、など

生物学的、医学的知識と共に大事にしてほしいのは、「LGBTQ（多様な性）」「多様な家族」「人権尊重」など、自分自身の「性」、関係性の中の「性」の学びである。また、子どもが自分の人格を構築する（主体としての存在を確かなものにする）ためには、基礎的な知識を勉強するだけでなく、考えさせ、友達との意見交換の場面を多くし、性や生き方に対する「自分の考え」を豊かにするように学校教育が変わっていく必要がある。

子どもたちに、「性教育は、大事な話であり、本当のことを言うので、受け止めてほしい」と伝えようと、素直に聞いてくれる。しかし、性教育の場面で、初対面の人に意見を発表することや手を挙げることについては、積極的ではない児童生徒が多い。



**「性に関する指導」**

医学的、生物学的な知識の伝達だけでは収まらない教育内容

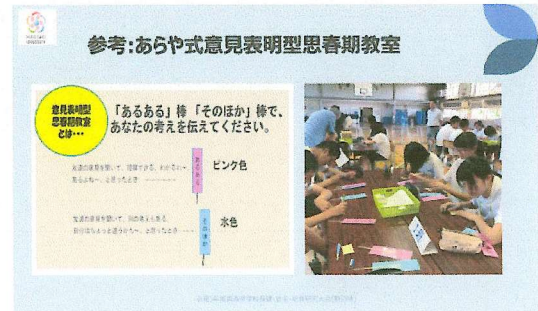
↓

**様々な分野の連携が必要**

「あらかや式意見表明型思春期教室」では、友達の見  
意見を聞いて、共感・同意するときはピンク色のプラカ  
ードを、その他の意見があるときは水色のプラカード  
を、どちらか一方又はどちらも挙げる、もしくは挙げ  
なくても良いとしている。そうすることで自分の意見  
を表明することや、他の意見との交流も積極的に行う  
ことができる。

これからも、子どもたちと話し合い、子どもの主体  
性を育てながら、楽しく創り、実践するという今のスタイルを大切にしていっていただきたい。

最後になるが、集団の指導は元より、個別の対応も沢山の配慮が必要な時代になり、学校現場は多  
忙を極めていいる現状と思われる。そのような中、自校の先生方と連携し、児童生徒の健やかな心身の  
育成にご尽力されている本多まどか先生と横濱知愛先生の教育実践に心からの敬意を表したい。



第四分科会

食に関する教育

研究協議題

「生涯を通じて健康な生活を送るための食に関する  
指導の進め方」

◆提言者

八戸市立南郷小学校 養護教諭 栗原 沙織

「『食』に関する知識を高め、自らの生活に生かすことの  
できる児童の育成」

◆提言者

六ヶ所村立泊中学校 教頭 安田 泰輔

「生涯にわたる心と身体の健康づくりの推進」  
～「弁当の日」の実践をとおして～

◆助言者

青森県立保健大学健康科学部栄養学科 教授 鹿内 彩子

## 『食』に関する知識を高め、 自らの生活に生かすことのできる 児童の育成

八戸市立南郷小学校  
養護教諭 栗原 沙織

### 1 はじめに



平成28年4月に市野沢小、中野小、  
鳩田小が統合されて開校した学校です。

### 2 研究の概要

八戸市より「学校給食・食育活動見学会」の委託を受けて、令和4年度の取組として進めてきた。近年では社会環境の変化や価値観の多様化に伴い、食の大切さに対する意識が薄れている。朝食の欠食、偏った栄養摂取、こ（個・孤）食などの時代や環境の変化に伴い、改めて子どもの食習慣に関する課題が指摘されている。

こうした中で、「早寝・早起き・朝ごはん」などの基本的な生活習慣をしっかりと身に付けさせることなど、食育の推進がますます重要となっている。

本校での取組は、食育において「学校給食」が果たす役割を再認識するとともに、「食」に関する情報交換を通じて、健康教育の充実に図ることを目的としている。

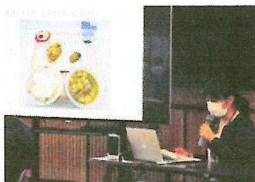
### 3 実践内容

#### (1) 栄養教諭による食育学習



#### 【学校給食・食育見学会の様子から】

##### ～宮内先生の講演の様子～



八戸市学校西地区給食センター栄養教諭 宮内郁恵氏より、「地産地消～地域の食材を活用した献立作成と食育活動～」という演題で講話をしていただいた。地産地消を考慮した献立作成を計画的に行っていることや、小学校から中学校まで各学年の発達段階に応じた食に関する指導の取組について学ぶことができた。

#### (2) 家庭、地域との連携

##### ①「親子農園」

作物を育てる体験や収穫する喜び、食べ物を大切にする気持ちを育てることや体験活動を通じた親子のふれあいを目的としている。



##### ②4年生「そばを育てよう」

山の楽校の職員や当該学年保護者の協力のもと、1年かけてそばについての体験活動を行っている。



### ③ 5年生「米作りを体験しよう」

当該学年保護者協力のもと、もち米作りの栽培に取り組んでいる。栽培したもち米は、お世話になった地域の方にお礼として配付したり、家庭に販売したりしている。



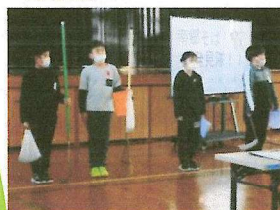
### ④ 6年生「ブルーベリー栽培」

果樹園を経営している農家を訪ねてブルーベリーに関して知識を広げ、地域産業について学んでいる。



### 【食育見学会での発表の様子から】

#### 4年生



#### 6年生



### (3) 校内での取組

#### ① 給食時間の指導

黒板のチョークの粉の飛び散りを防止するため、給食時間になると黒板にカーテンを引いている。放送委員会が、給食センターから配付される放送資料を給食時間に放送している。



#### ② すこやか会議（学校保健委員会）

令和4年度会議テーマを食育に関するテーマとし、学校と家庭と連携した取組となるよう計画した。

## 4 成果と課題

### (1) 成果

毎年、全学年で栄養教諭による食育学習ができています。また、一連の体験学習を経験することで、『食』に対する知識が深まったり栽培方法を学んだりするだけでなく、「ふるさと南郷」への誇りと愛着をもたせることができた。

### (2) 課題

体験学習が単なる体験で終わることがないように、事後の活動について工夫して取り組ませたい。

また、協力して下さる地域の方の高齢化に伴い、人材不足に悩まされている。

## 5 終わりに

社会環境の変化の中にあっても、心身の健康に『食』は大きく関わってくる。食育において、「学校給食」が果たす役割について考え、『食』に関する情報交換を通じて本校の健康教育やふるさと学習について発表する良い機会をいただけた。今後も『食』の大切さに対する意識向上を目指し、地域や家庭と連携を図りながら児童のよりよい成長につなげられるような取組を実践していきたい。

ご清聴ありがとうございました



本校のアイドル  
**ラテ**  
と申します。

## 生涯にわたる心と身体の 健康づくりの推進 ～「弁当の日」の実践をとおして～

六ヶ所村立泊中学校  
教頭 安田 泰輔

### はじめに

弁当作りを、親は手伝いません。

献立、買い出し、調理、弁当詰から片付けまで、  
すべて子どもがするのです。

弁当には点数をつけません。評価もしません。

それが“弁当の日”です。

「弁当の日」応援プロジェクトHPより

### 本校の概要

六ヶ所村泊地区に昭和22年開校

泊まつり、ボランティア活動など  
地域に根差した学校

令和3年度 泊小学校と併置化

全校生徒65名の海と山に挟まれた  
自然豊かな環境



### R2年度「弁当の日」をはじめた背景

その1 「親にやってもらって当たり前」



「もっとかまってほしい」

⇒感謝の気持ち、自立の気持ちを育てたい  
将来健康な子どもを育てられる大人になってほしい

その2



「偏食」「過食（肥満）」「拒食」傾向の生徒たち

特に「肥満」傾向の生徒割合26.8%（全国平均8～12%）

⇒生涯にわたる健康なからだづくりのために、  
食に関する正しい知識を身につけ、  
成長期の今を大切にしてほしい

### 「弁当の日」実施までの課題

教員に「弁当の日」の  
知識や経験がない

ワークシートなど  
0からの作成が必要

具体的な計画が  
決まっていない

主体となる組織がない

### コロナ下で実施する「弁当の日」の課題

お弁当の見せ合いっこ



グループで

おしゃべりしながらの食事



「とりあえず、やってみよう」を合言葉に



# 実践紹介

## 実践紹介 1年間の流れ (R4年度)

月	主な活動
5	「栄養素とはたらき」について学習 (家庭科)
6	オリエンテーション、お弁当計画表の作成
7	第1回「弁当の日」
9	栄養指導 (給食センター栄養教諭)
11	第2回「弁当の日」
1	活動反省と次年度に向けての計画 (保健指導部)

## 実践紹介 オリエンテーション

- ①各学級で「弁当の日」の説明
- ・ 泊中生の健康課題
  - ・ 「お弁当の日」の目的と方法
  - ・ 今後の日程



- ②お弁当づくりの計画シートを作成



## 実践紹介 教科・栄養教諭との連携

- 【家庭科】**  
「栄養素とはたらき」について紹介と振り返りを各学年の授業で実施
- 【栄養指導】**  
給食センターの栄養教諭による全校指導。中学生のからだづくりに必要な食事やお弁当におススメのレシピの紹介



「弁当の日」に関連した内容をそれぞれ取り入れてもらう

## 実践紹介 「弁当の日」の様子①

- ①写真撮影  
個人で2パターンの写真を撮影します。



このあと発表用



後日掲示用

## 実践紹介 「弁当の日」の様子②

- ②食事タイム  
感染症対策で「黙食」による食事。



先生方に声をかけられて照れくさい表情やニコニコ笑顔がみられます



早起きして自分で作ったお弁当あつという間に空になります



## 実践紹介 「弁当の日」の様子③

### ③発表タイム

発表用に撮影した写真を使って  
自分のお弁当の紹介をします。



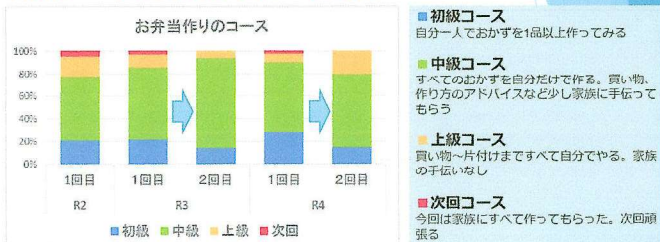
### 【発表内容】

- ・お弁当作りのコース
- ・お弁当作りでこだわったこと
- ・感想



# 成果と課題

## 成果 ～生徒事後アンケートより～



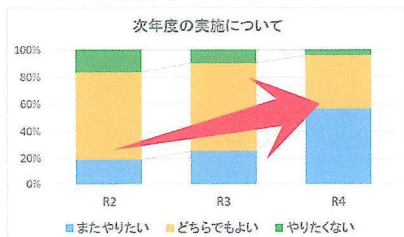
どの年度も、1回目より2回目の方が、より高いレベルで弁当作りをする生徒が多かった。

## 成果 ～生徒事後アンケートより～



R2年度に入学した生徒は、3年間「弁当の日」を経験し、全員が中級又は上級コースで弁当作りを行えるまでになった。

## 成果 ～生徒事後アンケートより～



年度を重ねる毎に、「来年度また『弁当の日』をやりたい」と回答する生徒が増加した。

## 成果 ～生徒の感想～

色のバランスを考えると、自然と栄養のバランスも同時にとれるということに気づきました。

普段、家にいるときは、カップ麺やインスタント食材ですませているけれども、栄養バランスがかたよっているので、これからは自分で料理をする時間を増やそうと思いました。

普段「明日弁当だから」と普通のように話しているけど、今回お弁当を作ってみて、おかずを1つ作るだけでも作るのが大変だということが分かって、次からは弁当を作ってもらったらしっかり親に感謝したいです。

## 成果 ～生徒の感想～

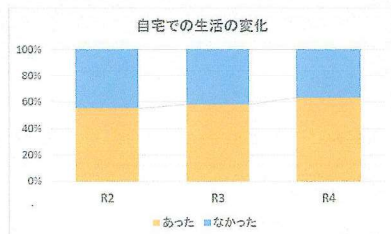
高校生になったら**弁当を毎日自分で作ってみたいです**。

トマトやブロッコリーを入れるだけでも、ゆでたり洗ったり簡単ではないことに気づきました。

ポテトサラダ、ピーマンの肉づめに苦手なにんじんを入れて、**好き嫌いをなくせるようなお弁当にしました**。

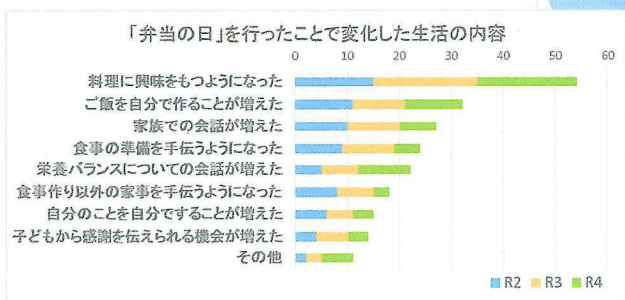
いつもあたり前のように料理を作っているお母さんがすごいと思いました。

## 成果 ～保護者アンケートより～



家庭での生活に変化がみられたと実感している家庭が少しずつ増加している。

## 成果 ～保護者アンケートより～



## 課題① 時数の確保

### 課題

「オリエンテーション」⇒学活 1 時間

「弁当の日」× 2 回⇒行事 2 時間

⇒年間 3 時間を確保するのは難しい...

### 工夫

オリエンテーションを 1 年生のみに実施

ICT の活用による効率化



## 課題② 保護者の理解、生徒への配慮

### 課題

保護者「効果がない」「家庭での負担が大きい」

生徒「やりたくない」「めんどくさい」

⇒実施に後ろ向きの声...

### 工夫

保護者⇒参観日などで意義の周知、活動の様子の見える化

生徒⇒お弁当作りのための補助資料の配付

## 課題③ マンネリ化しない工夫

### 課題

メニューが固定化しやすい

取組へのモチベーションを上げる工夫が必要

### 工夫

学年別に弁当作成のテーマを設定

職員による積極的な声かけ、わくわく感のある弁当



## おわりに

### 今後は…

「アフターコロナ」「効率化」の体制づくり  
⇒持続可能な取組の在り方を検討

### ゆくゆくは…

「食」に関する地域資源の活用も…



# 令和5年度青森県学校保健・安全・給食 研究大会 野辺地大会

## ～ 第四分科会 ～ 食に関する教育

2023 (R5) 年11月17日 (金)

10:30～13:50

まかど観光ホテル

青森県立保健大学 健康科学部 栄養学科  
青森県立保健大学大学院 健康科学研究科 学校栄養研究室  
鹿内彩子 (助言者)

## 内容

- ・ 学校給食を取り巻く現状 (概要)
- ・ 栄養教諭・学校栄養職員の現状 (青森県)
- ・ 協議題 生涯を通じて健康な生活を送り為の食の指導に関する指導の進め方

～ご提言者からの協議ご希望内容～

- ・ 食の指導に関して、教職員の共通理解を図るための方法について
- ・ 食を通して自らの健康を保とうとする意識を、生徒が自ら高めるための方策について
- ・ 家庭や地域の食育への関心を高めるための方策について
- ・ 家庭の食育への関心を高めるための方策について

## 学校給食を取り巻く現状

学年	児童数		給食費		給食費/児童		給食費/児童
	人数	金額	人数	金額	金額	金額	
小計	10,507	1,057,707	10,507	101,707	9.7	97.3	97.3
小1	1,800	180,000	1,800	171,000	9.5	95.0	95.0
小2	1,700	170,000	1,700	161,000	9.5	95.0	95.0
小3	1,600	160,000	1,600	151,000	9.4	94.0	94.0
小4	1,500	150,000	1,500	141,000	9.4	94.0	94.0
小5	1,400	140,000	1,400	131,000	9.4	94.0	94.0
小6	1,300	130,000	1,300	121,000	9.3	93.0	93.0
中1	1,200	120,000	1,200	111,000	9.3	93.0	93.0
中2	1,100	110,000	1,100	101,000	9.2	92.0	92.0
中3	1,000	100,000	1,000	91,000	9.1	91.0	91.0
高1	500	50,000	500	41,000	8.2	82.0	82.0
高2	500	50,000	500	41,000	8.2	82.0	82.0
高3	500	50,000	500	41,000	8.2	82.0	82.0
計	23,207	2,320,707	23,207	2,231,707	9.6	96.0	96.0

学校給食は、栄養バランスのとれた食事を提供することにより、子供の健康の保持・増進を図ること等を目的に実施されています。また、食に関する指導を効果的に進めるために、給食の時間はもとより、各教科や特別活動、総合的な学習の時間等における教材としても活用することができるものであり、**大きな教育的意義を有しています。**

学校給食に地場産物を活用し、食に関する指導の教材として用いることにより、子供がより身近に、実感を持って地域の食や食文化等について理解を深め、食料の生産、流通に関わる人々に対する感謝の気持ちを抱くことができることからその活用が推進されています。

近年は、食物アレルギー・アレルギー疾患は増加傾向にあり、学校給食における食物アレルギー対応について、文部科学省では、「学校給食における食物アレルギー対応指針」、「学校のアレルギー疾患に対する取り組みガイドライン・要約版」及び「学校におけるアレルギー疾患対応資料 (DVD) 映像資料及び研修資料」等を作成、取り組みを進めています。今般の食材費、燃料等の高騰などの課題にも直面しています。

## 栄養教諭・学校栄養職員の現状 (青森県)

### 栄養教諭の役割

1. 食に関する指導
    - ①給食の時間における食に関する指導
    - ②教科書の指導
    - ③教科書における食に関する指導
    - ④個別的な相談指導
    - ⑤食に関する取組推進を有する児童生徒に対する個別的な指導
  2. 学校給食の管理指導
    - ①栄養管理 (取立付録)
    - ②学校給食実施基準等に基づく、適切な栄養管理
    - ③衛生管理
    - ④学校給食衛生管理基準に基づく食糧調理、検査、保存食、調理設備、調理・配食 など
- 一体として推進  
+  
教職員、家庭や地域との連携・調整

### 栄養教諭・学校栄養職員の配置状況 (令和3年度 学校給食本部より)

市町村	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3	計
青森県	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	100

青森県内の栄養教諭及び学校栄養職員を対象とし、小中学校における食に関する指導の実態調査を行い、食育の推進状況を把握する質問紙調査を実施した。

青森県の小中学校における栄養教諭及び学校栄養職員による食に関する指導の実態調査 三澤英菜 他、2022年度青森県健康福祉科学研究委員会・日本ヒューマンケア科学学会

## 結果 -食に関する指導の課題について-

- ①食に関する指導の他教諭との連携  
教職員の食育に対する意識の差  
理解の差や実施は栄養教諭や学校栄養  
職員にお任せ
- ②指導時間  
他の教科との兼ね合いで、授業時間を  
確保するのが困難  
授業の指導になるため、行動変容を観察  
することが難しい
- ③指導方法  
ICT環境の導入に向けた検討  
資力の向上のための、研修の機会
- ④仕事の負立 (人員不足含む)  
担当課による給食管理と食育の  
指導の負立が重複
- ⑤学校との距離  
学校と主に仕事をしている場所の  
距離感
- ⑥児童及び保護者の反応  
児童の反応が分かりにくい  
家庭への働きかけが困難
- ⑦その他  
アレルギーという場面の理解不足  
個別指導への取り組みが標準でない

本調査で明確になった課題 (栄養教諭側から見て)

1. 職場の人数不足
2. 学校との連携の難しさ
3. 担当校数の多さ
4. 食に関する指導の授業時間の確保の難しさや単発の指導
5. 栄養教諭の役割についての理解不足

計画策定などにははかわれても、なかなか (継続的に) 実際の食に関する指導にかかわりが持てていない現状がある。

生徒への調査では、学校の給食や食育指導、食育による  
苦手克服の役立ち感、食に関する知識の習得などを経験  
した生徒は、望ましい食習慣を醸成し、高得点のためのヘル  
スリテラシーが高い可能性が有る。  
そこには、栄養教諭の存在も大きく関わっている  
ことが確認された。  
食育を進めていくためには、普通科の先生を含めた、  
先生との連携が大切なのはではないか

## 食の指導に関する協議

～ご提言者からの協議希望の内容について～

- ・ 食を通して自らの健康を保とうとする意識を、生徒が自ら高めるための方策について
- ・ 家庭や地域の食育への関心を高めるための方策について
- ・ 家庭の食育への関心を高めるための方策について
- ・ 食の指導に関して、教職員の共通理解を図るための方法について

食を通して自らの健康を保とうとする意識を、生徒が自ら高めるための方策について



学校給食や学校の食育活動が子どもたちの食習慣に与える影響について、三澤美菜

食を通して自らの健康を保とうとする意識を、生徒が自ら高めるための方策について

- 小学校で食育の授業を受けたと多くの生徒が覚えているが、行動を起こそうとする意志に結びついていないようである。
  - 中学校での食に関する活動やその支援をいかに、日常生活の中に、継続的に取り入れていくことができるかがカギではないか？
- 行動変容段階モデルにおいて、**無関心期**や**関心期**への働きかけで効果的なアプローチは:
- 意欲の高揚:** 行動変容に役立つ情報の収集や理解を通して行動変容に対する意識が高まる事  
具体的な活動例としては: **情報提供や社会資源の紹介など**
  - 感情的経験:** 問題行動を続けた場合の否定的な感情(恐怖や恐れ)や、肯定的な感情(ひらめき)を体験する事  
具体的な活動例としては: **状況を想像し、自分の言葉で表現する活動など**
  - 環境の再評価:** 問題行動を続けた場合の周囲への影響や行動変容した場合の周囲への影響を再評価する事  
具体的な活動例としては: **家族などに与える影響を考え表現してみる活動など**

家庭や地域の食育への関心を高めるための方策について

家庭の食育への関心を高めるための方策について

- 毎月の給食だよりや保健だよりへの食情報
- 家庭への直接的な発信も大切だが、多くの方が集まる機会をとらえて、食・栄養・健康情報の発信
- 給食試食会
- 児童・生徒から家庭への情報共有を
  - 家庭で話題にさせていただく工夫
  - 子どもからの情報が養育者に響く
- 食育活動によって望ましい食習慣や知識などが児童の身につく。児童・生徒自らがそれらを活用し実践できるようにするためには、例えば、総合的な学習の時間を活用した実践等、**児童・生徒が自分たちの食の学びの成果を地域の人たちに前にして発表するなどアウトプットするところまで実践していくことが大切だ**とされている。
- 学校の(保健委員会など)児童の発表の場と合わせた形で実施
- その他にも…
- **保健所事業との連携** [https://www.pref.asahi.lg.jp/sohoku/kenmin/mu-hoken/health\\_04.html](https://www.pref.asahi.lg.jp/sohoku/kenmin/mu-hoken/health_04.html)

学校でもこのような情報発信、企画は実施されていると思います

「東青地域 家族で実践する「健やか力」向上事業」

「地域でつながる下北子どもスマート事業」 & 下北地域の児童の食に関する調査 のご紹介

学校において食育活動の具体的なヒント&活動ツールとして・・・

- 下北地域県民局地域健康福祉部 保健給室(むつ保健所)より、「地域でつながる下北子どもスマート事業」に先立って下北地域(ミルク給食実施地域)の児童の食に関する調査を行った。課題を検討した。
  - 結果の概要としては、食事調査(3日間)の結果から、児童の栄養摂取状況は**脂質、タンパク質がやや多く、ビタミンやミネラルはやや少ない傾向**が見られ、昼食でも同様だった。食塩の摂取量は家庭での食事、昼食のいずれでも高い傾向が見られた。家庭から弁当を持参する地域の児童・生徒の栄養摂取状況は、家庭の食生活によるところが大きいことが推察され、児童の食生活、保護者の弁当を作る際の食材調達状況や**困りごと**などが明らかとなった。
  - 毎日のお弁当で、メニューのマンネリ化や、栄養バランスの難しさを挙げる人が多く、お弁当の量が多い(適正な量の把握が難しい)と思っている人の割合も高かった
- 野菜果物が少ない傾向
- 揚げ物、炒め物の主菜が多い傾向

地域でつながる下北子どもスマート事業の取組について (R2～R4実施)

【地域住民の皆様へ】スマートランチレシピ集を作成しました!

【関係機関の皆様へ】スマートランチツールの活用について

[https://www.pref.asahi.lg.jp/sohoku/kenmin/mu-hoken/health\\_04.html](https://www.pref.asahi.lg.jp/sohoku/kenmin/mu-hoken/health_04.html)

そこで、調査の結果から…ツールやレシピ集などが開発され、県(むつ保健所HPにて)紹介されています

地域でつながる下北子どもスマート事業の取組について (R2～R4実施)

【関係機関の皆様へ】スマートランチレシピ集を作成しました!

【関係機関の皆様へ】スマートランチツールの活用について

[https://www.pref.asahi.lg.jp/sohoku/kenmin/mu-hoken/files/1\\_smart-lunch-recipe.pdf](https://www.pref.asahi.lg.jp/sohoku/kenmin/mu-hoken/files/1_smart-lunch-recipe.pdf)

[https://www.pref.asahi.lg.jp/sohoku/kenmin/mu-hoken/files/2\\_shushi.pdf](https://www.pref.asahi.lg.jp/sohoku/kenmin/mu-hoken/files/2_shushi.pdf)

[https://www.pref.asahi.lg.jp/sohoku/kenmin/mu-hoken/files/3\\_shinku.pdf](https://www.pref.asahi.lg.jp/sohoku/kenmin/mu-hoken/files/3_shinku.pdf)

[https://www.pref.asahi.lg.jp/sohoku/kenmin/mu-hoken/files/4\\_shokun.pdf](https://www.pref.asahi.lg.jp/sohoku/kenmin/mu-hoken/files/4_shokun.pdf)

[https://www.pref.asahi.lg.jp/sohoku/kenmin/mu-hoken/files/5\\_2\\_isho.pdf](https://www.pref.asahi.lg.jp/sohoku/kenmin/mu-hoken/files/5_2_isho.pdf)

[https://www.pref.asahi.lg.jp/sohoku/kenmin/mu-hoken/files/5\\_3\\_isho.pdf](https://www.pref.asahi.lg.jp/sohoku/kenmin/mu-hoken/files/5_3_isho.pdf)

[https://www.pref.asahi.lg.jp/sohoku/kenmin/mu-hoken/files/5\\_4\\_isho.pdf](https://www.pref.asahi.lg.jp/sohoku/kenmin/mu-hoken/files/5_4_isho.pdf)

[https://www.pref.asahi.lg.jp/sohoku/kenmin/mu-hoken/files/5\\_5\\_isho.pdf](https://www.pref.asahi.lg.jp/sohoku/kenmin/mu-hoken/files/5_5_isho.pdf)

[https://www.pref.asahi.lg.jp/sohoku/kenmin/mu-hoken/files/5\\_6\\_isho.pdf](https://www.pref.asahi.lg.jp/sohoku/kenmin/mu-hoken/files/5_6_isho.pdf)

[https://www.pref.asahi.lg.jp/sohoku/kenmin/mu-hoken/files/5\\_7\\_isho.pdf](https://www.pref.asahi.lg.jp/sohoku/kenmin/mu-hoken/files/5_7_isho.pdf)

[https://www.pref.asahi.lg.jp/sohoku/kenmin/mu-hoken/files/5\\_8\\_isho.pdf](https://www.pref.asahi.lg.jp/sohoku/kenmin/mu-hoken/files/5_8_isho.pdf)

[https://www.pref.asahi.lg.jp/sohoku/kenmin/mu-hoken/files/5\\_9\\_isho.pdf](https://www.pref.asahi.lg.jp/sohoku/kenmin/mu-hoken/files/5_9_isho.pdf)

[https://www.pref.asahi.lg.jp/sohoku/kenmin/mu-hoken/files/5\\_10\\_isho.pdf](https://www.pref.asahi.lg.jp/sohoku/kenmin/mu-hoken/files/5_10_isho.pdf)

### 食の指導に関して、教職員の共通理解を図るための方法について

・ 提言者の先生方へ、課題として考えられることは？

1. 学校現場における先生方の多忙さ
2. 栄養教諭・学校栄養職員が学校にいないことなどによる連携の難しさ

先ほどの栄養教諭等の調査結果から 明確になった課題（栄養教諭側から見て）

1. 職場の人数不足
2. 学校との連携の難しさ
3. 担当校数の多さ
4. 食に関する指導の授業時間の確保の難しさや単発の指導
5. 栄養教諭の役割についての理解不足

### 食べることは生きること

- ・ 児童・生徒の実態をしっかりと把握(アセスメント)、共有し、関係職種・関係機関の専門職者が連携して、息の長い活動を計画、実施、評価しながら、改善するべき点を改善しつつ、継続していくことにより、食育の効果は、(妊産婦～乳幼児期～)学童期～青年期～成人期～高齢期と各ライフステージを通して、シームレスに続いていきます。
- ・ 学校だけでなく、地域住民の栄養・健康課題に取り組む市町村、保健所等の栄養士・地域の食生活改善推進員さんなどの連携協力を！
- ・ 学校では、毎日の給食を教材として活用しつつ、授業や学校内での企画・イベントの実施では、講師として外部の人材の活用なども検討できるのではないのでしょうか。

そして・・・

青森県立保健大学を、  
栄養学科・栄養教諭を目指す学生を  
ぜひご活用ください！

いつでもご相談、お声がけ  
ください！



ご清聴ありがとうございました



## 第4分科会記録

第4分科会 分科会名 「食に関する教育」

協議題 生涯を通じて健康な生活を送るための食に関する指導の進め方

【提言1】八戸市立南郷小学校 養護教諭 栗原 沙織 氏

「本校の食育の実践」

- ・栄養教諭と連携し、全学年で食に関する指導を行っている。また1年生では給食センターの見学を実施し、給食が届くまでのお話を聞いたり、献立作成や調理員さんのお仕事を見たり聞いたりしたことにより、好き嫌いをせずに残さず食べる児童が増えた。
- ・食育見学会では、八戸市学校西地区給食センター栄養教諭の宮内郁恵氏を講師として招き、地産地消の講話をしていただいた。地産地消を考慮した献立作成を行っていること、発達段階に応じた食に関する指導の取組について学んだ。
- ・家庭、地域との連携では全校による親子農園を行っている。栽培する作物決めから、収穫までの計画は保護者が主体となって行っている。また1年を通してそばや米、ブルーベリーなど地域の方の協力のもと体験学習を行っている。
- ・校内での取組として、給食時間の指導を行っている。黒板のチョークの粉の飛び散りを防ぐため、給食時間には黒板にカーテンを引いている。令和4年度のすこやか健康会議では食事のマナーをテーマに自分自身の食生活をふり返り、じょうぶな体づくりのための方策を目的に実施した。アンケート結果をお知らせし、家庭での食事マナーの指導の参考にいただいた。
- ・課題として①体験学習が単なる体験で終わらないように工夫すること、②地域の方の高齢化に伴う人材不足が挙げられた。
- ・今後も「食」の大切さに対する意識向上を目指し、地域や家庭との連携を図りながら児童の成長につなげられるような取組を実施したい。

【提言2】六ヶ所村立泊中学校 教頭 安田 泰輔 氏

「本校における「弁当の日」の実践」

- ・お弁当づくりには3つの挑戦コースがあり、献立から買い出しまで計画的に取り組んでいる。
- ・栄養教諭と連携して、栄養バランスや思春期に必要な栄養素などの食育指導を行っている。また、お弁当向けの簡単なレシピ紹介など「お弁当の日」への意識づけを行っている。
- ・当日はICTを活用したお弁当紹介タイムを設定し、こだわりや感想発表を行っている。子ども達自身で撮影した写真は、廊下に掲示し小学生や保護者にも取組を知ってもらう機会としている。
- ・生徒のアンケートの結果から、ほとんどの生徒がお弁当を自分で作ろうとしている様子がみられた。年2回のお弁当の日で1回目よりも2回目の方がコースも上がった。感想からお弁当の日を通して食に関する関心や感謝の心、健康な食事について考える意識が育っていることが分かった。
- ・課題として①行事の時間を確保することが難しい、②保護者から実施に反対の声も少なからずある、③肥満の改善にはつながらなかった、④メニューのマンネリ化が挙げられた。



- ・新型コロナウイルス感染症5類に移行後は、食事の楽しさや直接のコミュニケーションを盛りこんだアフターコロナの体制づくりを考えていきたい。また、生徒の生涯にわたる心と身体の健康づくりのために学校として何ができるのか今後も考えていきたい。

【助言】青森県立保健大学健康科学部栄養学科 教授 鹿内 彩子 氏

- ・学校給食は、栄養バランスのとれた食事を提供するだけでなく、各教科や特別活動、総合的な学習の時間等における教材としても活用することができ、大きな教育的意義がある。食育に関する指導の教材として、学校給食への地場産物の活用も推進されている。その一方で、近年は、食物アレルギーへの対応や、食材費・燃料費の高騰など様々な課題に直面している。
- ・青森県は栄養教諭・学校栄養職員の数が全国の中でも少なく、「指導を受けたことがない」児童生徒も多い。青森県内の栄養教諭・学校栄養職員を対象とした食育の推進状況の調査では、職場の人数不足や学校との連携の難しさ、担当校数の多さ、食に関する授業時間の確保の難しさ、栄養教諭の役割についての理解不足などの課題が明らかとなった。生徒への調査では、食育による苦手克服の役立ち感や、養護教諭を含めた先生との連携の大切さが明らかとなった。
- ・食育を通して生徒自らが健康を保とうとする意識を高めるには、学校での食に関する活動やその支援を、日常生活の中に継続的に取り入れていくことが重要である。行動変容に無関心な対象にはまず意識に働きかけてみるとよい。例えば、問題行動を続けた場合にどうなるかを想像して自分の言葉で表現してみる事や、役立つ情報や社会資源の紹介が効果的である。
- ・家庭や地域の食育への関心を高めるためには、子ども達が保護者に響くように家庭で話題にしてもらうことが効果的である。また、児童生徒が学びの成果を地域に向けて発信していくことで、自分が学んだことに気付くことができる。その他にも、保健所事業や大学との連携も検討することで食育の実施可能性を広げることができる。
- ・食の指導に関して教職員の共通理解を図るにあたって、学校現場における先生方の忙しさや、栄養教諭・学校栄養職員が学校にいないことによる連携の難しさが課題となっている。そのような状況の中で、南郷小学校では、各教科との関連を意識した学習や、各学年で行っている野菜やそば等の栽培・収穫・調理といった食育に関する取り組みが、先生方の理解に繋がっていると考えられる。泊中学校では、先生方が生徒と良い関係を築いているからこそ、多忙の中でも「子ども達を楽しませたい」という思いで協力的に関わっている。また、弁当が自分で作れない人への逃げ道を残しておくことで、大人も子どもも楽しんで行うことができていると考えられる。
- ・学校では、毎日の給食を教材として活用しつつ、講師として外部の人材の活用なども検討できる。また学校だけでなく、市町村や保健所等の栄養士、地域の食生活改善推進員さんなどとの連携を図ることも考えられる。「食べることは生きること」と言われるほど食は子ども達にとって大切である。学校では児童・生徒の実態を把握し、長期的視野で活動を計画し、実施、評価、改善しながら継続していくことが求められる。



第五分科会

学校環境衛生

研究協議題

「快適な学習環境をつくるための学校環境衛生活動の進め方」

◆提言者

天空堂勤務（十和田市） 薬剤師 永尾 奈美子

「砂場の環境衛生について」

◆提言者

アイン薬局野辺地店勤務 薬剤師 市川 啓司

「学校における換気について」

◆助言者

青森大学薬学部薬学科 教授 川村 仁

## 第五分科会

# 砂場の環境衛生について

青森県学校薬剤師会十和田支部  
永尾奈美子

## 学校薬剤師会十和田支部概要 (2023年現在)

- 支部会員数：19名
- 担当学校数：県立校3校、中学校8校、小学校14校、認定こども園8園
- 職務：
  - 4～5月：尿検査
  - 6月：飲料水検査
  - 7月：プール水検査
  - 6～9月：ホルムアルデヒド検査
  - ダニアレルゲン検査
  - 砂場検査
  - 12～2月：二酸化炭素検査
  - 夏期・冬期：照度検査
  - 週1回年間：フッ素洗口液調整（こども園幼稚園保育園21件）
  - その他：薬物乱用防止教室（2022年度…小学校5件・中学校5件）

## 目的

学校環境衛生基準の定期検査における「学校の清潔及びネズミ、衛生害虫」の「学校の清潔」の項目において、「運動場、砂場等は、清潔であり、ごみや動物の排泄物等がないこと」とあり、砂場は衛生管理の対象であり素手で触る機会もある場所であることから、汚染状況の検査を2009年から開始した。

検査結果に基づき、砂場の衛生管理方法と管理の必要性を提案するものである。

### 砂場検査実施状況

実施年	小学校			中学校			認定こども園		
	回数	件数	回数	件数	回数	件数			
2009	21	28	9	10	-	-			
2010	21	27	8	8	-	-			
2011	20	26	8	8	-	-			
2012	15	20	8	8	-	-			
2013	15	19	8	8	2	2			
2014	14	19	7	7	4	4			
2015	13	15	6	6	0	0			
2016	13	15	6	6	0	0			
2017	13	14	6	6	8	9			
2018	13	14	5	5	8	9			
2019	11	12	5	5	8	6			

## 検査件数

2020～2023年の4年間の検査実績を報告する。

実施年	小学校	中学校	認定こども園	計
2020	15	6	9	30
2021	14	6	9	29
2022	14	5	9	28
2023	12	5	9	26

## 学校種別検出数

実施年	小学校			中学校			認定こども園		
	大腸菌群数	サルモネラ	回虫卵	大腸菌群数	サルモネラ	回虫卵	大腸菌群数	サルモネラ	回虫卵
2020	3	-	-	2	-	1	4	-	-
2021	1	-	-	-	-	-	1	-	-
2022	-	-	-	1	1	-	2	2	-
2023	-	-	-	-	-	-	1	-	-

## 検査結果内訳

### 1. 大腸菌群数

実施年	小学校					中学校				認定こども園			
	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	
2020	160	10	640	-	12	66	-	-	65	48	160	370	
2021	-	-	-	60	-	-	-	-	-	-	-	41	
2022	-	-	-	-	-	-	16	-	24	-	-	57	
2023	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	980	

(単位：個/99)

### 2. 回虫卵

2020年：1件（中学校）

### 3. サルモネラ

2022年：3件（中学校1校、認定こども園2園）

## 事後措置

1. 日常的な砂場の衛生管理として全校及び園に対して定期的な消毒を指導しているため、いずれの検査項目が検出された場合であってもまず消毒状況を確認し、**消毒の徹底を指導**。
2. 消毒方法は、**次亜塩素酸ナトリウム100～200ppm溶液を、砂場1平方メートルあたり1リットル程度、ジョウロ等で砂場全体に散布**することを指導しており、**炎天下や降雨時は避け、夏期は1週間に1度以上の短期間に散布**することを助言。
3. 検出した場合には**20cmほど深くを掘り下げ、中の砂を日光に当てた状態で消毒**することも推奨しており、砂場の使用頻度にもよるが、**3～5年ほどで砂の交換**を提言する場合もある。
4. 学校や園の砂場環境の特性ごとに考えられる対策をとる場合もある。

## 管理状況



**【図1】**  
C中学校砂場管理状況  
回虫卵検出、野生動物の多い環境  
→消毒の他に砂場不使用時ブルーシート使用により以降回虫卵不検出

**【図2】**  
I認定こども園管理状況  
大腸菌群多数、回虫卵、サルモネラ検出、砂場上に野鳥のとまる藨藨あり  
→砂場を樹木のない場所（手前）に移設、砂入替え以降回虫やサルモネラ不検出

**【図3】**  
C小学校閉鎖砂場  
大腸菌群多数検出、降雨時に土砂流入しやすい環境  
→別途使用可能な砂場あり、当砂場当分不使用のため閉鎖

## 考察

1. **過去4年の検出件数が概ね減少傾向**にあることから、本市における砂場の衛生状況は良い状態にある。
2. **サルモネラ検出時は上述の消毒方法を見直し指導徹底**することにより次年度は検出されず、**大腸菌群数**についても同様の消毒方法で次年度以降不検出校が多い。
3. 検出頻度や菌数の多い学校・園の原因として、**砂場周囲の植物や動物の環境、砂場に土砂の流入が考えられる場合**などが推定されるため、砂場ごとの環境に応じた指導・助言が肝要だろう。
4. **次亜塩素酸ナトリウムを適正濃度にして適切散布を実施できれば当該消毒方法は砂場に対して一定の効果を発揮していると考えられ、その継続には、頻回に消毒方法の徹底を確認していく必要がある。**

## 結論

1. 屋外設置の砂場は周囲の環境による影響を大きく受けやすいため、**原因の特定や環境改善に労力を要する側面**を持つ。一方で、最低限の環境確保のうえでは**日常的な適切な消毒により汚染防止は制御可能な施設**でもあることが分かる。
2. 使用後は感染防止の観点から、園児・児童・生徒たち自身にも必ず手洗いを奨励すべき施設であることも忘れてはならない。
3. 校外学習から戻ったら必ず手洗いの徹底といった習慣付けは衛生観念の醸成を図るためにも、砂場という施設が有効なきっかけ作りにもなり得るだろう。

ご清聴有り難うございました。



第五分科会

# 学校における換気について

青森県学校薬剤師会三沢支部  
市川啓司

## はじめに

新型コロナウイルス発生時におけるパンデミックの状況の中で情報が錯綜していた。われわれ薬剤師として抗原検査の無料配布事業では、1名ずつキットを再包装し使用方法の説明や事前確認などを実施した。待機期間の変更も何度もあり、混乱が発生しないよう丁寧な説明を心掛けた。多くの方がキットを求めるために来局した。

また、治療薬も流通するようになった。その中でパキロピッドは併用禁忌薬が多数あり、併用禁忌も非常に多い。投与前チェックリスト、併用に慎重になるべき薬剤リストを活用しての調剤を想定し対応をとっていた。薬剤師としても経験を越えた多くの対応を求められた期間でもあった。

一方、学校での感染防止対策では文部科学省から、感染防止対策として「換気が悪い密閉空間、多くの人の密集、近距離での接触」を回避する考えが示された。

我々学校薬剤師としても担当校へは三密（密集、密接、密閉）回避の対応を助言してきたが、寒冷地における冬季間の換気については一律に換気を求めることも難しく、室温の低下などの温度変化に伴う健康への懸念、短時間の換気など試行錯誤の連続であった。

その中で5回移行したことにより、今後の感染防止対策について検討すべき新たなフェーズに入ったと考える。

特に冬季における対策について、夏季同様一律の対策は現実的ではないが、アフターコロナの時代における学校での感染防止。特に、換気について検討が求められるだろう。

## 目的

教室等の環境に係る学校環境衛生基準「換気及び保温等」の定期検査を実施した結果から、新型コロナウイルス5類移行に伴う教室内の適切な換気方法と感染防止対策について、過去3年間の検査に基づき検討した。

## 方法

実施教室:野辺地高等学校普通教室  
実施時期:令和3~5年まで合計5回測定  
検査項目:二酸化炭素、気流、温度、湿度  
検査機器:カタ温度計:気流

CO<sub>2</sub>モニター:二酸化炭素、温度・湿度



教室の風景



CO<sub>2</sub>モニター



測定



カタ温度計

## 検査結果

実施日	教室名	生徒数	窓開け状況		上部窓開放状況		二酸化炭素 ppm		気流 (1/19sec)	温度 (°C)	湿度 (%)
			窓下側	外側	窓下側	外側	教室	廊下			
3年度											
10月6日	3年1組	39	一部開	閉	①	830				26	46
					②	899					
					④	720					
4年度	化学室	4			①	518			27	42	
					④	518					
11月7日	1年輪室	20	全開	閉	閉	①	550	465	-	23	44
7月9日	1年学習室	30	全開	-	閉	①	580			23	72
						②	570	520			
						④	550				
7月19日	1年学習室	2	全開	-	閉	①	500	500	0.279	25	66
						②	480				
7月19日	1年1組	17	一部開	閉	閉	①	800			24	73
						②	520	500			
						④	508				
						④	820		0.605		

注:①~④は測定時間を示す。①:検査開始時、②:15分後、③:30分後、④:終了時

学校環境衛生基準 二酸化炭素 ppm ≤1500 気流 (1/19sec) ≤0.5 温度 (°C) 15℃以上、28℃以下 湿度 (%) 20~60%

## 空調設置状況



天井設置の空調の吹き出し口下での気流測定時には、基準値の0.5m以上の空気の流れを発生してしまう。吹き出し向きも変更するような、柔軟な取扱いが必要なる例です。

### 想定換気回数試算結果

実施日	教室名	生徒数	窓開放状況		上部窓開放状況		二酸化炭素 ppm		気流 m/秒	想定換気回数	換気強度
			廊下側	外側	廊下側	外側	教室	廊下			
<b>3年度</b>											
10月9日	3年1組	39	一部開	閉	①	650				38	中間 (650ppm)
					②	690				25	
					③	720				22	
<b>4年度</b>											
	化学室	4			①	618				—	【平均値】
<b>5年度</b>											
11月7日	1年教室	20	全開	閉	①	650				29	
					②	764	495			8	
<b>6年度</b>											
7月3日	1年学習室	30	全開	閉	①	660				92	多い (650ppm)
					②	670	520			73	
					③	660				122	
					④	660				—	
7月13日	1年学習室	2	全開 エアコン稼働	閉	①	600				244以上	【平均値】
					②	490	500	0.279		6	
					③	900			0.499	5	
					④	603	500			7	
7月19日	1年1組	17	一部開 エアコン使用	閉	①	820				7	少ない (520ppm)
					②	820			0.605	7	
					③	820				—	
					④	820				—	


### 「学校環境衛生基準」解説2022

1. 換気回数の基準  
(教員(大人)1人と児童・生徒40人が在室する、教室容積180 m<sup>3</sup>の教室の場合)

- ・ 幼稚園 : 2.1回/h
- ・ 小学校低学年 : 2.4回/h
- ・ 小学校高学年・中学校 : 3.4回/h
- ・ 高等学校 : 4.6回/h

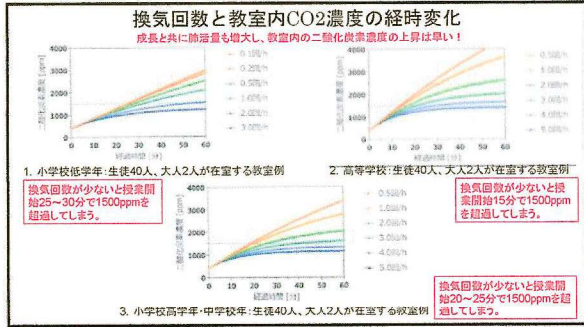
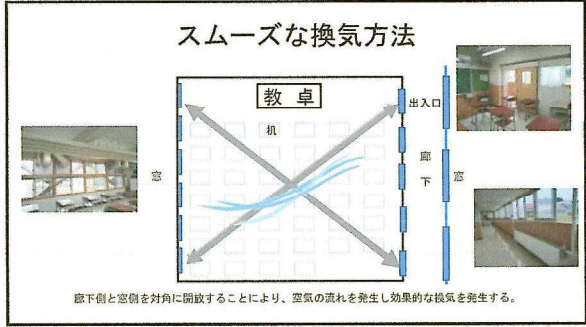
2. CO<sub>2</sub>呼出量

- ・ 幼稚園児・小学生低学年 : 0.011 m<sup>3</sup>/h
- ・ 小学生高学年・中学生 : 0.016 m<sup>3</sup>/h
- ・ 高校生・大人 : 0.022 m<sup>3</sup>/h



### 事後措置

今回の検査では十分に換気されていた。  
過去3年間の定期検査では平均6回~95回は換気されていた。最大で244回の換気が計算上行われていた時期もあったことになる。その場合の教室のCO<sub>2</sub>は外気と同一であった。  
特に、令和6年7月3日のCO<sub>2</sub>は平均660 ppmと廊下濃度と同程度まで換気効果が発揮され平均95回の換気が行われたことになる。生徒数も30名在室していたが、窓開放が奏効した。  
しかし、7月13日のCO<sub>2</sub>は平均882 ppm、廊下濃度より1.7倍の高い濃度であった。  
エアコン稼働中であったのか、窓を開けて(一部開放)いた。気流が0.6 m/秒と基準を超える空気の流れが発生しても、換気のための窓開放の程度により換気効率は低下したものと推測する。  
生徒数が17名であっても、7月3日の換気回数と比較すると1/6に低下していた。  
よって、たとえエアコン稼働であっても換気のための窓の開放は重要なファクターである。  
しかし、検査時の生徒数が17名と小人数であったことから、学校環境衛生基準のCO<sub>2</sub>1500ppmを超過することはなかったことは幸いであった。  
以上のことから、授業中の窓の開放は継続し、休み時には廊下の窓も開放し換気に努める。しかし、冬季は室温に留意しつつ、休み時間は教室の窓の開放に留意して換気に努める配慮も必要だろう。



### 考 察

換気は、可能な限り常時努めることが望ましい。廊下側と窓側を対角に開けることにより、効率的な換気が可能とする。  
しかし、それが困難な場合は頻回に(30分に1回以上、数分間程度、窓を全開する)2方向の窓を同時に開けて行うようにする。  
高校生の場合、換気回数が少ないと概ね15分程度で1500ppmを超えるといた報告があることから、新型コロナウイルスの5類移行後においても、換気の実施は学校で可能な感染防止対策として、今後も重要であることを意識して環境管理に取り組んでいただきたい。

### 引用資料

1. 日本薬剤師会：「学校環境衛生基準」解説2022、薬事日報社
2. 新型コロナウイルス感染症対策専門家会議：  
「新型コロナウイルス感染症対策の見解」、2020年3月9日
3. 文部科学省：「学校における新型コロナウイルス感染症に関する衛生管理マニュアル」



## 第 5 分科会 記 録

第 5 分科会 分科会名 「学校環境衛生」  
協 議 題 快適な学習環境をつくるための学校環境衛生活動の進め方

【提言 1】青森県学校薬剤師会十和田支部 天空堂 薬剤師 永尾 奈美子 氏  
「砂場の環境衛生について」

【提言 2】青森県学校薬剤師会三沢支部 アイン薬局野辺地店 薬剤師 市川 啓司 氏  
「学校における換気について」

### 【質疑応答・協議】

八戸学校薬剤師会 小池 智彦 氏

Q：H6年から約30年間毎年20万円をかけて年に5校ずつ砂場の汚染状況の検査を行っている。学校や子ども園において、砂場の管理や消毒は定期的に行うことが難しいのか、動物の侵入を防ぐためのブルーシートをかけっぱなしにしている所が多い。そうしているうちに砂が土に変わったり、菌が増殖したり、タイヤやブロックを置いて児童らがケガをしたりするなど、別の問題につながっている事例もある。

消毒は定期的に行うことが重要であるため、ブルーシートのかけっぱなしは汚染の防止にはつながらない。徹底して行うのならば教育委員会の方から「砂場の消毒をする日」として各校へ連絡し、職員間で役割を決めて行うべきである。また、消毒の方法や消毒液のつくり方など、知っている職員が常にいるよう引継ぎが大切である。

A：消毒の仕方などは、薬剤師→養護教諭→用務員（技能主事）へと伝え、定期的に行われるのが理想である。

【助言】青森大学薬学部薬学科 教授 川村 仁 氏

#### 1 砂場の環境衛生について

学校環境衛生基準のうち、学校の清潔に基づいて行われている。しかし、消毒を定期的に行っているところは少ないため、完全実施を目指していきたい。

今回の調査から、ある認定子ども園が、次亜塩素ナトリウムによる消毒ではなく独自の方法（EM菌）を使用して砂場を管理していることが分かった。その結果、大腸菌の検出が初めて検出した年から、今年度に至るまで改善されていなかった。ここで行われていた方法は水質浄化の仕組みに類するもので、砂場の消毒には水分が少なすぎるため、消毒効果を期待するものでなく、おおきな誤解があることがわかった。このことから次亜塩素酸ナトリウムを使用し、その濃度を間違えずに定期的に散布することが望ましいことが分かる。

しかし、消毒とは決して無菌状態をつくるというわけではない。人は、多くの微生物と共存して生きている。砂場やトイレといった場所は、多数の菌が存在する当然の場所である。そこから子供たちを守るのは衛生観念の醸成である。鳥などの野生動物は細菌の塊なので触らな

いこと、砂場やトイレを利用したら手洗いを徹底することなどを教えなければならない。つまり、子ども達は無意識に目をこすったり、口に入ったりすることはよくあることだからだ。コロナ禍により手洗いが徹底されていた時期はノロウイルスへの罹患は1/3に減少し、食中毒も半減したことが、手洗いの重要性の何よりの証拠である。

## 2 学校における換気について

屋外の二酸化炭素濃度はおよそ400ppmである。室内では1000ppm程度の上昇をもって換気の見直しとするべきでしょう。今回の測定例から17人在籍で900ppmの濃度結果から換算すると、1時間の換気回数は5～6回程度空気は入れ替わってことになった。

換気の必要性が認識できた結果ではないでしょうか。これからの時期、寒いからと言って換気を怠ると高校の場合では20分で基準値の1500ppmを超えることが過去の調査結果から分かっている。

そこで大切なのは「気流」である。空気が流れなければ換気は不可能となる。ある学校の換気励行の試みでは「5・5・5運動」（窓側5cm・入口側5cm・5分間開けて換気をする活動）を行っている。

目に見えないものを測定するので、二酸化炭素モニターを利用することはもちろんだが、教室の入り口などに糸を下げて、風で揺らぐことにより気流が発生することから、空気の流れを見える化するなど、誰もが風の流れを感じる方法を取り入れるのもよいだろう。

インフルエンザはすでに流行しているが、冬のこれからの感染防止対策の勝負の時期でもある。廊下と窓を対角に開放し、スムーズな換気を実施してほしい。

# 令和5年度 青森県学校保健・安全・給食研究大会 大会実行委員 名簿一覧

NO	実行委員会 役職	所属団体	氏名	備考
1	実行委員長	上北地方学校保健会 会長	鈴木 吾朗	(社)上十三医師会 代表
2	副実行委員長	上北地方学校保健会 副会長	木村 英敏	上十三歯科医師会 代表
3	"	"	渡邊 珠夫	(社)上十三医師会 代表
4	"	"	村上 輝仁	三沢市立岡三沢小学校 校長
5	"	上北地方学校保健会 野辺地町理事	戸館 雅大	野辺地町学校保健会 会長
6	" 事務局長	野辺地町保健会事務局校 校長	樽館 満	野辺地町立野辺地中学校 校長
7	監事	野辺地町立野辺地小学校 校長	木村 典克	野辺地町立野辺地小学校 校長
8	"	野辺地町立若葉小学校 校長	眞石 卓生	野辺地町立若葉小学校 校長
9	委員	野辺地町教育委員会 教育長	新渡 幹夫	野辺地町教育委員会 教育長
10	"	上北地方小学校長会 会長	川村 拓己	三沢市立上久保小学校 校長
11	"	上北地方中学校長会 会長	藤田 誠志	十和田市立三本木中学校 校長
12	"	青森県高等学校長協会二北地区校長会 会長	小森 直樹	県立三本木高等学校 校長
13	"	上北地方学校保健会 監事	干 瑞将	上十三歯科医師会 代表
14	"	"	其田 奈央子	三沢市保健主事会 会長 三沢市立第三中学校 養護教諭
15	"	上北地方学校給食連絡協議会 会長	中野 純	十和田市立ちとせ小学校 校長
16	"	上北地方学校保健会 十和田市理事	大山 和成	十和田市学校保健会 会長
17	"	上北地方学校保健会 三沢市理事	鈴木 吾朗	三沢市学校保健会 会長
18	"	上北地方学校保健会 七戸町理事	山本 覺	七戸町学校保健会 会長
19	"	上北地方学校保健会 おいらせ町理事	渡邊 珠夫	おいらせ町学校保健会 会長
20	"	上北地方学校保健会 六戸町理事	沼田 知明	六戸町学校保健会 会長
21	"	上北地方学校保健会 横浜町理事	石木 基夫	横浜町学校保健会 会長
22	"	上北地方学校保健会 東北町理事	角田 正美	東北町学校保健会 会長 東北町立東北中学校 校長
23	"	上北地方学校保健会 六ヶ所村理事	米田 喜與志	六ヶ所村学校保健会 会長
24	"	上北地方学校保健会 参与	澤井 淳也	上北教育事務所 指導主事
25	"	上北地方学校保健会 事務局長	高橋 誠	三沢市立岡三沢小学校 教頭
26	"	野辺地町学校保健会 事務局	棚内 一将	野辺地町立野辺地中学校 教頭
27	"	十和田市連合PTA 会長	長谷地 信也	事務局 十和田市立三本木中学校
28	"	三沢市連合PTA 会長	米沢 美幸	事務局 三沢市立上久保小学校
29	"	上北地方連合・野辺地町連合PTA 会長	玉川 敏広	事務局 野辺地町立若葉小学校
30	"	上北地方養護教諭会 会長	田中 直美	野辺地町立野辺地中学校 養護教諭
31	"	上北地方学校保健主事会 会長	田村 晶代	三沢市立古間木小学校 教諭

令和5年度

青森県学校保健・安全・給食研究大会  
野辺地大会

編集・発行

大会実行委員会事務局

〒039-3101 青森県上北郡野辺地町字浜掛11番地5

野辺地町立野辺地中学校

TEL.0175-64-2225 FAX.0175-64-1900