

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



浜町の常夜燈（町指定史跡）

主催 青森県教育委員会 青森県学校保健会 上北地方学校保健会
野辺地町教育委員会 野辺地町学校保健会
公益財団法人青森県学校給食会

主管 令和5年度青森県学校保健・安全・給食研究大会実行委員会
野辺地町学校保健会

目 次

○ あいさつ	青森県教育委員会	教育長	風 張 知 子	1
	青森県学校保健会	会 長	高 木 伸 也	2
	公益財団法人			
	青森県学校給食会	理事長	奈 良 和 仁	3
○ 実行委員長挨拶	上北地方学校保健会	会 長	鈴 木 吾 朗	4
○ 歓迎のことば		野辺地町長	野 村 秀 雄	5
◆ 大会開催要項			6
◆ 基調講演	演 題	「○○能力で短命県返上！！」 ～子どもたちの未来を守るため～		
	講 師	チーム「食卓の向こう側」 元西日本新聞社 編集委員 佐 藤 弘 氏		8
◆ 課題別分科会	第1分科会	歯・口の健康づくり		9
	第2分科会	安全教育		23
	第3分科会	健康教育		33
	第4分科会	食に関する教育		45
	第5分科会	学校環境衛生		55
◆ 大会実行委員会名簿			67
◆ 協賛団体紹介	青森県産米需要拡大推進本部		68
	青森県牛乳普及協会		69



あいさつ

青森県教育委員会

教育長 風 張 知 子

県内各地から多数の方々の御参会を得て、令和5年度青森県学校保健・安全・給食研究大会が、野辺地町において盛大に開催できますことをお喜び申し上げます。

皆様には、本県の子どもたちが安全・安心な教育環境の中で、新しい時代に求められる資質や能力を身に付けることができるよう、日頃から学校保健、学校安全及び食に関する指導の充実に御尽力いただいておりますことに対し、深く敬意と感謝の意を表します。

さて、近年、児童生徒の生活環境の急激な変化を背景として、生活習慣の乱れ、新型コロナウイルスなどの感染症、薬物乱用の問題など様々な健康課題が生じており、学校における対応も多様化、複雑化してきています。また、家庭や社会生活における事件・事故、自然災害などでの子どもたちの心のケアの充実が求められるとともに、SNSに起因する犯罪などの「現代的な課題」も生じております。

これらの子どもたちの健康課題の解決を図るため、学校、家庭及び地域社会が一体となり、変化の激しいこれからの社会を生きていくために必要な資質・能力である「生きる力」を育む健康教育を推進していくことが重要です。

県教育委員会では、子どもたちが、生涯にわたって自ら進んで運動に親しみ、健康で安全な生活と豊かなスポーツライフを送ることができるよう、家庭や地域社会との連携を図りながら、心と体を一体として捉え、健やかな体を育む教育の推進に努め、「新しい時代を主体的に切り拓く人づくり」を目指しているところです。

このような中、「たくましく生きる子どもを育む健康教育のあり方をめざして」を主題とし、本大会が開催されますことは大変意義深いものであり、その成果が本県の健康教育の推進に大きく寄与するものと期待しております。

結びに、皆様方の更なる御健勝と御活躍を祈念申し上げ、あいさつといたします。



あいさつ

青森県学校保健会

会長 高木 伸也

令和5年度青森県学校保健・安全・給食研究大会が、県内各地より多くの関係者をお迎えし、ここ野辺地町で開催できますことを、心よりお喜び申し上げます。

皆様におかれましては、平素より、学校保健、学校安全、学校給食の推進に取り組まれておりますことに対し、深く感謝申し上げます。

また、長年にわたり、本県の子どもたちの健康管理や学校保健活動の推進、環境衛生、学校安全のほか、食育や学校給食の充実に献身的な努力を積み重ねられ、栄えある表彰を受けます皆様方に、心よりお祝い申し上げますとともに、深く敬意を表します。

さて、今年の5月に新型コロナウイルス感染症の感染症法上の位置付けが5類に変更となり、学校では日々の活動や行事が従来の形やそれに近いものに戻りつつあります。しかしながら、様々な制限が長引いたことによる子どもたちの心と体への影響は大きく、生活習慣の乱れや心の問題、肥満等、様々な健康課題が浮き彫りとなっております。また、子どもに関わる事件や事故、多発する自然災害等への対応も、喫緊の課題となっております。

社会が大きく変化し続ける中、複雑化・多様化する子どもたちの健康課題に対応していくためには、保健教育や安全教育、食に関する指導などに学校全体で取り組む校内体制を整備するとともに、学校、家庭、地域が連携・協働し、社会全体で子どもの健康づくりや安全教育に取り組んでいくことが重要であると考えております。

青森県学校保健会においては、未来を担う子どもたちの健やかな成長を願い、学校保健活動の支援に取り組んでいるところであり、今後とも、受賞された皆様をはじめ、子どもの健康を願う様々な方々の御協力を賜りながら、本県の健康教育の充実発展に努めて参りたいと考えております。

結びに、本大会の開催に当たり、御尽力をいただきました関係者の皆様に、心から感謝申し上げますとともに、御参会の皆様にとって、本研究大会が実り多い機会となりますことを御祈念申し上げ、あいさつといたします。



あいさつ

公益財団法人青森県学校給食会

理事長 奈良 和 仁

令和5年度青森県学校保健・安全・給食研究大会が、県内各地から多くの方々をお迎えし、野辺地町において盛大に開催できますことを心よりお喜び申し上げます。

本県における健康教育は、年を追うごとに充実をみておりますが、これも皆様方をはじめ、関係各位の長年にわたる御努力の賜物と存じます。

さて、食育基本法では、食育を「生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきもの」、「様々な経験を通じて『食』に関する知識と『食』を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てること」と位置付けています。子どもの頃からの食育、特に学校給食は成長期にある子どもたちにとって、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付けるための重要な役割を果たしており、健全な食生活の実践と習慣化が将来の健康へとつながっていくものです。

本県においても食育推進計画を策定し、様々な施策を長年進めておりますが、肥満や生活習慣病などの健康問題は依然として大きいものがあります。これらの問題を解決していくためには、食だけでなく運動を含めた生活習慣全体を地道に改善していくことは言うまでもないことですが、子どもたちの生活習慣の形成は家庭に占める割合も大きいため、今後も、学校・家庭・地域社会・行政等の関係者が一体となった取組を、より一層推進していくことが重要であると考えております。

このような中、本大会が「たくましく生きる子どもを育む健康教育のあり方をめざして」を主題として、学校保健・学校安全及び学校給食に関わる諸問題について研究協議されますことは誠に意義深いことであり、その成果が今後の課題解決につながることを願っております。

学校給食の歴史と共に歩んできた当給食会としましては、今後とも、食を通して本県健康教育の充実発展に資するため、地場産物の活用推進や良質な学校給食用物資の安定供給、安全で安心な給食を提供するための衛生管理の支援並びに食育支援のための各種事業の充実に努めてまいります。

結びに、本大会の開催にあたり御尽力いただきました関係各位の皆様にご心からお礼申し上げますとともに、皆様方の御活躍と御健勝を祈念申し上げ、あいさつといたします。



実行委員長挨拶

上北地方学校保健会

会長 鈴木 吾郎

令和5年度青森県学校保健・安全・給食研究大会 兼 第64回上北地方学校保健・学校給食研究大会 兼 令和5年度野辺地町学校保健研究大会の開催にあたり実行委員を代表して一言ご挨拶申し上げます。

まずは、新型コロナウイルス感染症が5類感染症移行に伴い、4年ぶりに本大会が開催できましたことは誠に喜ばしい限りです。まだ完全なコロナ禍収束とは言えませんが、以前のように一同に会しての学校行事が行えるようになったのは何よりです。また今回は青森県学校保健・安全・給食研究大会を兼ねる重要な大会となっています。コロナ禍で他の感染症が流行しなかった分、今年はヘルパンギーナ、手足口病、アデノウイルス感染症をはじめ、夏かぜウイルスが乳幼児だけでなく小中学生にも流行しております。感染症の流行に留意しながら、開催に当たりましてご尽力いただいた関係者の方々に深く感謝申し上げます。

子どもたちが安心して健やかに育っていくためには、家庭はもちろんのこと、教育の場であり生活の場である学校が、常に子どもたちの身体に気を配り、時代に即した対応をしていく必要があります。学校保健会は、学校保健の向上発展を目的として、子どもたちの健康に関する調査・研究、それによって得た情報の提供、新たな問題への対策など、学校保健に関する様々な活動を行っております。

本大会は「たくましく生きる子どもを育む健康教育のあり方をめざして」という研究主題のもと、「社会の変化に主体的に対応できる幼児・児童・生徒の育成を目指し、学校保健、学校安全、及び学校給食の当面する課題について研究協議を行い、健康教育のより一層の充実に資する」という趣旨で行われます。

分科会では、「歯・口の健康づくり」、「安全教育」、「健康教育」、「食に関する教育」、「学校環境衛生」の5つの分野で活発な意見交換が行われるものと期待しております。また基調講演は、「◎◎能力で短命県返上！！」～子どもたちの未来を守るため～と題して、チーム「食卓の向こう側」元西日本新聞社 編集委員 佐藤 弘 氏にお願いしております。興味深いお話を拝聴できるものと確信しております。是非とも明日からの教育現場で役立てていただければと考えます。

最後に本会の開催にあたりまして、早い時期から立案・実行にご尽力いただいた野辺地町学校保健会および実行委員会の皆様に敬意と感謝の意を表し挨拶とさせていただきます。



歓迎のことば

野辺地町長 野村 秀雄

令和5年度青森県学校保健・安全・給食研究大会が野辺地町において、県内各地から多くの関係者の皆様をお迎えして、盛大に開催されますことは誠に喜ばしい限りであり、心からお祝い申し上げますとともに、心から歓迎申し上げます。

過去4年間、感染症対策により、本研究大会が誌面開催となっていたと聞き及んでおりましたが、幾多の困難を乗り越え、本日、無事に実地開催できたことは大変喜ばしいことでもあります。本研究大会の開催にあたり、御尽力くださいました関係各位に、深く敬意と感謝の意を表します。

ここ野辺地町は、陸奥湾や烏帽子岳など自然豊かな環境の中にあり、特産品も自然の恵みであるホタテ、こかぶ、カワラケツメイなどとなっております。また、かつては北前船の寄港地として栄えた歴史ある港町でもあり、自然、食、歴史や文化など、数多くの魅力を持った町です。是非、この機会に、野辺地町を御堪能いただければ幸いです。

野辺地町では、「未来につなげる幸せのまち のへじ」を町の将来像として掲げ、現在、その実現に向けて邁進しているところであります。健康分野に関しては、「健康のへじ21」計画を施策として掲げ、各世代での生活習慣の改善に向けた取組により、全町民が健康で安全で明るく生活できる町づくりを行っております。本研究大会の各課題別分科会の提言内容の中に、食育の実践、歯科保健指導、喫煙防止教育などがあり、当町にとっても健康教育の充実に向け大きく寄与する意義深い研究大会であると考えております。このような機会をいただきましたこと、感謝申し上げます。

結びに、各分科会での提案及び運営の任を務めてくださった皆様、そして本大会開催に御尽力賜りました関係者の皆様に心より御礼申し上げますとともに、本大会のますますの御発展と、本大会に参加される皆様の御活躍と御健勝を祈念申し上げ、歓迎のことばといたします。

令和5年度青森県学校保健・安全・給食研究大会

開催要項

- 1 趣旨** 近年、目まぐるしく変化する社会環境にあつて、生涯にわたり一人一人が潤いと活気に満ち、健康で安全な活力ある生活を送ることが重要な課題になっている。
本大会では、社会の変化に主体的に対応できる幼児・児童・生徒の育成を目指し、学校保健、学校安全、及び学校給食の当面する課題について研究協議を行い、健康教育のより一層の充実に資するものである。
- 2 主題** たくましく生きる子どもを育む健康教育のあり方をめざして
- 3 主催** 青森県教育委員会 青森県学校保健会 上北地方学校保健会
野辺地町教育委員会 野辺地町学校保健会 公益財団法人青森県学校給食会
- 4 後援** 上十三医師会 上十三歯科医師会 青森県薬剤師会上十三支部 十和田市教育委員会
三沢市教育委員会 七戸町教育委員会 おいらせ町教育委員会 六戸町教育委員会
横浜町教育委員会 東北町教育委員会 六ヶ所村教育委員会 上北地方小学校長会
上北地方中学校長会 青森県高等学校長協会二北地区校長会 上北地方小中学校教頭会
十和田市連合PTA 三沢市連合PTA 上北郡連合PTA 野辺地町連合PTA
上北地方養護教諭会 上北地方学校保健主事会 上十三学校給食連絡協議会
上北地域県民局地域健康福祉部保健総室（上十三保健所）
- 5 主管** 令和5年度青森県学校保健・安全・給食研究大会実行委員会 野辺地町学校保健会
- 6 協賛** 青森県牛乳普及協会 青森県産米需要拡大推進本部
- 7 期日** 令和5年11月17日（金）
- 8 会場** 亀の井ホテル 青森まかど
〒039-3175 上北郡野辺地町字湯沢9 ☎0175-64-3131
- 9 参加対象** 幼稚園・小学校・中学校・高等学校・特別支援学校の校（園）長及び教職員
学校医、学校歯科医、学校薬剤師
教育委員会の学校保健・学校安全・学校給食関係者
学校栄養士、学校給食共同調理場職員
幼稚園、各校のPTA会員
その他の学校保健・学校安全・学校給食関係者

10 日程

12:30		13:50		14:50		16:30
受付	課題別分科会 (60分)	移動	開会行事 (45分)	基調講演 (90分)	閉会行事 (10分)	
	12:50		14:05		16:20	

11 課題別分科会

分科会名	協議題	提言者	提言内容	助言者
第一分科会 歯・口の健康づくり	生涯にわたって歯・口の健康づくりに励む教育の進め方	外ヶ浜町立三厩小学校 養護教諭 工藤 華子	コロナ禍の歯科保健活動	上十三歯科医師会 よしだ歯科医院 代表 吉田 悦子
		三沢市立木崎野小学校 養護教諭 種市 陽子	学校歯科医と連携した歯、口の健康づくりについて	
第二分科会 安全教育	生涯を通じて安全な生活を送る基礎を培うための安全教育の進め方	弘前市立新和中学校 教 頭 岩間 一人	交通事故防止、校舎内外の安全	青森県教育庁 東青教育事務所 教育課長 中居 敬子
		おいらせ町立百石小学校 教 諭 佐々木 千賀	防災・津波の安全指導	
第三分科会 健康教育	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	中泊町立小泊小学校 養護教諭 本多 まどか	喫煙防止教育について	弘前大学 教育学部教育保健講座 准教授 新谷 ますみ
		東北町立東北中学校 養護教諭 横濱 知愛	性に関する指導	
第四分科会 食に関する教育	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	八戸市立南郷小学校 養護教諭 栗原 沙織	本校の食育の実践	県立保健大学 健康科学部 栄養学科 教授 鹿内 彩子
		六ヶ所村立泊中学校 教 頭 安田 泰輔	本校における「弁当の日」の実践	
第五分科会 学校環境衛生	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	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	青森大学 薬学部薬学科 教授 川村 仁
		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	

12 大会式次第

(1) 開会行事

開会の言葉

あいさつ

青森県教育委員会教育長

風 張 知 子

青森県学校保健会会長

高 木 伸 也

実行委員長挨拶

上北地方学校保健会会長

鈴 木 吾 朗

歓迎の言葉

野辺地町長

野 村 秀 雄

表 彰

閉会の言葉

(2) 閉会行事

開会の言葉

開催地挨拶

野辺地町学校保健会会長

戸 館 雅 大

次期開催地挨拶

弘前市学校保健会会長

福 島 龍 之

閉会の言葉

13 基調講演

《講 師》 チーム「食卓の向こう側」 元西日本新聞社 編集委員 佐藤 弘 氏

《演 題》 「◎◎能力で短命県返上！！」 ～子どもたちの未来を守るため～

基調講演

「◎◎能力で短命県返上！！」 ～子どもたちの未来を守るため～



チーム「食卓の向こう側」元西日本新聞社 編集委員
講師 佐藤 弘 氏

プロフィール

1961年生まれ、福岡市出身。

東京農業大学 卒業

1984年 西日本新聞社 入社

2003年 「食卓の向こう側」シリーズ担当

2012年 歯科医師会の招きで青森県に初上陸。

2015年 「あおもり食命人シンポジウム」への協力

2016年 //

2017年 //

その後 全国を飛び回って講演活動を行う中、県内では十和田市市民カレッジ講師をはじめ、たくさんの団体や学校で講演を行う多忙な日々を過ごしていらっしやいます。

信 条

「医は食に、
食は農に、
農は自然に学べ」。

※人生の師と仰ぐ公立菊池養生園
竹熊宜孝名誉園長の言葉

～佐藤さんからのメッセージ～

突然のお尋ねですが、皆さんはどんな能力が欲しいですか？ 知力？ 体力？ 財力？ 統率力？ 私が欲しいのは、◎◎能力。だって、これさえあれば、誰でも今成すべきことが分かるからです。

「短命県」と言われて久しい青森県。その汚名を返上するのに必要なのは、◎◎能力だと私は考えています。これさえあれば、行動を変えられるのに、と。

あなたやあなたの大切なご家族の健康を守るため、◎◎能力の答えを知りたい方は、ぜひ会場へお越しください。一緒に考えましょう。

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

第一分科会 歯・口の健康づくり

研究協議題

「生涯にわたって歯・口の健康づくりに励む教育の進め方」

◆提言者

外ヶ浜町立三厩小学校 養護教諭 工藤 華子

「コロナ禍の歯科保健活動」

◆提言者

三沢市立木崎野小学校 養護教諭 種市 陽子

「学校歯科医と連携した歯、口の健康づくりについて」

◆助言者

上十三歯科医師会よしだ歯科医院 代表 吉田 悦子

感染症対策を考慮した歯科保健活動～コロナ禍の取組を通して～

外ヶ浜町立三厩小学校 養護教諭 工藤華子

1 はじめに

本校が所属する東郡養護教員会では、平成 28 年度青森県養護教諭会研究大会で歯科保健活動の実践発表を行っている。当時の結果から、う歯被患率が県の平均よりやや高いこと、歯肉の要精検者が多いこと等がわかり、課題を改善するため、歯科保健活動に力を入れてきた。

しかし、新型コロナウイルス感染症が流行し、歯科保健活動の継続と感染症対策を両立させることが難しくなり、今までと同じ方法による積極的な歯科保健活動を行うことができなくなった。また、子どもたちを取り巻く環境、特に生活スタイルに関わる環境が大きく変わり、外出自粛により自宅での間食や清涼飲料水を口にする頻度が増えた家庭や、感染を恐れて歯科受診を控える家庭が増えた。さらに、マスク着用が続いたため、唾液の分泌量が減ったり口周りの筋肉が衰えたりする等、様々な歯・口の健康問題が現れることも考えられた。

そこで、東郡養護教員会では、感染症対策を考慮した上で、効果的に歯科保健活動を行うためにはどうすればよいのかを研究し、実践につなげたいと考えた。

2 研究の概要

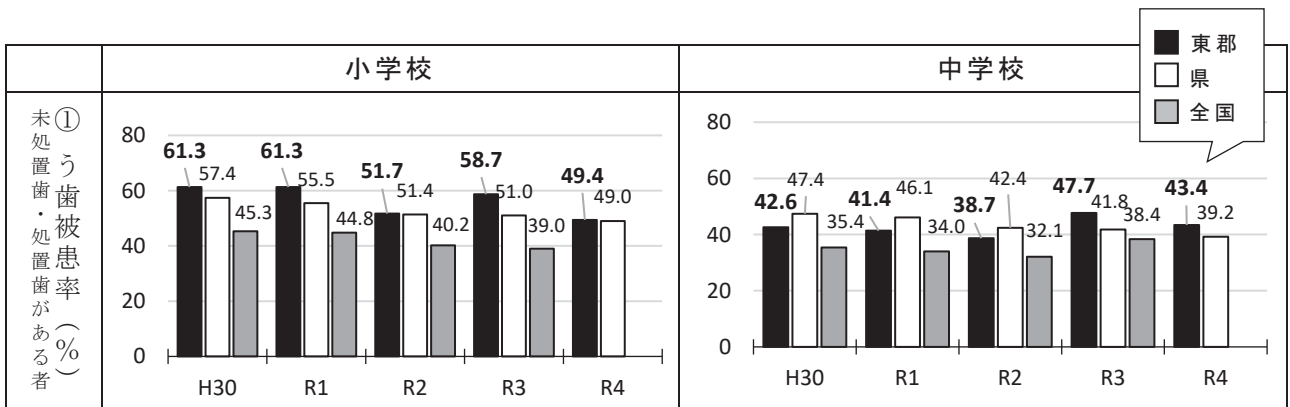
(1) 研究地区について

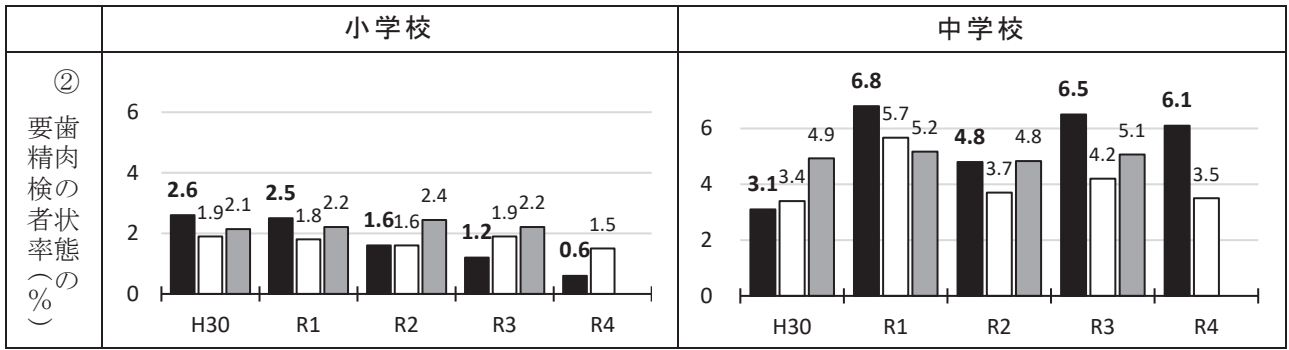
東津軽郡は、青森市を挟んで上磯地区と平内地区に分かれ、4つの町村から成り立っている。町村のほとんどの学校が小規模校で、現在は小学校7校、中学校5校となっている。

(2) 児童生徒の口腔内の状況について

新型コロナウイルス感染症の流行による口腔状態への影響を調べるため、過去5年間の歯科検診の結果を調べた。なお、平成30年・令和元年をコロナ禍前、令和2・3・4年をコロナ禍として捉えることとした。

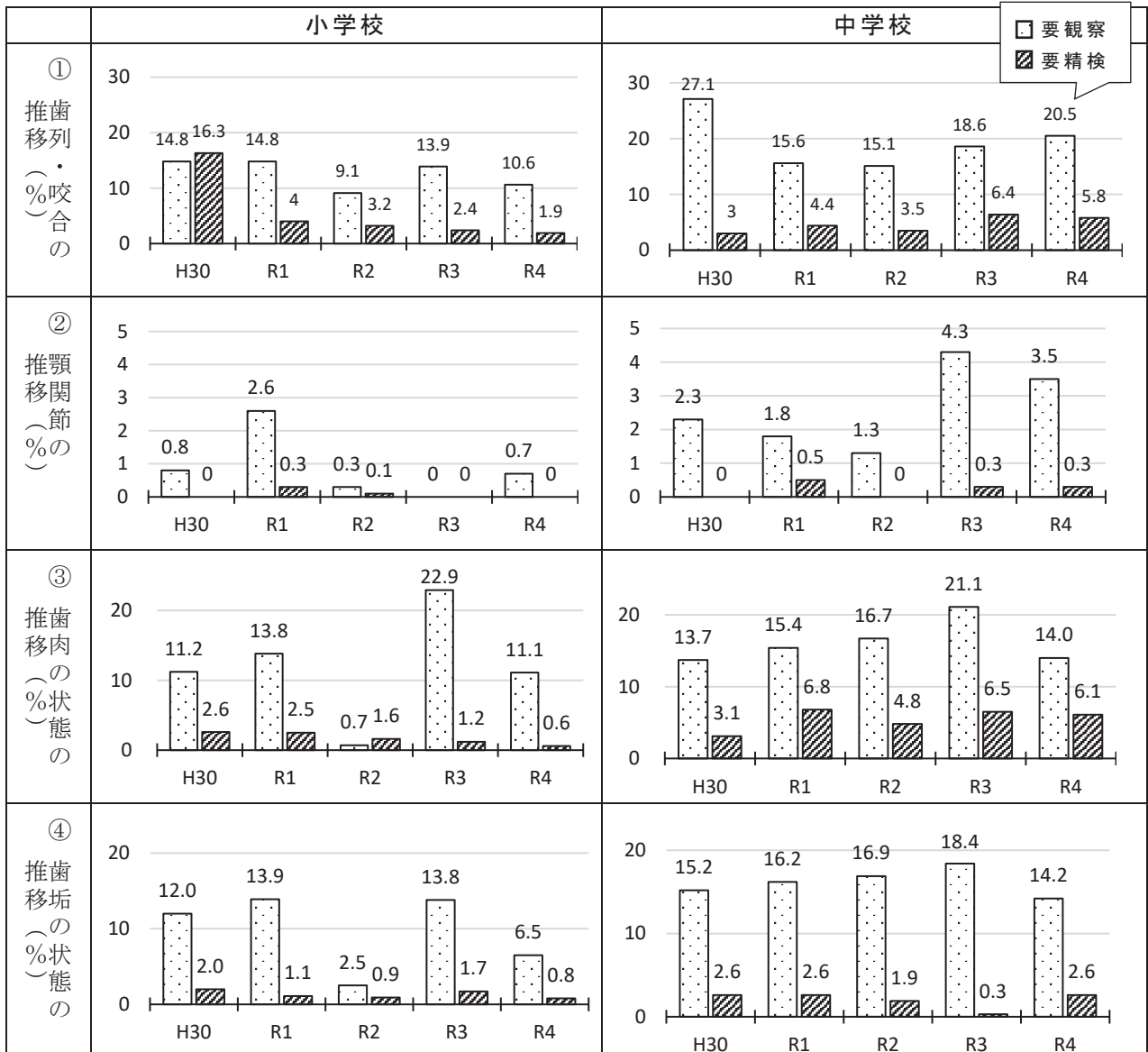
調査した結果から、う歯被患率や歯肉の要精検者の割合は、小学校と中学校でばらつきがあるものの、コロナ禍前とコロナ禍の割合に大きな変化はみられなかった。歯列・咬合や顎関節、歯垢の状態の割合についても同様の結果であった。ただし、コロナ禍の小・中学校のう歯被患率や、中学校の歯肉の状態の要精検者の割合が、全国や青森県の割合よりも高くなっている。依然として、東郡のう歯被患者や歯肉要精検者は多い傾向にある。





また、東郡の児童生徒の口腔状態をより詳しく知るため、歯肉や顎関節等の要観察者の割合も調査した。調査結果は以下の表の通りである。

全体として、要精検者の割合が少ないものの、その予備群である要観察者の割合は高い傾向にあることがわかった。特に、中学校の歯列・咬合や顎関節の要観察者の割合が、コロナ禍において多くなっている。こうしたことから、口腔状態の悪化を防ぐため、コロナ禍においても感染症対策と平行した歯科保健活動を行うことが必要だと考えた。



3 実践の内容

(1) 昼の歯みがきの指導

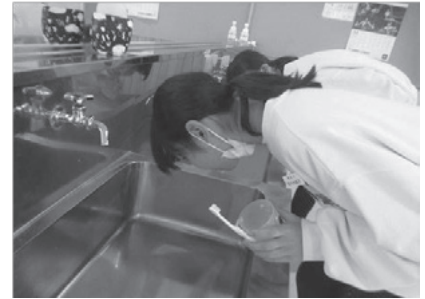
① 歯みがきの実施方法について

ア コロナ禍の歯みがき方法の周知（小学校）

- ・全校集会や学級の時間を活用し、コロナ禍の歯みがきの実施方法について共通理解を図った。口を閉じてみがく、姿勢を低くして静かに水を吐き出すこと等を指導した。

イ 歯みがき動画の活用（小学校）

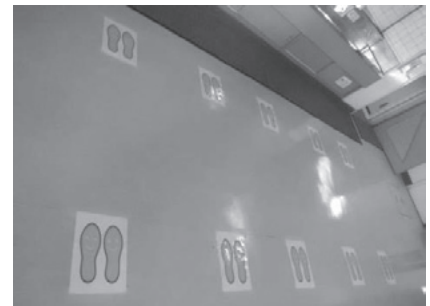
- ・昼の歯みがきの時間に、各学級で大型テレビを活用して動画を再生した。動画で歯みがきのポイントを確認しつつ、一方向を向いて歯みがきができる環境を整えた。



② 水飲み場の使用について

ア 掲示物の活用（小学校）

- ・水飲み場での密な状態を防ぐため、間隔を空けて並ぶ位置を掲示物で示した。
- ・うがいでの飛沫による感染を防ぐため、蛇口を1つ飛ばしで使用することを啓発した。



イ 清掃方法の工夫（小学校）

- ・水飲み場の清掃時に、持ち手のあるスポンジの使用や使い捨て手袋の着用を呼びかけた。



③ 歯ブラシ保管について

ア 仕切りや名札の活用（中学校）

- ・学級ごとに保管する場合、子ども同士の歯ブラシやコップの接触を避けるため、保管用のかごに、仕切りや個人の名前をつけた。



◆「昼の歯みがきの指導」全体の成果と課題（成果○課題●）

- 学校全体で、昼の歯みがきの実施方法について共通理解することができた。
- 視覚的に分かるように工夫したことで、子ども同士でも声を掛け合う姿が見られた。
- 歯みがきや水飲み場の清掃による感染リスクや、感染リスクへの不安感を軽減できた。
- 感染者数が落ち着くと、予防に対する意識が下がるため、繰り返しの指導や定期的な呼びかけが必要である。

(2) 歯みがき指導

① 学級での指導について

ア 歯の模型（ペットボトル）を活用した指導（小学校）

- ・ペットボトルで歯の模型を作成しみがき方を指導した。汚れに見立てて赤く色を塗り、汚れが付きやすい部分を確認した。むし歯の部分はペットボトルの内側から黒く色を塗り、歯みがきでは治らないことを示した。



イ 歯の模型（紙粘土）を活用した指導（小学校）

- ・前歯、奥歯、犬歯のミニマスコットを作成し、視覚的、触覚的にそれぞれの歯の形の特徴をつかませた。みがき残しの多い部分を確認し、みがき方を指導した。



ウ ブラッシングありでの指導（小学校）

- ・ブラッシング時の飛沫を確認できる教材を活用し、口を閉じて、歯ブラシを小さく動かしてみがくことなどを指導した。画用紙を口の前にかざしながらみがくことで、画用紙に飛沫がつき、どのくらい飛沫が飛ぶのかを確認しながら歯みがきを行った。



② 個別指導について

ア 個別のブラッシング指導（小学校）

- ・感染症対策としてパーテーションを設置し、1～2名ずつ個別指導を行った。ワークシートを活用し、歯科検診の結果や、みがき方のポイントを確認した。



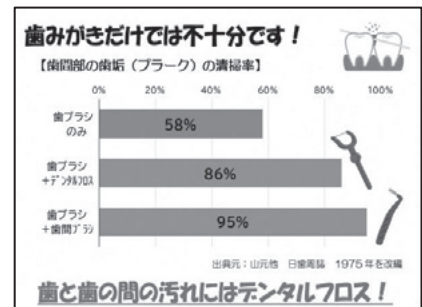
イ 個別での面談の実施（中学校）

- ・健康診断の事後指導として、全学年を対象に個別面談を実施した。健康診断の結果を伝え、一人ひとりの歯や口の状態を一緒に確認した。事前に行う「生活に関するアンケート」に歯科に関する項目を入れ、歯や口の様子を把握した。

③ その他の指導

ア 家庭への呼びかけ（小学校）

- ・参観日に、歯科検診の結果に加えデンタルフロスの効果について保護者へ伝える機会を設けた。
- ・夏休みには、歯みがきカレンダーにデンタルフロスの実施状況のチェック欄を設けたところ、半数以上が実施しているという結果が得られた。より家庭で取り組みやすくするため、その後の長期休業には、個包装のデンタルフロスを配付した。



◆「歯みがき指導」全体の成果と課題（成果○課題●）

- 感染症対策に十分に配慮したことで、コロナ禍においても、子どもの実態に合わせた効果的な指導ができた。
- 個別指導によりコミュニケーションの機会が増え、子どもの特性をより把握できた。
- 歯の模型などの教材を工夫したことで、子どもの興味・関心を引くことができた。
- ブラッシングなしの全体指導では、実践力を高めることが難しい。
- ブラッシングありの全体指導では、感染症対策のため子どもへ接触して指導することができず、個別支援をすることが難しい。
- 知識や実践力の定着のためには、継続的な指導が必要である。

(3) 口呼吸・だ液量・噛む力に関する指導

① 養護教諭による授業の実施（小学校）

- ・噛む力やだ液量に関する授業を実施した。噛むことの効果を知る活動を通して、口の中がきれいになること、むし歯予防に効果があること等に気付くことができるよう働きかけた。
- ・導入として、固い物をよく食べる遊牧民と、都市部の子どもの歯を比較して、授業の見通しをもたせた。
- ・ビスケットとおやつ昆布を食べて噛み応えを比較し、よく噛むための手立てをグループで話し合った。



◇成果と課題（成果○課題●）

- 導入で見通しをもたせることで、スムーズに授業を進めることができた。
- 実際に食べて噛み応えを比較したことで、よく噛むとだ液が出ることを実感させることができた。
- ビスケットとおやつ昆布の比較は差が出にくく、効果的な教材選びが必要である。



② 生徒委員会、学校歯科医による歯科指導教室の実施（中学校）

- ・歯科指導教室の実施前に、口呼吸に関するアンケートを実施し、生徒の実態を調査した。「口を開けて呼吸するか」「口が渇くか」「口臭が気になるか」「口元の筋肉が使いにくい」「歯みがきを簡単に済ませてしまうか」「ストレスを感じるか」「無意識で歯を食いしばった経験があるか」の7項目で実施した。
- ・アンケート結果や歯科検診の結果をまとめ、委員会の生徒がスライドや劇で発表した。
- ・アンケート等の結果を踏まえて、学校歯科医からコロナ禍に口腔衛生を保つことの重要性や、口腔乾燥症、顎の緊張等について講話をしていただいた。

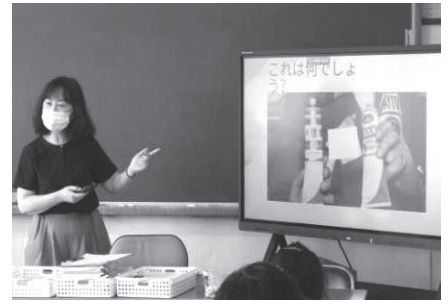


◇成果と課題（成果○課題●）

- 事前アンケートを活用することで、生徒の実態に即した指導ができた。
- 生徒がアンケート結果を発表したことで、興味をもって授業に臨む生徒が多かった。
- 学校医の協力を得ることができたが、講演内容は少し難しかったため、連携を深める必要があると感じた。
- アンケート結果から歯・口の異常について本人に自覚はあるが、あまり気にしている様子がなく、危機感が薄いため指導を継続する必要がある。
- 指導後に感想を書かせて評価したが、実際に口呼吸する生徒が減ったかどうかの確認が不十分であり、評価方法の検討が必要である。

③ 栄養教諭と連携した授業の実施（中学校）

- ・ 2時間枠の授業を実施した。1時間目は養護教諭が、マスクの着用が続いたことで顎関節症や歯周病のリスクが高まったことを挙げ、改善するための手立てを考える授業を行った。咀嚼チェックガムや簡単なセルフチェックシートを使った問診により、自分の歯・口の状態を点数化した。その後、口周りの筋肉を鍛えるためにできることや、だ液を出すためにできること等を考えてさせた。
- ・ 2時間目は、栄養教諭が授業を行い、よく噛んで食べることの大切さを指導した。「よく噛んで食べるためのレシピを作成しよう」というテーマの基、よく噛んで食べる必要がある食材や調理法を指導し、レシピを考えさせた。そのレシピの中から2つが選ばれ、実際に給食の献立として提供された。



◇成果と課題（成果○課題●）

- 自分の歯の状態を点数化したことにより、簡単に把握・評価することができた。
- 噛み応えのある食材や切り方、工夫点を考えることで、生活改善の手立てをより具体的に考えることができた。
- 発達段階に応じた教材選び、授業展開をすることが難しいと感じた。

◆「口呼吸・だ液量・噛む力に関する指導」全体の成果と課題（成果○課題●）

- コロナ禍における口腔問題について考える良い機会となった。
- ブラッシング指導以外の歯科指導について考えることができ、指導の幅が広がった。
- 学校歯科医や栄養教諭等の協力が得られ、多角的に指導することができた。
- ブラッシング指導中心の従来授業とは異なる内容・方法であったため難しかった。
- 指導後の評価として、改善・成果が見られたかどうかの確認が不十分となる。
- 学校歯科医や学級担任との連携が難しい。

4 終わりに

研究を通して、従来から行われている歯科保健活動を基盤とした上で、感染症の状況を考慮しながら、各校で工夫して実践を行うことができた。そして、各校の取組を共有することで、自校の活動に取り入れ、さらに深めることができた。また、歯科検診結果を分析したり、事前アンケートを実施したりすることで、児童生徒の実情を把握することができ、実態に即した授業を実践することができた。

コロナ禍から日常に戻りつつある昨今ではあるが、感染症対策を踏まえた指導は、感染症流行時でなくても、子どもたちがより安全な環境で学ぶことにつながるため、今後も研修を重ねていきたい。

歯と口の健康づくりから始まる健康教育の実践

三沢市立木崎野小学校 養護教諭 種 市 陽 子

1 はじめに

本校は、三沢市の中心部にある閑静な住宅街の中にあり、今年開校44年を迎えた市内では比較的新しい学校である。かつては800人を超える大規模校であったが、年々児童数は減少し、今年度の学級数は特別支援学級4クラスを含む21学級、在籍数は463人である。

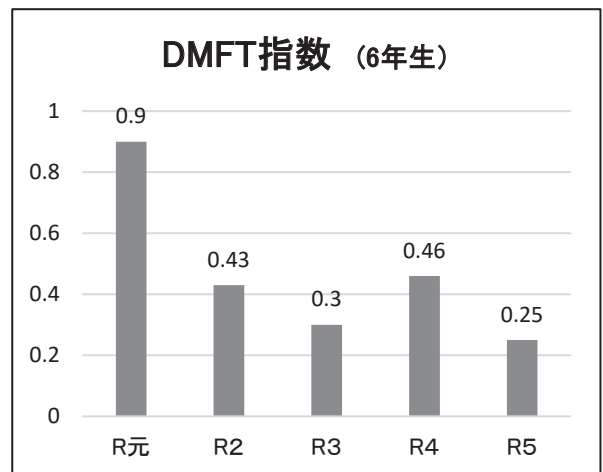
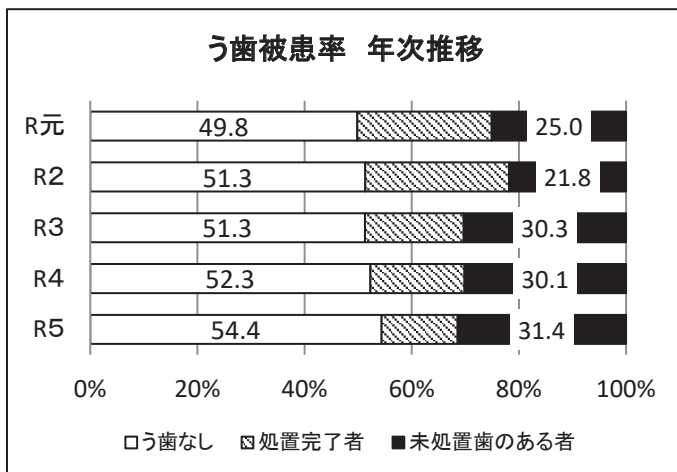
本校では「ともにもっとよくなろう まなぶ子 思いやる子 きたえる子」を教育目標に掲げ、特に「ともに」を意識し創意工夫を凝らした教育活動を行っている。「きたえる子」については「めあてをもち、心と体を健康にする子ども」を努力目標とし、家庭や地域と連携した保健教育活動を行っている。その成果もあり、平成25年度から10年間で青森県学校歯科保健優良校大規模校の部で「県一」として4回、「準県一」として1回表彰を受けた他、平成29年には第56回全日本学校歯科保健優良校表彰において「日本学校歯科医会会長賞」を受賞した。また、令和2年度から三沢市の事業である「眠育」に継続して取り組み、その成果が認められ、令和4年度優れた『早寝早起き朝ごはん』運動』文部科学大臣表彰を受けた。

2 研究の概要

(1) 児童の実態について

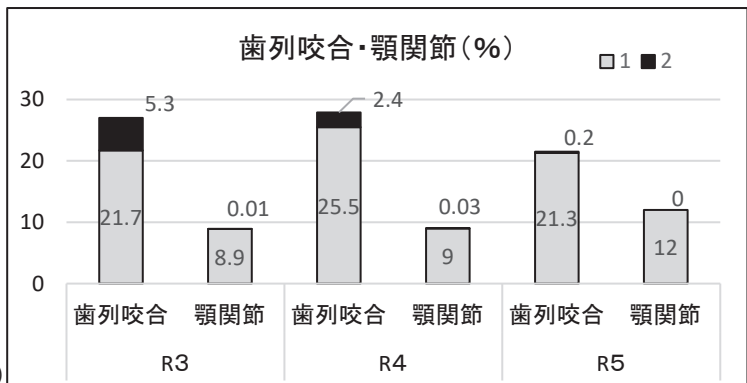
平成30年までは未処置歯のあるものの割合が20%前後で推移していたが、コロナ禍を経て、う歯無しの児童の割合は増えているものの、未処置歯のある者の割合も増加傾向にある。ここ数年は受診を積極的に勧めておらず、受診率も低かったためだと思われる。

また、近年歯列・咬合や顎関節が「要観察」と診断される児童が増えており、中でも「過蓋咬合」の児童が多く、学校歯科医からは姿勢や態癖も影響しているのではないかと指摘を受けている。



歯並びが気になる	42%
口のおいが気になる	21%
爪を噛む	20%
歯ぎしりをする	16%
口をよく開けている	19%
いびきをかく	15%

R5 歯科検診事前問診票結果（一部抜粋）



3 実践の内容

(1) 日常の歯科保健活動

① 給食後の一斉歯みがき実施

昨年度から、R社が独自に作成した「イ〜ハ〜」のCDを活用している。付属のポスターや、学年によっては同曲のDVDを見ながら楽しく歯をみがいている。

② 週1回のフッ素洗口の実施

効果的なむし歯予防と歯科保健についての意識の向上をはかるため、毎週木曜日朝の会の時間にフッ素洗口を実施している。

③ 保健委員会の活動

- ・ 歯ブラシボックスの消毒…アルコールで歯ブラシ保管ボックスを拭き、開いている歯ブラシにシールを貼って交換を促している。その際学級担任にも人数を知らせ、学級の状況について把握・指導してもらっている。
- ・ フッ素洗口で使用する紙コップやゴミ袋、ティッシュの準備を毎週行っている。

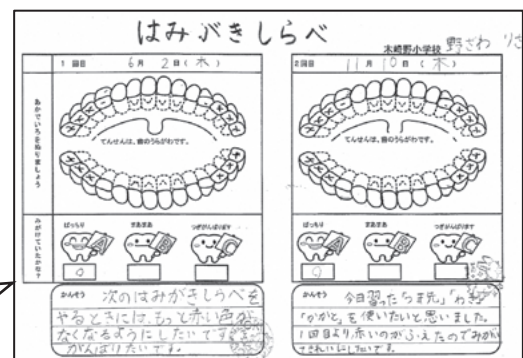


(2) 年間指導計画に位置付けられている活動

① 年2回の歯みがき（染め出し）指導

- ・ 6月と11月を歯科保健月間として学級担任による歯の染め出し指導を行っている。（一部養護教諭が実施）教師による評価または自己評価により歯の染色状況をABCで評価している。

今日習った「つま先」「わき」「かかと」を使いたいと思いました。1回目より、赤いのがふえたのでみがいてきれいになりたいです。



【染め出し表】

- ・乳歯から永久歯に生え変わり歯列が乱れがちになる3年生は11月に学校歯科医による歯垢染め出し、歯みがき指導を行っている。
- ・5年生は6月に日本学校歯科医会主催の全国小学生歯みがき大会へ参加し、歯肉炎とフロスの使い方を映像とワークブックで学んでいる。
- ・歯みがき指導の結果、6月、11月ともに染め出しの結果がCだった児童、歯科検診の結果『歯肉の状態が2』だった児童を対象に冬休み前に養護教諭が個別指導を行っている。

② 歯科検診

歯科検診事前問診票を実施し、歯科検診や歯科保健指導の資料としている。相談内容には歯科医が個別に回答を記入し治療勧告用紙に添付している。問診票の集計結果で気になった項目については学校歯科医にアドバイスをいただき、ほけんだよりで共有している。

歯科検診 アンケート結果より

歯科検診事前アンケートの結果、特に気になった項目を抜粋します。各質問項目に対して「はい」と答えた人の人数です（463人中） 歯科医の先生よりアドバイスをいただきましたので、参考にさせていただきます。

<div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> <p>口においが気になる。</p> <p style="font-size: 24px; font-weight: bold;">98人</p> </div> <p style="font-size: 8px;">臭い</p>	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> <p>口を開けている。</p> <p style="font-size: 24px; font-weight: bold;">98人</p> </div> <p style="font-size: 8px;">口呼吸</p>	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> <p>歯ぎしりをする。</p> <p style="font-size: 24px; font-weight: bold;">75人</p> </div> <p style="font-size: 8px;">歯ぎしり</p>
<p>臭い原因は細菌（バイ菌）です。むし歯、歯の周りにつく細菌の塊（歯垢、プラーク）、歯周病、舌苔（ぜったい＝舌の表面につく舌状の細菌の塊）によって臭いが作られます。唾液が減るとさらに強い匂いになります。（朝起きた時や空腹時に強くなる）</p> <p>また夏にはアイスやジュースなど（スポーツ飲料にもかなりの砂糖が入っています）砂糖を多くとりがちです。糖質が多いとプラークがとでも増え、また固さも増して歯ブラシではなかなか取りづらいプラークになります。</p> <p>口呼吸をしていると、お口の中が乾燥するので、さらにプラークが固く取りづらくなります。</p> <p>これらのことに気をつけて、年に数回はかかりつけの歯科医院に行って、お口のメンテナンスをしてもらいましょう。定期的に歯科に行つてクリーニングをしている人達は、歳をとっても歯がきちんと機能して（長持ちしている）ことが多いとわかっています。</p>	<p>口呼吸をしていると、風邪や感染症・アレルギーになりやすくなります。</p> <p>なぜなら、口には鼻のように細菌やウイルス、埃や塵（ちり）を取り除く機能が備わっていないため口呼吸をすると直接、体に入ってしまうからです。</p> <p>鼻の調子が悪くて口呼吸をしているならば、耳鼻科へ行つて鼻で呼吸ができるようにしましょう。</p> <p>お口を閉じるための筋肉が弱くても、お口を閉じていられないので口をポカンと開けることとなります。その場合はお口の筋トレで改善します。「あいうべ体操」も筋トレの一つです。</p>	<p>お子さんが歯ぎしりをしている場合、睡眠が浅くきちんと眠れていないことも原因にあります。朝はきちんと元気に起きられますか？</p> <p>夜寝る前に、ゲームや携帯電話、タブレット等の電子機器を見ると、目に強い光が入って寝るためのホルモンがうまく作られなかったり、脳が興奮するため、熟睡ができません。</p> <p>寝る2時間前からそのような強い光を見ることをやめただけでも、睡眠の質が良くなり、歯ぎしりが改善されたケースもたくさんあります。親子で話し合つて、寝る2時間前には、本（紙）でできているものを読んだりお話をしたりして過ごしてみてもいいかもしれません。</p>

【ほけんだより 歯科特別号】

【問診票返事の例】

③ むし歯予防絵画・ポスターの作成

本校では全校児童がむし歯予防の絵画・ポスターを描いている。コンクールに参加することで自分自身の歯・口の健康に興味を持って予防活動に取り組むだけでなく、むし歯予防や歯みがきについて自主的に学習するよい機会となっている。

また、郡のむし歯予防絵画・ポスターコンクールの審査会場が本校となっているため、本審査会は教職員の校内研修に位置付けられており、職員の知識の向上にもつながっている。



【学校歯科医による指導】



【養護教諭による指導】



【むし歯予防絵画の作成】

(1) 家庭、地域との連携

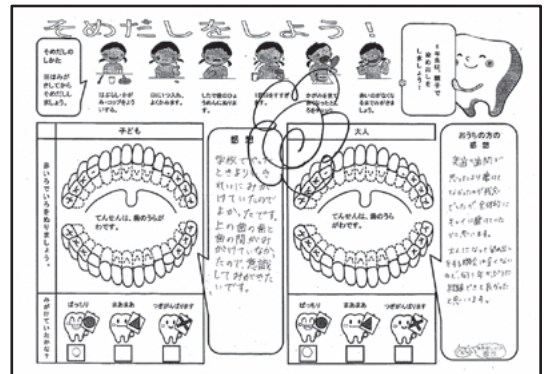
① 給食センター栄養教諭による出前講座

毎年各学年1回ずつ給食センターの栄養教諭による出前講座を行っている。外部講師による授業は子どもたちにも新鮮味があり真剣に話を聞く様子が見られた。

3年生…「かむ」ことの力を知ろう 4年生…カルシウム博士になろう

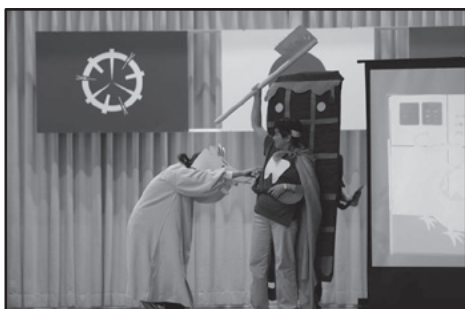
② 長期休業中の親子染め出しの実施

6年生は冬休みにカラーテスター錠を2錠配付し、親子で染め出しをするよう勧めている。保護者の染め出しは強制とされていないが、毎年ほぼ全員の保護者が参加して感想を書いてくださっている。



③ P T A 活動

- ・ P T A が中心となり、地域の方々にも協力していただいて月に2～3日程度「朝の読み聞かせ」、年に2回程度「昼の読み聞かせ」を行っている。昼の読み聞かせは全校児童を対象に昼休み、体育館で演劇方式で行っているが、今年度は6月に「ハミガキクエスト」という本の読み聞かせを行った。
- ・ 夏休みに地域学校協働活動として学校のグラウンドでラジオ体操を行っている。今年度はゲストに学校歯科医を招き、「水分摂取の大切さとあいうべ体操」について指導していただいた後、参加児童と保護者でラジオ体操を行った。



【ハミガキデンターマン】



【ラジオ体操で指導する学校歯科医】

④ 学校歯科医の活動

- ・ 1日入学の機会を利用して新入学児童の保護者向けにフッ素洗口と家庭でのむし歯予防について講話を行っている。
- ・ 3年生の歯みがき指導を担当していただき「むし歯のでき方や砂糖の取り方について」を中心に指導してもらっている。
- ・ 歯科検診時1年生と6年生の舌の機能（口腔機能発達不全症疑い）をチェックし、舌の機能が弱い児童の保護者を対象に、夏休み前に学校で説明会を行っている。

【説明会の概要（令和5年度）】

ア 実施時期 ①7月12日（水）17:00～17:30

②7月14日（金）17:30～18:00

※①か②、どちらかの参加

イ 対象者 1. 6年生の舌機能が弱い児童の保護者（児童の参加も可）

ウ 内容 ①口腔機能発達不全症について

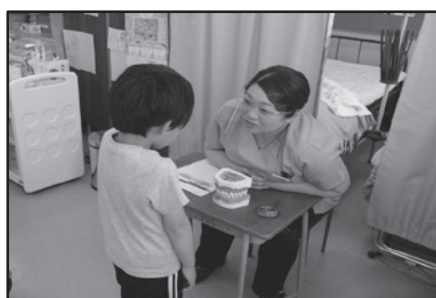
②舌の筋肉や口輪筋の筋肉の鍛え方について

③嚥下について

など



【1日入学】



【舌機能のチェック】



【歯科検診結果説明会】

4 成果と課題

(1) 成果

- ① 歯科保健教育に長年継続して取り組んできたことで、家庭も含め子どもたちの歯科保健に関する意識が高く、行動に結びついている。
- ② 三沢市で取り組んでいるフッ素洗口により、入学時乳歯のむし歯が多かった児童も永久歯に生え変わるにつれむし歯になりにくくなり永久歯のむし歯が減ってきている。
- ③ 年2回の歯みがき指導は、基本的に学級担任が染め出し指導を行っているため、児童だけではなく教員の意識向上にもつながっている。学校歯科医にも定期的に学校に来校してもらい講義や指導を行ってもらうことで他教員からの協力も得られやすくなり、更に充実し

た歯科保健指導の実施が実現できると感じている。

- ④早寝を意識させる週1回の「すこやかデー」、地域学校協働活動、PTA活動等、健康教育に関する活動を学校だけでなく地域全体で活発にしていくことで、歯・口の健康に関する意識も総合的に高まっている。

(2) 課題

- ①低学年のう歯保有率が高いことや、コロナ禍により受診を控える傾向があったためか、ここ数年未処置歯のある児童の割合が増えている。
- ②高学年になるにつれ歯肉炎疑いの児童が出てくることから、歯みがきによる歯肉炎予防の指導に加えて早寝早起き、食生活の改善等の基本的な生活習慣の指導も重要となっている。
- ③歯列の乱れや不正咬合が気になる児童が多い。うつ伏せ寝や頬杖、指しゃぶりなどの態癖が原因と思われる児童も多い。また、過蓋咬合や顎関節症は姿勢不良も原因の一つだと学校歯科医から指摘を受けた。今年度は健康会議で「姿勢」について学習する予定であり、姿勢の乱れが不正咬合の原因になるということも折に触れて指導していきたい。

5 終わりに

なかなか前に見える結果に結び付かず、指導の方向性や方法について悩んだり迷ったりすることもあるが、継続して指導を続ける中で、確実に児童の中に歯と口の健康についての知識が根付いていると感じる場面がある。学校歯科医の先生と本校の課題について話し合う中で、睡眠を含む生活習慣や普段の姿勢なども歯・口の健康に影響があることも分かってきた。すぐに見える結果だけを求めず、生涯を通じて「歯と口の健康」から「全身の健康」に高い意識をもって生活できるよう、継続して保健教育を行っていきたい。

最後に、これまで尽力されてこられた学校歯科医の先生をはじめ、日頃より本校の教育活動に協力してくださる保護者の皆様、本校全教職員にこの場を借りて深く感謝申し上げます。

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

第二分科会

安全教育

研究協議題

**「生涯を通じて安全な生活を送る基礎を培うための安全
教育の進め方」**

◆提言者

弘前市立新和中学校 教頭 岩間 一人

「交通事故防止、校舎内外の安全」

◆提言者

おいらせ町立百石小学校 教諭 佐々木 千賀

「防災・津波の安全指導」

◆助言者

青森県教育庁東青教育事務所 教育課長 中居 敬子

交通事故防止・校舎内外の安全について

弘前市立新和中学校 教頭 岩間 一人

1 学校の概要

(1) 地域の実態

本校は、岩木山を間近に仰ぎ、岩木川がすぐ脇を流れる自然に恵まれた地域である。周囲には、りんご園と水田が四季折々に色彩を変える様子はとても美しい。また、岩木川をはさんで東隣が板柳町、北側は鶴田町、五所川原市と接しており、つがるりんご大橋ができてから板柳町との交通の便がよくなった。反面、弘前市街や五所川原方面に往来する車が多く、特に朝夕生徒が下校する時間帯に重なっている。

保護者の職業は、農家が3割ほどに減り、会社勤めが過半数を超えている。3世代同居している家庭も多く、家族の絆や地域のつながりが強い。

学校の教育活動に対しても協力的であり、PTA活動や諸行事には多くの保護者が参加し、後援会の方々もサポートしてくれる。

(2) 生徒の実態

本校の生徒は純朴で素直であり、物事に意欲的に取り組む生徒が多い。学習面では、授業に向かう姿勢や与えられた課題等にはまじめに取り組むことができるが、幼少時から同じ地域で育ち、人間関係が固定化し馴れ合いの傾向がある。

また、コミュニケーション能力にも課題があり、授業をはじめ様々な学習活動を通して、自分の考えを発表する場やプレゼンテーション等の機会を設定し、相互の高め合いや個別最適な学習の展開に努めている。

生活面では、自分の仕事や役割には責任をもって真剣に取り組んでいる。反面、社会経験が少ないため時と場に応じた言動が苦手で、失敗を恐れ自ら新たなことに挑戦する姿勢にやや課題がある。

学年によっては困っていることや悩みを伝えたり、他者との違いを理解したりすることが苦手な生徒の割合が多い。そのため学級活動や行事等の教育活動を通して、互いの良さを認め合う等、人間関係の構築に努めている。

2 実践の概要

学校安全の3つの領域として「生活安全」「交通安全」「災害安全（防災）」がある中で、本校地域の実態と中学生に多い事故の発生状況から、交通安全とヘルメット義務化に伴う本校の取り組みについて紹介したい。また、学校経営方針に基づいた物的環境の安全と整備のために、生徒の考えを引き出し、生徒とともに校内外の安全について考えていきたい。

3 実践の内容

(1) 交通安全とヘルメット着用について

① P T A生活安全委員会と連携による登校指導

年度始めの4月、1学期は7月、2学期は8月、3学期は1月と年4回、P T A生活委員会を中心に保護者協力による登校指導を実施している。

② 交通安全教室と自転車点検の実施

今年度は、4月7日に弘前警察署の協力を受け、専門的な講話と自転車シミュレーターを活用した体験型の講習を行った。(例年は生徒指導部による交通安全教室)

また、教職員による自転車点検も実施している。

③ 通学路の安全点検と学校周辺の危険箇所マップの掲示

通学路の安全点検は生徒指導部を中心に活動している。主に自転車乗車前の春休み、交通量が増加する夏季休業、降雪時の冬季に生徒からは随時情報を収集し、掲示や周知を行っている。

④ 自転車通学時の交通安全とヘルメット着用アンケート調査

「ヘルメットの義務化」に伴って、本校で30年以上継続されているヘルメット着用について意識調査を行った。また、保護者にもヘルメット着用についての意見を聞くことができた。

(2) 学校生活の安全について

① 日常の校内巡回

朝、授業、昼、放課後の時間帯で、担当教職員が校内の巡回をしている。

② 校内安全点検の実施

教職員による月1回の安全点検と年4回の耐震点検を行っている。

③ 安全な学校生活を送るために

生徒自身が学校生活の安全を意識した行動ができるためにアンケートを実施した。

生徒の目線から感じられる注意すべき点から、「危険だと思う場所」「危険だと思った場面」「危険なことが起きやすい時間」について考えを引き出した。

④ 災害安全(防災)

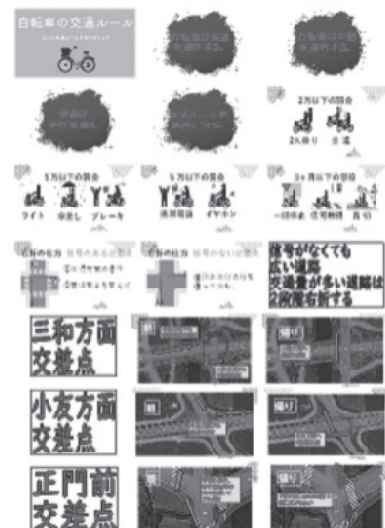
火災・地震・不審者を想定した避難訓練を実施し、これまで消火や防災グッズづくり等の体験を行った。



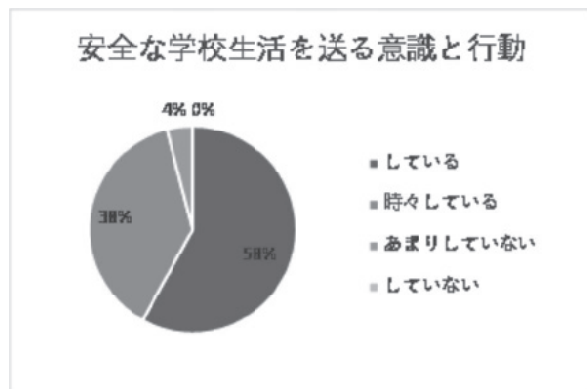
【挨拶・登校指導】



【自転車シミュレーター】

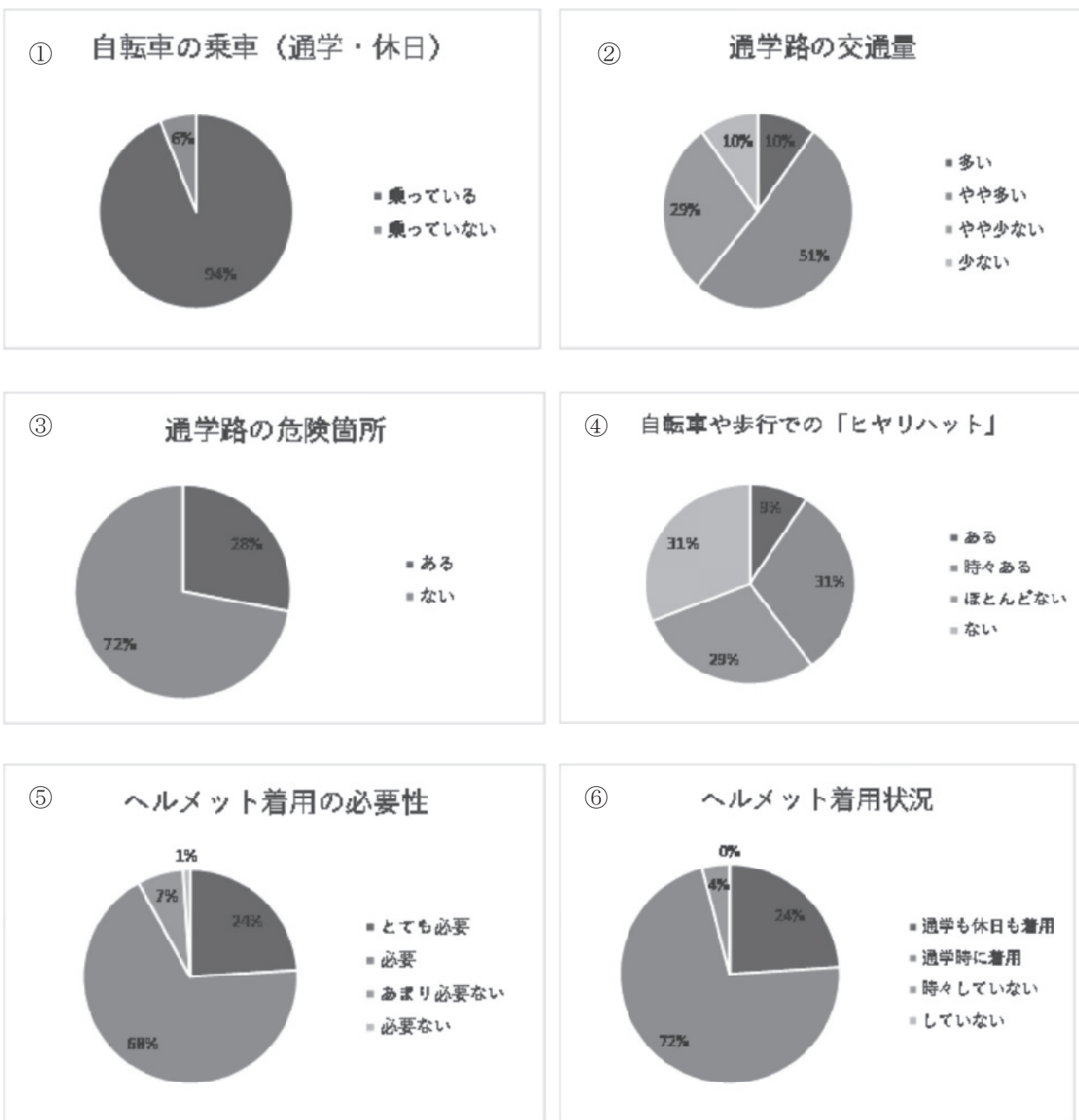


【通学路危険箇所マップ】



4 自転車通学の安全とヘルメット着用アンケート結果

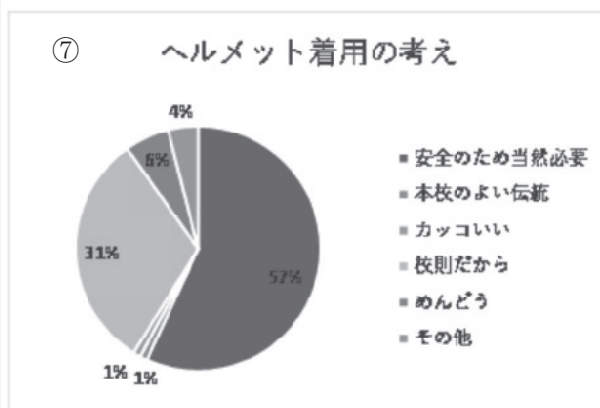
(1) アンケート結果



(2) 結果の考察

- ②では半数以上の生徒が交通量が多いと感じる通学路を通り、④では「ヒヤリハット」の経験者が4割を越えていることに驚きを感じる。それにしては③の危険箇所の認識は甘く、安心したところにある。

通学路の危険箇所を認識していない生徒が78%いることについては不安を感じるとともに、「危険箇所マップ」を周



知し、教職員の巡回等でも情報を集め、生徒に注意を喚起していきたい。

- ・ ⑤の「ヘルメットの着用の必要性」について、必要と考える生徒が92%であり、通学時は96%の生徒がヘルメットをしっかりと着用している。⑦で分かるようにヘルメット着用についての意識は高いと思える。校則だからという考えもあるが、「当然必要」「よい伝統」と生徒自身が誇りを持っているところは、本校の現在過去の地域の方々と家庭における教育、過去の学校における指導歴に担うところが大きい。「通学時以外でもヘルメットを着用」する生徒が現在24%であるが、ヘルメット着用が「カッコいい」の時期を超して、何事もなかったかのように100%になった時、過去のすべての取り組みが実った証になるはずである。

5 成果と課題

(1) 成果

- ①PTA生活委員を中心となり、保護者が登校指導に参加することによって、登校状況を把握し、安全教育について家庭や地域と協働的な取り組みができた。
- ②交通安全や生活安全の指導を進める上で、生徒の意見や生活体験を反映させた危険箇所点検やアンケート項目の工夫が役立つことを実感した。それによって生徒の安全を確保するための指導の見通しが、より明確になってきた。
- ③親世代から継承されている伝統あるヘルメットの着用により、ヘルメット義務化よりも「自らの安全のために必要」という意識で着用している生徒が多い。

(2) 課題

- ①安全教育の継続的な取組と生徒も教職員もマンネリ化しない計画と実践をする。
- ②ヘルメット着用については、通学時以外の事故も多いことを考えると、気の緩む休日でもヘルメットを着用してほしいものである。「自転車に乗るときは必ずヘルメット着用」という意識を醸成するために今後も指導を工夫していく必要がある。
- ③本校学区は比較的大きな自然災害が少ない地域で、生徒も災害安全に対する意識が低いことから、災害教育を充実させるための取り組みを見直す。

6 おわりに

学校における安全教育の目標が、自他の生命尊重を基盤として、生涯を通じて安全な基盤を培うとともに、進んで安心して安全な社会づくりに参加し貢献できる資質や能力を養うこととある。

中学生は発達段階で心理的に反発がある時期にあり、一方的な指導では効果が薄いことから、今後も体験的な活動や実践的な取り組みを通して、生徒とともに考え、生徒自らが危険に気づき・考えて判断・安全な行動ができる力を育てたい。

学校を離れたところでも安全を意識するためには、自分や他人の命を大切にすることを意識に通じると考える。もちろん日々の学校生活の中の様々な場面で、そのことを肝に置きながら全教育活動に生かしていかなければならない。

子どもに「自分事」としての意識を持たせる 防災（津波）指導について

おいらせ町立百石小学校 教諭 佐々木 千賀

1 はじめに

本校は、奥入瀬川沿いの太平洋に面した旧百石町の中心にある小学校である。また、学区を国道45号線、338号線が通っており、町は八戸市と三沢市の間に位置した活気のある地域である。

本校は、明治10年に創立され、今年で146年目の伝統ある小学校であり、平成6年度の校舎新築時には、地域の方々がたくさん環境整備などに協力して下さるなど、学校教育に非常に理解がある地域である。

百石町と下田町の合併により平成18年3月に誕生した「おいらせ町」は、「奥入瀬の清流にはぐくまれた田園定住都市」を将来像に掲げた町づくりを進めている。本校の北側には、自由の女神が立つ「いちよう公園」や「みなくる館」「いきいき館」「のびのび館」等の公共施設がある。児童数は、洋光台団地への転入などにより年々増加傾向にあったが、平成14年度をピークに減少傾向に転じた。しかし、平成30年度から少しずつではあるが、再び増加傾向にある。本校北側の県道が国道45号線や高速道路と海岸通り(工場地帯)をつなぐ幹線道路となっている。また、その県道をはさむ形で大型店舗が数店出店したため、交通量は昼夜問わず多い。

2 研究の概要

本校児童は明るく活発であるが、他人に頼りがちな児童も多く、進んで物事に取り組んでいこうとする態度にやや欠けている。防災等の避難訓練に関しても、受け身で教師に頼りがちな傾向にある。「自分の命は自分で守る」を合い言葉に自分で考えて行動することを指導しているが、なかなか身につかない。そこで、子供たちに、「災害は『自分事』『身近なこと』である」ことを実感させることで、防災意識が向上するのではないかと考え、津波の避難訓練を行うこととした。

3 実践の内容

(1) 現在の本校の位置について

本校の学区は、太平洋に面しており、第2級河川である奥入瀬川と明神川がある。本校もその二河川に挟まれた場所にあり、青森県作成の防災マップでは5m～10m未満の津波が予想される地域である。そのため、地震・津波に対する避難訓練は子供の生命を守る上でも欠かせないものである。

(2) 津波避難訓練の実際

①事前指導

<児童に対して>

本校の子供たちは、2011年に起こった東日本大震災の後に生まれた子供たちであり、津波の恐ろしさなどは言葉では聞いているが、実際に「自分」との関わりが薄くなっていると感じていた。そこで、津波に対して関心を高めてもらうために、今年度は事前指導のとき、学級ごとに「3.11の津波の様子」についてのビデオを鑑賞してもらい、津波に対する自分の考えを持ってもらおうと考えた。また、その際、自分がやらなければならないことなどについても学級で話し合い、自分の目標を明確にした。

<児童の感想>

- ・私は、津波の動画を見て、すごく怖いと思いました。私は津波の怖さをあまり知らなかったので津波があったときの動画を見て、津波の怖さを知りました。(3年女子)
- ・もっと高いところに行こうとしないと自分の命がなくなってしまうから、油断しないで高いところに行く気持ちが必要なんだと思った。地震が来たら、チャイムや放送をちゃんと聞いて行動しようと思った。(4年男子)
- ・私が動画を見て思ったことは、避難所についても安心してはいけないということが分かりました。なので、避難訓練では1年生と手をつないで責任を持っていちよう公園に行きたいと思いました。(5年女子)
- ・地震があったらたとえ弱くてもまずは津波が来るんじゃないかと心配したり、避難したりするのがとっても大切だと思いました。ここなら安全と思わず、より高い場所を目指すことも大切だと思いました。自分たちが逃げることで周りの人たちも逃げると思うから、周りを待つのではなく、自分から行動すれば良いことが分かりました。(6年男子)

<保護者に対して>

4月中に緊急メールが全家庭に届くように、「ほっとするメール」の登録をお願いし、全家庭が登録してくれたかどうか、学校で確認する。また、避難訓練が行われることを案内し、その際、大津波警報の際は「いちよう公園の体育館に避難する」ことを、学校便り等を通して発信した。

②当日の様子

大地震(震度6強の地震を想定)が起こり、いったん机の下などに避難(約1分)。その後、グラウンドに避難した。全員の安全が確認できるまでに約3分30秒であった。大津波警報が出たという情報を得て、いちよう公園体育館に避難を開始。5年生を先頭に4年、3年、2年、最後に1年生と5・6年生がペアになり避難した。肢体不自由児童などもいた中、全員がグラウンドからいちよう公園まで避難するのに22分かかった。避難の途中は、事前指導の時に子供たちにどのような姿勢で臨むかを考えさせた成果が出て、放送をきちんと聞きながら、無駄話をせずに、避難場所に向かって移動していた。

避難場所に着いてからもおしゃべりをする事なく、全員が到着するまで静かに待機していた。



実際に障がい（肢体不自由）をもつ児童の避難、けが人を想定した避難を行う。



交通安全に気をつけて避難をする。ただし、本当の災害時に信号機が動いているのかどうか安全確保が問題となる。



高学年が1年生を世話しながら避難する。高学年が励ましながら避難したので、1年生も長い距離の避難をがんばってできた。

③避難訓練終了後の児童の自己評価

- ・私は避難訓練をしたときに、自分で立てた目標（「お・は・し・も」を守る）を守れたと思います。この訓練を忘れずに、いつでも先生方の指示が聞けるようにして、避難したいと思います。私はこれから一人で家に居るときのために避難場所がどこか調べておこうと思いました。（4年女子）
- ・今日津波が来るという想定での避難訓練をして、しっかり避難するかしないかで生死を分けるということが分かりました。来年や後期も1年生を連れていきながら、いちよう公園に避難することを、高学年の責任を持ちながら守っていきたいです。（5年男子）
- ・前の避難訓練では、少し話をしてしまったりしていましたが、今日は前よりも冷静に真剣にできたので良かったと思います。次の避難訓練のときは、今日よりももっと真剣にできるようにしようと思いました。（5年女子）
- ・1年生を連れていちよう公園まで一緒に歩くとき少し声かけが足りなかったと思いました。あと、6年生と1年生の場所が入れ替わる時に少し遅れた気がしたので、そういう所を直していきたいと思いました。（6年男子）

<家庭・地域との連携>

今回の訓練は、普段の学校生活での時間を想定している、「学校単独」での実施であった。しかし、実際の津波の避難ともなれば、大地震による停電（信号機停止）、避難場所へ向かう自家用車の大渋滞など、安全な移動に対してさまざまな困難が予想される。このような事態への対応については学校のみで解決することはできないので、関係団体等と連携し、避難経路の確認、安全確保のための補助などについて、打合せを行い、避難計画を見直ししていく必要がある。その上で、数年に一度、地域を巻き込んだ訓練を体験する必要があると感じた。また、家庭への引渡しの方法などについても関係団体と連携し、保護者へ確実な伝達をしていく必要がある。

4 成果と課題

<成果>

- ①子供たちの「意識のマネリ化」を防ぐために、今回は事前指導で津波の映像などを提示し、津波の恐ろしさについて指導を行った。そのため、子供たちは自分なりに目標をもって取り組めたようである。先生方からのアンケートからも真面目に取り組んでいたことが分かった。
- ②学校内で先生が付いたときの避難は安全にできることが確認できた。休み時間などの実施などを行い、子供が自分で対応できるようにしていく取組を考えたい。

<課題>

- ①今年度は映像を見るということで児童に「津波の怖さ」をイメージさせることができたが、毎年同じような内容だと、児童の意識がマンネリ化してしまい、形骸化してくる恐れがある。他の学校では津波に関する人形劇を観覧する、津波のメカニズムを学習に取り入れるなどの工夫を行っているので、子供の意識がマンネリ化しないように工夫して行く必要がある。
- ②今回は避難した後の引渡しなどについての練習はできなかった。本当に災害があった場合、保護者への連絡は難しくなると思うので、津波警報が発令されたときの避難場所や避難方法について、SNSなどを活用し、保護者に事前に伝え、パニックが起らないようにすることが早急に必要だと感じた。（現在 HP 等の活用を検討中）

5 終わりに

今回の実践で、学校内で行えることには取り組み、子供たちの避難訓練に一環としては自分なりの目標を持って、真剣に取り組めたと思う。しかし、地域や家庭との連携についてはまだまだ改善の余地があると感じた。学校と家庭、地域との連携を図って進めていかなければいけないので、どんなことが可能か、どんなことが実施困難か綿密に打合せをしながら少しでも児童の安全確保に向けて、訓練を行っていきたい。

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

「喫煙防止教育について」

◆提言者

東北町立東北中学校 養護教諭 横濱 知愛

「性に関する指導」

◆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（中泊町立小泊小学校） 養護教諭 本 多 まどか

1 はじめに

小泊地区は、津軽半島の北西部に位置し、日本海と北海道渡島に対峙した漁村である。周辺海峡は、対馬暖流とリマン寒流の交錯する好漁場で、小泊・下前の両漁港があり、スルメイカ、メバル、エビ、カニなどの漁業が盛んである。平成17年に中里町と合併して中泊町となった。

平成18年4月には小泊小学校と下前小学校が統合し、新たな小泊小学校としてスタートした。令和4年3月には、施設一体型の新校舎が完成し、同年4月、小中一貫校「こどもり学園」がスタートした。



2 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。その中のひとつである防煙教室は、平成17年度より町の保健事業として開始され、18年を数える。本校では毎年6学年を対象に実施している。

保健師と学校が連携を図りながら、町の実態や町民の生の声を取り入れた資料を作成し、児童の興味や関心が高まるよう、提供する資料を工夫している。

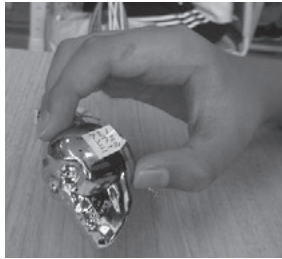
喫煙がもたらす害について、児童が身近な問題として捉えるきっかけとなることや、さらにそれが現在及び将来の正しい行動選択につながるよう、指導の充実を図っている。

3 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>2 「わかっているかな？たばこクイズ」</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・グラフを用いて変化の様子を捉えたり、比較しやすくしたりする。 ・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。

- 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）を取り出させ、発表する。

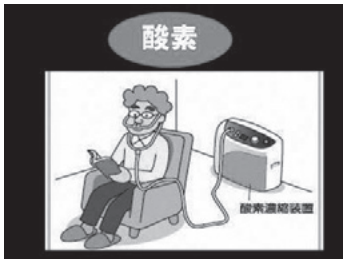


- 4 たばこの害について保健師から説明



- 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？」

- 6 実際の健康被害のお話を聞く。



- 7 クイズの答え合わせ

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13万人

このうち受動喫煙が原因で死亡した人は、15,000人もいる。厚生労働省2016

- 8 まとめと振り返り

- ・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。

- ・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。

- ・知識を深めたり、講話の内容を整理させたりする。

- ・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。

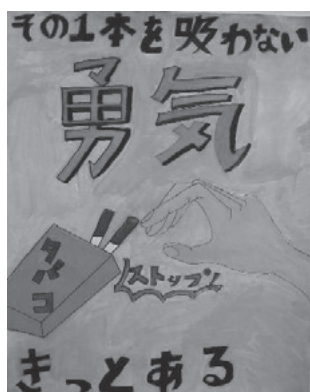
- ・クイズ形式で問いかけながら、知識の定着を図る。

- ・思ったこと、感じたことを共有させる。

(2) 家庭・地域との連携

保護者への啓発をねらい、防煙教室の参観を呼びかけている。しかし、平日ということもあり、今のところ参観者はいない。現段階では、学級通信等を通じて、学校での取組をお知らせし、防煙への啓発を行っている。

また、小学生が作成した防煙啓発ポスターを地域の各施設に掲示し、保護者や地域住民への防煙に関する普及啓発の媒体として活用している。(新型コロナウイルス感染症流行のため、ここ数年は休止している。)



その他、年度末には、「地域保健と学校保健との連携会」が開催され、保健師と各校養護教諭が集い、その年度の活動についての意見交換、情報提供、情報交換を行っている。各校で取り組んでいる内容を共有することで、次年度に生かすことができるため、とてもよい機会となっている。

4 成果と課題

(1) 成果

① 今回の防煙教室の事前・事後の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

防煙教室を実施する前から、たばこは体に悪いものだということを児童は認識していた。防煙教室後、事前アンケートで一度は吸ってみたいと答えた児童に意識の変化が見られたことがわかる。

体に悪いものだとは知っていたものの、一度は吸ってみたいという興味をもっていた1名が、正しい知識を身に付けたことで、意識に変容が見られた。防煙教室が望ましい行動選択へつなげると期待できる。

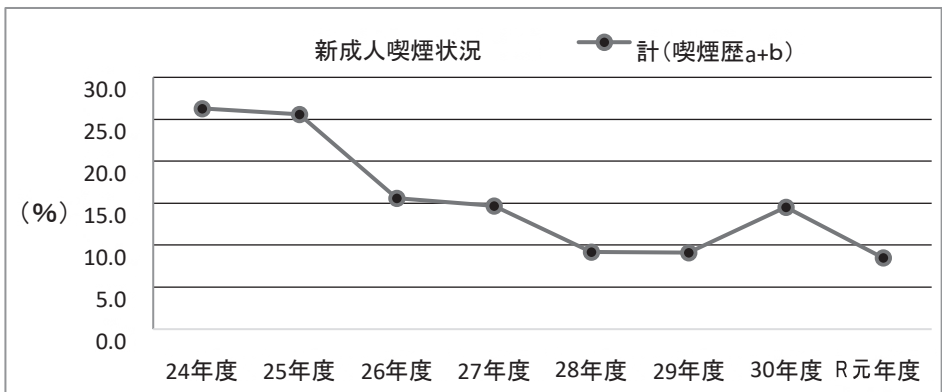
② 児童の振り返りより

- ・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で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 新成人の喫煙状況

平成24年度より、町では新成人の喫煙状況の実態調査を行っている。新成人は小学生～中学生時分に防煙教室を受けている。そのため、新成人の喫煙実態から防煙教育の取組を評価することができる。また、この実態調査は防煙に対する啓発機会とし、喫煙者の減少を図ることもねらっている。新成人の喫煙状況実態調査の結果は下記の通りであり、未成年者の喫煙経験率は、減少傾向にある。

【アンケート結果：新成人喫煙状況の推移】



(%)	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R元
喫煙有 (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 喫煙歴有 (a+b)	26.3	25.6	15.6	14.7	9.2	9.1	14.5	8.5

(2) 課題

中泊町の喫煙率は減少傾向にあるものの、依然として高い水準を維持している。今後は家庭への防煙意識の啓発をどのように働きかけていくかが課題である。また、現在、紙巻たばこの喫煙状況が減少しているのに対して、若年層の加熱式たばこや電子たばこの喫煙状況が増加していることが課題となっている。常に新しい知識や情報を共有し、保健師と養護教諭との情報交換を通しながら、よりよい指導につなげていく必要がある。

5 おわりに

子供の時分は、良くも悪くも周囲の環境を手本に、自分の思いや考えをつくりあげていく時期である。だからこそ、望ましい行動選択ができるよう、正しい知識の習得の機会が必要である。保健師がもつ専門的な知識と経験、学校がもつ教育力で、お互いに連携し合い、よりよい児童の学びへつなげていきたい。発育途上の児童が幸せな人生の礎として、健康な体を保つための意思決定と行動につなげられるよう、これからも関係機関が協力し合い、互いの強みを発揮しながら、子供たちへの指導に生かしていきたい。

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

1 はじめに

新型コロナウイルス感染症の影響により各地で休校が相次いだ期間、10代からの妊娠に関する相談件数が全国で約2倍に増加した。最近では、「生理の貧困」やジャニーズ性加害問題、タレント ryuchell さんの自死等、性に関する事柄が世間から注目を集めている。インターネット接続環境の整備やスマートフォンの普及により、児童生徒は多様な情報を瞬時に手に入れることができ、さらにはSNS等を通じたコミュニケーションや情報発信も当たり前となっている。このような社会環境の中で、子ども達が性に関する正しい知識や自他を尊重する態度を身につけられるよう、本校では令和2年度から性に関する指導に力を入れ始めた。

2 本校の概要

- ・全校生徒175名（男子83名、女子92名）、教職員26名の中規模校
- ・9年前、二つの中学校が統合し開校。統合前から、六戸町にある沼田医院・沼田知明院長による性に関する指導（講演）を、各学年で年1回行ってきた。

3 実践の内容

(1) 発達段階に考慮し、指導内容を計画：外部講師の活用と補足説明

①令和2年度～令和4年度は、性に関する指導を表1のように計画し、実施した。

（令和5年度は、蓮尾豊氏による御講演以外を実施予定。）

②指導内容について、中学1年生は二次性徴を迎える時期であることから、男女の体の仕組みを知ることが目的としている。中学2年生は多くが恋愛や交際に興味関心を抱く時期のため、他者との関わりの中で気を付けること（性加害・性被害、中学生らしい男女交際、性の多様性）等に触れ、自他を尊重する態度を学ぶように設定した。中学校3年生は性行動に潜むリスク（性感染症や望まない妊娠）を知り、思いやりの心と責任感をもつことを伝えるとともに、リスクへの対処法を学ぶように、指導内容を計画した。

③外部講師の講演日に合わせ、保健体育・保健分野で事前・事後指導を行っている。

→表中の◆は、外部講師による御講演後に養護教諭が補足授業をし、知識の定着化を図るとともに、より深い理解ができるように工夫している。

《表1：性に関する指導－50分間の教科指導の中で実施したもの》

対象 学年	『講演会テーマ』 ○外部講師 ●主な内容 ・指導内容	主な関連教科	
		時数	『単元』 ・指導内容 ◆補足授業
中1	『思春期教室』 ○沼田医院 院長 沼田知明氏 ●二次性徴 ・男女の生理（射精、月経）と妊娠 ・違いを認め合う心	保健 体育	『心身の発達と心の健康』 ・生殖にかかわる働きの成熟◆ ・性への関心と行動

中2	『性犯罪被害予防教育』 ○あおもり被害者支援センター 工藤美貴子氏 ●性的同意 ・パーソナルスペース ・デートDV、(性的)同意 ・犯罪予防：自他を大切に	保健 体育	『けがの防止と応急手当』 ・犯罪被害から身を守ろう
	『思春期教室』 ○沼田医院 院長 沼田知明氏 ●望まない妊娠の予防 ・生と性(命の尊さ) ・中学生らしい男女交際	保健 体育	・性の多様性(LGBTQ)◆
中3	『思春期教室』 ○沼田医院 院長 沼田知明氏 ●性感染症予防 ・性感染症の予防 ・思いやりと責任	保健 体育	『感染症の予防と健康を守る社会の取り組み』 ・性感染症とその予防◆
	『15歳のあなたに伝えたい性の話』 ○あおもり女性ヘルスケア研究所 所長 蓮尾豊氏 ●思春期の性行動とリスク ・SNS、性の多様性(LGBTQ) ・女性の生理(月経) ・妊娠成立の仕組みと避妊 ・性感染症	学活	

④本校には“ヘルスアップタイム”という清掃時体育の時間が、基本日課に組み込まれている。全校生徒が運動班と清掃班に分かれて活動するが、運動班の活動の中で座学を実施することがある。食事・運動・睡眠といった基本的な生活習慣を扱うことが多いが、年に1回、性に関する指導を、主に女子生徒を対象に実施している。(表2参照)

《表2：性に関する指導—清掃時体育の時間(20分間)を活用して実施したもの》

実施年度	対象	○指導テーマ ・ 指導内容	指導者
令和3年度	全学年の女子生徒	○月経痛の予防と対処法 ・月経と(病的な)月経痛 ・規則正しい生活習慣、痛み止めの服用、婦人科の受診(かかりつけ医、低用量ピル)等	養護教諭
令和4年度	1学年の女子生徒	○月経時の生理用品の正しい扱いを学ぶ ・月経とは ・生理用品の着け方、捨て方	養護教諭

(2) 小中連携

- ①東北町学校保健会養護教諭部会（小学校3校、中学校2校）では、令和5年度、『【東北町】子どもの心と体を育む健康教育プログラム』を作成した。体（性）に関する内容と、心の健康教育についても盛り込んだ。（表3参照）
- ②町内の各小中学校で来年度の学校保健計画に、各校の実態に合わせて下記内容をできる限り盛り込み、義務教育の9年間で心と体に関して学べる体制を整えていく予定。
- ③東北町の現在の学校数は、小学校3校、中学校2校。

≪表3：【東北町】子どもの心と体を育む健康教育プログラム（指導項目のみ抜粋）≫

校種	体・性	心
小学校 6年間	わたしたちの体	気持ちの良いあいさつ
	おへその秘密	ふわふわ言葉・ちくちく言葉
	命のふしぎ～命は誰のもの？～	イライラのコントロール
	二次性徴、生命の誕生	自分も相手も大切にする伝え方① (アサーション)
	パーソナルスペース	不安や悩みへの対処法 (ストレスへの対処法)
	メディアの使い方	自分も相手も大切にする伝え方② (SNS/非言語コミュニケーション)
中学校 3年間	生殖機能の発育・発達	心が苦しくなった時 (SOSの出し方教育)
	性との向き合い方	
	性犯罪被害・加害の予防	誰にでも苦しい時はある (SOSの受け止め方教育)
	中学生らしい男女交際	
	胎児～乳幼児の発育・発達 (妊婦体験)	大人に打ち明けた方が良い秘密 (SOSの繋ぎ方教育)
性感染症予防		

(3) 家庭、地域との連携

- ①保護者の不安感解消と、子どもの配慮事項の確認
 - ・性に関する指導を実施する前に、実施日や実施内容を保護者に案内し、希望する保護者の参観を許可している。また、生徒が性犯罪被害予防教育に参加可能かの是非や、配慮事項等の有無を調査している。
- ②保健衛生課との連携
 - ・令和3年度に、東北町保健衛生課主催の保護者を対象とした性に関する講演会を実施。講師は蓮尾豊氏、場所は本校体育館。性に関する諸課題を、参加した保護者と教職員が共に学び考え、性教育の重要性を実感できる場となった。

4 成果と課題

(1) 成果

- ①生徒が、性に関する正しい知識を得ることができた

- ・令和3年度に全学年の女子生徒を対象とした月経痛予防の指導をした。中1の時から月経痛のある女子生徒が、痛み止めをタイミング良く服用できるようになり、中3の現在、月経痛を理由に来室することがなくなった。
 - ・令和4年度に、中1女子生徒を対象に月経用品の正しい扱いについて指導した。学校で初潮がきて混乱する友人に、まだ初潮の来ていない女子生徒が、習った“生理用品の正しい着け方・捨て方”を自分なりに教えるという一幕があった。
- ②「性に関することを相談できる大人がいるよ」と、生徒に伝えることができた
- ・相談例として、女子からの月経痛・月経異常に関する相談だけでなく、男子から月経痛に関する質問を受けたり、受精や性行為に関する疑問を聞かれたりすることもある。安心して質問・相談できる関係を築くことができた。
- ③生徒が、自分の性を（少しだけ？）肯定的に捉えることができた
- ・中2対象の思春期教室では、望まない妊娠予防を扱うため、“男女”交際限定して話をせざるを得ない。講演後、養護教諭から「性は多様で、持って生まれた個性で、その人の人生そのもの。自他の性も大切に間違っていない。」と補足授業をすると、感想用紙に必ず3～4人は「先生ありがとう」と書く。自分の性が周りとは違うことに悩む生徒の心を、少しでも救えていることを願う。

(2) 課題

①授業の工夫

- ・グループワークを取り入れることに消極的となり、教師からの話一辺倒で終わっている。ユーモアを交えながら、自他を大切にしようとする温かな心で終われるような工夫（授業力向上）が課題。
- ・中3を対象とした性感染症予防の授業終了後、「コンドームの正しい使い方（着け方）を知りたい」と、男子生徒から相談されたことがあった。全体指導で扱う内容と、個別指導が適している内容とを見分け、個人差に対応した指導が行えると良い。

②多岐に渡る健康教育に翻弄されている

- ・健康教育の内容は多岐に渡り、基本的な生活習慣の指導に先立ち、歯・口の健康教育、性教育（性に関する指導）・食育・情報モラル教室・薬物乱用防止教室・学校保健委員会・安全教育の他、がん教育や救急法講習会、心の健康教育（SOSの出し方教育）等の実施が求められている。個々に計画するのではなく、生徒に伝えたい思いを軸に、全ての健康教育を関連付けながら計画すると良い。

5 おわりに

性教育は、「人格の完成と豊かな人間形成」を究極の目的としている。単に生殖に関する知識を教えるだけでなく、子ども達が自分自身の性を守り愛のある性生活ができるよう、また、人を差別したり排除したりすることのない人間へと育つよう教育することが、性教育のねらいだ。

性は多様で、持って生まれた個性で、その人の人生そのものである。子ども達が自分の性を受け入れ、他者の性を尊重し、そしてより良く生きていくことができるよう、愛のある性教育の実践に尽力していきたい。

6 参考文献

- (1) ユネスコ編、『【改訂版】国際セクシュアリティ教育ガイダンス 科学的根拠に基づいたアプローチ』明石書店、2020年
- (2) 文部科学省『中学校学習指導要領（平成29年告示）解説保健体育編』東山書房、2018年
- (3) 東京都教育委員会、『性教育の手引き』2019年
- (4) 日本性教育協会『すぐ授業に使える 性教育実践資料集 中学校改訂版』小学館、2020年
- (5) 日本性教育協会『すぐ授業に使える 性教育実践資料集 小学校版』小学館、2007年
- (6) 横浜市教育委員会事務局 人権教育・児童生徒課『子どもの社会的スキル横浜プログラム 四訂版 SOSサインの出し方教育プログラム集』2019年

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

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

「本校の食育の実践」

◆提言者

六ヶ所村立泊中学校 教頭 安田 泰輔

「本校における「弁当の日」の実践」

◆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

本校は平成28年4月に市野沢小学校、中野小学校、鳩田小学校の3校が統合して開校した学校です。そのため、各地区に継承されてきた伝統芸能を絶やさぬよう、クラブ活動の時間に中野神楽を、3年生の学習発表会の演目に泉清水えんぶり組の大黒舞とよるこび舞を、5・6年生は運動会で南中ソーランを発表し、総合的な学習の時間や生活科を中心にふるさと学習の充実のため、保護者や地域と連携し、地域の人材を活用した学習活動を実施している。

令和4年度、本校の目指す子ども像（体）は、『健康な体をつくる子』とし、基本的な生活習慣を身につけ、健康・安全に留意し、進んで運動できる子とし、「早寝・早起き・朝ごはん+歯みがき」を合言葉に、規則正しい生活を送ることができるよう取り組んでいる。

豊かな自然に恵まれ、そばや葉たばこの栽培、ブルーベリーやいちごなどの果樹栽培が盛んに行われていることを生かして、地域の取り組みを知るために積極的に地域に出て交流や体験活動を図っている。

その取組の中に、4年生はそばの栽培、5年生は米作り、6年生はブルーベリーなどの地域産業について学んでいる。また、地域の豊かな自然を生かした取組として、4年生は水生生物調査、5年生は森と湖に親しむつどいという活動も行っている。

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と言われている。朝食の欠食、偏った栄養摂取、こ（個・孤）食など時代や環境の変化に伴い、あらた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、子どもたちが将来にわたって健康に生活していくためには、食に関する正しい知識や食を選択する能力のほか、「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つけさせることなど、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、健康教育の充実を図ることを目的としている。

3 実践の内容

(1) 栄養教諭による食育学習

食に関する全体計画をもとに、栄養教諭と連携して、全学年で食に関する指導を行っている。各教科等における指導と連携した取組としている。また、1年生は給食センターの見学を実施している。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で、好き嫌いせず何でも残さず食べようとする意識

が高まった児童が増えた。



写真1 食育学習の様子

また、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 宮内郁恵氏を講師として招き、「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。参加者からは、「行事食や郷土料理など家庭で食べられることが少なくなっている献立を取り入れていることがわかり勉強になった。」などの感想をいただくことができた。

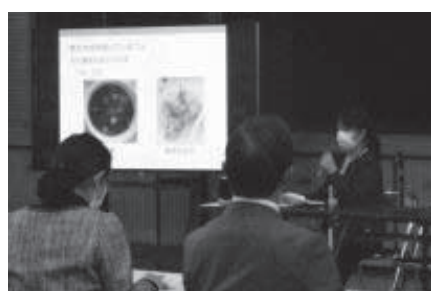


写真2 宮内先生の講演の様子

(2) 家庭、地域との連携

① 「親子農園」

本校では、全学年で親子農園を行っている。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む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。

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。活動する日は各学年に任せ、環境整備の日や親子レクの日活動している。現在、収穫した作物は持ち帰りとしている。



写真3 ジャガイモ植えの様子

② 4年生「そばを育てよう」

山の楽校の職員の方や当該学年の保護者の方の協力のもと、種まきからそば打ち、喫食までを体験している。刈り取りや島立て、脱穀などは昔ながらの方法で取り組ん

であり、1年かけてそばについて体験を通して学ぶ活動を行っている。また、来年度の4年生のために、収穫したそばの種を引き継いでいる。食育見学会では、そば作りについての工程や、実際に使った農機具の紹介をした。

③ 5年生「米作りを体験しよう」

当該学年の保護者の協力のもと、地域の田んぼをお借りして、もち米の栽培に取り組んでいる。苗植えから脱穀、袋詰めまでを地域密着型コーディネーターと協力して行っている。11月に感謝の集いという行事があり一年間お世話になった地域の方々に感謝の気持ちを込めてお礼として配付したり、希望する地域の家庭に販売したりしている。



写真4 田植えの様子

④ 6年生「ブルーベリー栽培」

ブルーベリー栽培についての学習では、果樹園を営んでいる農家を訪ねて、ブルーベリーに関して知識を広げることができた。食育見学会では、NHK（南郷放送局）のニュースとして発信した。歴史や品種、栽培方法等、1人1台端末を活用して自分が興味をもったことについてまとめた「一人一研」を全員がキャスターとして発表した。

(3) 校内での取組

① 給食時間の指導

本校は各教室で喫食するスタイルで行っている。そのため、下学年は配膳さんが学級の中まで給食を運んでくれる。また、黒板のチョークの粉の飛び散りを防止するために、給食時間になると黒板にカーテンを引いている。さらに、低学年では、食器の置き方についてイラスト付きの掲示物を作成し教室内に掲示している。

給食センターから毎月配付される放送資料は、放送委員会が給食時間に放送して食に関する知識を得ることができている。



写真5 学級へ配膳される様子



写真6 給食時間の学級の様子

② すこやか会議（学校保健委員会）

令和4年度すこやか会議テーマは、『食事のマナーを考えよう～みんなで気持ちよく食事ができるように～』とし、食事のマナーや礼儀作法を学び自分自身の食生活

をふり返り、じょうぶな体づくりのための方策について考える機会とすることを目的に実施することとした。児童の食事のマナーについて事前アンケートを実施し、『食事前の準備について』『食事中のマナー』について児童がどのくらいできているか、また、保護者や先生方から見てどのくらいできているのかを調査した。すこやか会議は、新型コロナウイルス感染症まん延のため集会の形での実施はできなかったが、事前アンケートについては、児童保健委員会により1人1台端末にて、夏休み期間に配信して結果をお知らせした。家庭での食事マナーの指導の参考にしていただいた。

4 成果と課題

(1) 成果

本校では毎年、全学年で栄養教諭による食育学習を行うことができている。食の年間指導計画をあらかじめ示すことで、栄養教諭による食育学習では指導の題材が統一され明確化されている。

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、地域の人、もの、ことに関わることで「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

一連の体験学習は、総合的な学習の時間の年間計画の中に明記されていたり、栄養教諭による食育学習の食に関する全体計画の中に記されたりしているので、担任の先生方が授業の計画を立てやすくなっている。しかし、体験学習が単なる体験で終わることのないように事後の活動については工夫して取り組ませていきたい。さらに、協力してくだ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のが現状である。

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いた。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。

生涯にわたる心と身体健康づくりの推進について ～「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

1 はじめに

文部科学省の「食に関する指導の手引き（第二次改訂版）」が平成31年3月に改訂され、学校における食育の一層の推進が求められるようになった。「食」は生きることの根本であり、食に関する関心、知識、技術を育てることは、子どもが生涯にわたって健やかに生きることにつながる。

2001年に香川県の小学校で、当時の校長である竹下和男氏が始めた「弁当の日」の食育実践は、大人は手伝わず、子どもが献立決めから買い出し、調理、弁当詰め、片付けまでをすべて自分の力で行う取組である。

どんな家庭環境にある子どもであっても、自分自身の力で生きるための力、そして生徒たちが親となった時に、自身の子どもを健康に育てられる親になってほしいとの願いを込めて令和2年度から開始した、本校の「弁当の日」のこれまでの取組の様子と成果、今後の展望について紹介する。

2 本校の概要

(1) 学校の概要

泊中学校は、六ヶ所村の北に位置し、昭和22年に開校した生徒数65名、4学級の小規模校である。令和3年度に泊小学校と併置化し、太平洋と月山にはさまれた自然豊かな環境で、小中学生が同じ校舎で学んでいる。

(2) 生徒の実態（「弁当の日」を開始した令和2年度）

小学校から継続しての肥満傾向生徒の割合が高く、全校の肥満傾向生徒の割合は26.8%で、3学年女子を除き、全国平均や県平均と比較しても高い傾向にある。

また、拒食、好き嫌いによる残食、朝食欠食など、食に関する課題を抱えている生徒が多くみられる。

3 「弁当の日」の取組内容

(1) 1年間の流れと校内体制

7月と12月の「弁当の日」に向けて、4月から年間を通して準備を行っている。保健指導部が全体計画や資料の作成、学年職員が生徒への指導、保健委員会の生徒が掲示物の準備など、学校全体を巻き込んだ取組となるようにしている。

6月のオリエンテーションでは、目的や方法、テーマ、挑戦するコースなどについて説明を行い、上手に

令和4年度全体計画表

月	取組の流れ	担当
4	・組織の発足 ・（参観日）保護者へ「弁当の日」の周知及び協力依頼	保健指導部 保健指導部
5	・（家庭科）栄養素とはたらき	家庭科担当
6	・（学級活動）「弁当の日」オリエンテーション ・第1回「弁当の日」メニュー決め	学担・学年職員
7	・（行事）第1回「弁当の日」 ・（委員会活動）ワークシート掲示作業 ・第1回「弁当の日」実施後アンケートの分析、反省 ・学校保健委員会だより発行	全教職員 保護者 全校生徒 保健委員会 保健指導部 保健委員会
8	・第1回「弁当の日」実施後アンケートの分析、反省 ・第2回「弁当の日」に向けての計画	保健指導部 保健指導部
9	・（家庭科）栄養教諭による食に関する指導	栄養教諭
10	・（宿題）第2回「弁当の日」メニュー決め	学担・学年職員
11	・（行事）第2回「弁当の日」 ・（委員会活動）ワークシート掲示作業	全教職員 保護者 全校生徒 保健委員会
12	・学校保健委員会だより発行	保健指導部
1	・年間取組の反省と次年度に向けての計画	保健指導部
2	・次年度年間計画の作成、連絡調整	保健指導部 関係職員 関係機関
3	・次年度への引継ぎ	保健指導部

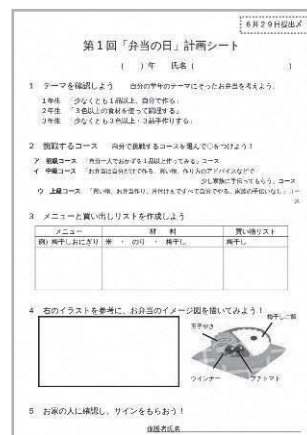
作れなくても失敗してもよいこと、とにかく自分でできることに挑戦して欲しいということを生徒たちに伝えるようにしている。説明の後は、献立や買い出しリストなどを記入するための計画シートを作成する時間も設け、計画的にお弁当作りができるようにしている。

また、家庭科の授業と連携し、栄養素のはたらきについて取り上げる際、「弁当の日」にも触れ、学年別に設定しているお弁当作りのテーマと連動させるようにしている。

お弁当づくりの挑戦コース

コース	内 容
初級コース	自分一人でおかずを1品以上作る。
中級コース	すべてのおかずを自分だけで作る。買い物、作り方のアドバイスなど少し家族に手伝ってもらおう。
上級コース	買い物～片付けまですべて自分でやる。家族の手伝いなし。

※事後アンケートには、「今回は家族にすべて作ってもらったが、次回は頑張る」という内容の「次回頑張るコース」も設けている。



オリエンテーションの様子

(2) 給食センター栄養教諭と連携した食育指導

年1回、給食センターの栄養教諭に食育指導を依頼し、全校生徒を対象に、栄養バランス、思春期に必要な栄養素などの、成長期の今を意識した話題について取り上げていただいている。また、お弁当向けの簡単なレシピの紹介など、「弁当の日」の取組にも触れてもらい、意識づけを行っている。

(3) 「弁当の日」当日の流れ

4時間目と給食時間の70分間を活用し、実施している。

新型コロナウイルス感染対策のために、グループでの食事や対話が制限されたため、ICTを活用したお弁当紹介タイムを設定している。最初に生徒個人の発表用（お弁当の写真のみ）・掲示用（顔写真とお弁当写真）の2枚の写真の撮影を行い、食事後に発表用の写真を電子情報ボードに映して、それぞれのお弁当作りのこだわりや感想の発表を行う。

掲示用の写真は後日、保健委員会の生徒が廊下に掲示しており、中学生だけでなく、小学生や保護者にも取組を知ってもらう機会となっている。

当日は生徒だけでなく、中学校教職員全員も手作りのお弁当を持参する他、栄養教諭、ALT、ICT支援員、小学校教諭にも任意で「弁当の日」に参加してもらい、お弁当の持参や写真の掲示、当日の巡回指導に協力をいただいている。

時間(目安)	活動内容
11:30～11:50	名簿順に個人の弁当の写真撮影 ※お弁当だけ、お弁当・顔の2枚ずつ撮影(とこいなば)
11:50～12:20	手洗い・準備・食事 片付け・遊びがき
12:20～12:30	アンケート記入
12:30～12:45	撮影したお弁当写真を情報ボードに映して自己アピールタイム! ・取り組んだコース ・こだわったこと ・感想・次に頑張りたいこと ※アンケートの内容をもとに発表
12:45～12:50	アンケートの回収



食事の様子



発表の様子

(4) 家庭との連携

4月の参観日と6・10月に文書で協力依頼をする他、生徒が作成した計画シートは、家庭でチェックを受けた後に学校へ提出することになっており、取組への意識づけにつなげている。



掲示の様子

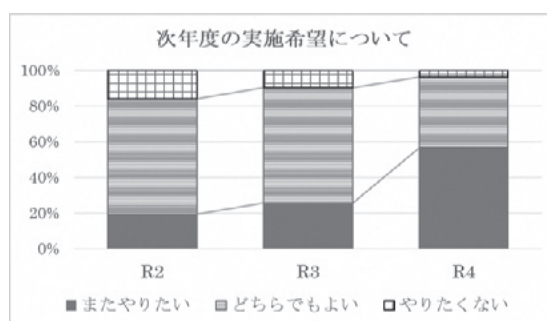
「弁当の日」終了後は、学校保健委員会だよりを発行して生徒たちの様子を紹介する他、参観日や面談などで保護者が来校した際、掲示した写真を見ていただくことで、どんな活動をしているのかの周知に努めている。また、事後の保護者アンケートの内容について、参観日などで質問や意見に対しての返答を行っている。

4 成果と課題

(1) 成果

①生徒アンケートの結果から

- ・当日自分でお弁当を作ることができなかった生徒（理由のほとんどが「寝坊したため」）は0～3名程度で推移しており、ほとんどの生徒が自分で取り組もうとしている様子がみられた。また、年2回の「弁当の日」で、1回目より2回目の方が中級～上級コースでお弁当作りをする生徒が多くみられた。
- ・第2回「弁当の日」後のアンケートで、「来年度も『弁当の日』をまたやりたいですか?」という質問に対し、「またやりたい」と回答した生徒は年々増加しており、「弁当の日」が少しずつ定着しつつあることが伺える。
- ・感想からは、家族への感謝、栄養バランスなどに触れている生徒が多くみられ、「弁当の日」を通して食に関する関心、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る。



生徒の感想

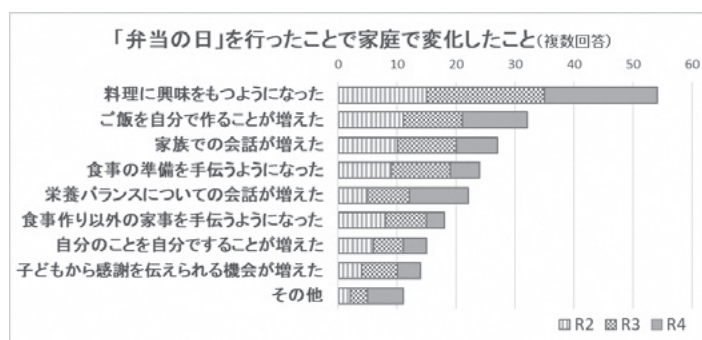
- ・普段、家にいるときは、カップ麺やインスタント食材ですませているけれども、栄養バランスがかたよっているので、これからは自分で料理をする時間を増やそうと思いました。
- ・トマトやブロッコリーを入れるだけでも、ゆでたり洗ったり簡単ではないことに気づきました。
- ・ポテトサラダ、ピーマンの肉づめに苦手なにんじんを入れて、好き嫌いをなくせるようなお弁当にしました。
- ・普段「明日弁当だから」と普通のように話しているけど、今回お弁当を作ってみて、おかずを1つ作るだけでも作るのが大変だということが分かって、次からは弁当を作ってもらったらしっかり親に感謝したいです。

②保護者アンケートの結果から

「『弁当の日』を通して、子どもの生活に変化があった」と回答した保護者は63%だった（令和4年度）。変化の内容として、「料理に興味をもつようになった」「ご飯を自分で作ることが増えた」「家族での会話が増えた」などが多くみられた。

感想では、実施に反対する

意見もある一方、「来年度も実施してほしい」といった意見も少しずつみられるようになっている。



(2) 課題

- ①「弁当の日」に限らず、授業時数の確保、職員の働き方改革などにより、行事の時間を確保するのが難しい。ICTによる効率化、授業時間を圧迫しない仕組みづくりを行うことで、継続可能な取組の在り方を考えていくことが必要である。
- ②保護者アンケートには、「効果がない」「家庭での負担が大きい」「なくてもよい」といった回答が少なからずある。短期的な効果が見えにくいことや生徒の取組に差が出やすいことが要因の一つであると考えられる。家庭へ向け、毎回協力して下さることに感謝を伝えつつ、続ける意義や生徒の様子を積極的に伝えることで、理解を得られるよう取り組んでいきたい。
- ③食育指導で摂取カロリーと消費カロリーのバランスなどについても取り上げたが、肥満の改善にはつながらなかった。小学校から中学校卒業まで肥満が継続する生徒も多いことから、小学校とも連携した個別の肥満指導にも取り組む必要がある。
- ④ただお弁当を持参するだけでは、メニューが固定化したり、もっと自分でやろう、という意欲につながりにくかったりと、マンネリ化しやすい。現在は学年職員の声かけやお弁当の創意工夫のおかげで生徒たちが楽しめる活動となっているが、生徒が自主的に取り組みたい、考えたいと感じられるようなテーマや環境づくりを今後も考えていきたい。

5 終わりに

今年度はご縁から「弁当の日」に関する講演会を実施するという、貴重な機会を得ることができた。我々教職員が生徒、保護者、関係者と共に「弁当の日」を深く学び、理解することで、「弁当の日」の時間を最大限有効に活用していきたい。

また、今後は新型コロナウイルス感染症が5類に移行したことを受け、食事の楽しさや直接のコミュニケーションも盛り込んだアフターコロナの体制づくりについても考えていきたい。

当時の教頭の「やってみよう」の一言で始まった本校の「弁当の日」。たくさんの方々へ御協力いただきながら4年目を迎えられたことに感謝し、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を、今後も考え続けていきたい。

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

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

1. はじめに

学校薬剤師会十和田支部の状況（2023年現在）

支部会員数 19名

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

取組事業 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

年間（週1回）フッ素洗口液調整（こども園幼稚園保育園21件）

随時 薬物乱用防止教室（2022年度…小学校5件・中学校5件）

2. 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（表1）。

検査結果に基づき、砂場の衛生管理方法と必要性を提案するものである。

表1. 砂場検査実施状況

実施年	小学校		中学校		認定こども園	
	校数	件数	校数	件数	校数	件数
2009	21	28	9	10	-	-
2010	21	27	8	8	-	-
2011	20	26	8	8	-	-
2013	16	20	8	8	-	-
2015	16	19	8	8	2	2
2016	14	16	7	7	4	4
2018	13	15	6	6	6	6
2020	13	15	6	6	8	9
2021	13	14	6	6	8	9
2022	13	14	5	5	8	9
2023	11	12	5	5	8	9

3. 方法

- (1) 実施時期：6～9月
- (2) 採取方法：砂場の四隅と中心の計5か所の砂を採取
- (3) 検査項目：大腸菌群数：他の有害菌等の可能性も含めた汚染指標菌
 サルモネラ：砂場の汚染として可能性の高い動物による糞尿汚染の指標
 回虫卵：動物による糞尿汚染の指標
- (4) 検査方法 大腸菌群数：デキソシコーレイト培地法
 サルモネラ：EEM ブイヨン増菌法
 回虫卵：NaCl 浮遊法
- (5) 検査件数

2009年からのべ331件実施した(表1)が、2020年から2023年までの113件の結果を示す。

4. 検査結果

表2. 学校種別陽性校数

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	-	-

認定こども園の大腸菌群の検出率が高かった。

表3. 学校種別検出大腸菌群数 (単位：個/10g)

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	-

- (1) 回虫卵
2020年：1件(中学校)
- (2) サルモネラ
2022年：3件(中学校1校、認定こども園2園)

5. 事後措置

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

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、消毒の徹底を指導した。

消毒方法は、次亜塩素酸ナトリウム 100 ～ 200 ppm 溶液を、砂場 1 平方メートルあたり 1 L 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している。

特に、検出した場合には 20 cm ほど深くを掘り返し、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こともある。

また、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。

6. 考察

過去 4 年の結果として、検出件数がおおむね減少傾向にあることから、十和田市における砂場の衛生状況は良い状態にあると考える。

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。全校が不検出を継続するとは言い難く、学校や園の担当者が頻繁に入れ替わることが多いため、適切な消毒方法が確実に申し送りされない場合も少なくないことが一因と考えられる。

検出頻度や菌数の多い学校・園の原因として、動物が多い環境と考えられる場合や、砂場周囲に植物が繁茂することにより動物の棲息率が高くなると考えられる場合や、砂場に土砂の流入が考えられ、その結果、土砂は湿気を帯びて砂場における菌の繁殖を容易にする場合などが推定されるが、砂場ごとの環境に応じた指導・助言が肝要だろう。

例として G 中学校は 2020 年に回虫卵が検出されたが、周囲に山林の多い環境であるため野生動物が多いと考え、消毒以外にも不使用時は砂場にシートを掛けるようになり、それ以降回虫卵は検出されていない（図 1）。

また 2020 年以前の事例ではあるが、L 認定こども園で検査初年度に多数の大腸菌群数、回虫卵、サルモネラが検出されたことがあり、当時は砂場の上の藤棚に多くの野鳥がとまっているのが観察されたため、砂場自体を樹木のない場所（図 2 手前）に移設させ砂を入れ替えたところ、次年度以降回虫やサルモネラの検出はなくなった（図 2）。



図 1. G 中学校砂場管理状況



図 2. L 認定こども園管理状況

一方で、K 認定こども園は構造上、土砂の流入も考えにくく不使用時はシートで覆い、使用後は 20 cm 掘り返して消毒しているにもかかわらず、毎年サルモネラ（単年度のみ）を含めた大腸菌群を検出した。

そこで今年度改めて消毒剤について聞き取りをしたところ、本会として推奨していた次亜塩素酸ナトリウムではなく、環境負荷軽減策として有用微生物細菌による消毒が有効であるとの誤解により消毒を困難にしていたことが判明した。改めて、検査の重要性は改善の根拠としても有益であると自覚できた事例であった。

これらの結果を踏まえ、次亜塩素酸ナトリウムを適正濃度にして適切撒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るだろう。

逆に言えば適切な消毒方法を継続するためには、頻回に消毒方法の徹底を確認していく必要があると考える。

また、C小学校では2019年に大腸菌群が22,000個検出され、消毒実施後再検査したところ不検出となったが、降雨時に道路から土砂が流入しやすい環境であったため、当時は使用していない砂場であり、別途使用可能な砂場があることから、今後再度検出される可能性や環境改善の労力を考え、砂場を閉鎖した事例もあった(図3)。

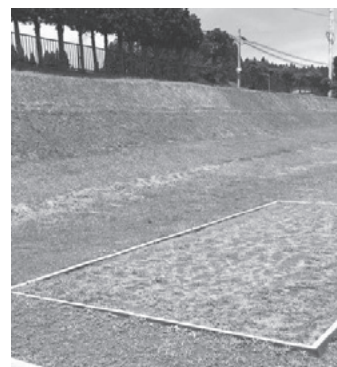


図3. C小学校閉鎖砂場

7. 結論

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の適切な消毒により汚染制御可能施設でもあることが分かる。

そして使用後は感染防止の観点から、生徒児童園児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。

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と考える。

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 アイン薬局野辺地店 市川啓司

1. はじめに

3年前の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、いろいろな情報が錯綜していた。何が正しいのか未知のウイルスに対して不安がとても大きかった。

そんな中、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。時期が冬であったため換気は室温を保つなど課題は多かった。

また抗原検査の無料配布事業では、1名分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かあり、混乱が発生しないよう丁寧な説明を心掛けた。キットを求める方は20～30人/日程度であった。

コロナ治療薬も幾つか流通するようになった。その中でパキロビッドは併用禁忌薬が多数あり、併用注意薬も非常に多い。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。

多くの変化がおこった期間であった。

担当校へは三密（密集、密接、密閉）回避の対応を指示してきた。三密回避の徹底は現在でも普遍的予防策として変わることはない。

先にも記載したが、冬季間の換気については難しい部分もあった。

室温の低下、温度変化に伴う健康リスクの増加、短時間の換気など。

その中でようやく5類移行した中での、今後の対応について、担当校における学校環境衛生検査を通して検討した。

2. 目的

学校環境衛生基準における、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類型移行に伴う教室内の適切な換気と感染防止対策について、過去3年分の検査に基づき検討した。

なお、一日の大半を学校で過ごす児童生徒等にとって、教室の温熱条件や換気の影響は快適・清浄でなければならない。

空気環境を左右する空調設備の性能及びその維持管理が教室内の環境に大きく影響を及ぼすことは当然であり、児童生徒等の快適性のため、より良好な温熱環境と空気清浄度を保つ維持管理が望まれるだろう。

3. 方法

実施時期：令和3年～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： 二酸化炭素：CO₂モニター

気流：カタ温度計

温度・湿度：CO₂モニター

4. 結果

表1. 空気環境検査結果

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/sec	温度 °C	湿度 %		
			廊下側	外側	廊下側	外側	教室	廊下					
3年度													
10月6日	3年1組	39	一部開		閉		①	630	-	-	26	46	
							②	699					
							④	720					
	化学室	4	①	518			27	42					
4年度													
11月7日	1年教室	20	全開	閉	閉		①	550	465	-	23	44	
							④	764					
5年度													
7月3日	1年学習室	30	全開		-	閉	①	560	520	-	23	72	
							②	570					
							③	560					
							④	550					
7月13日	1年学習室	2	全開		-	閉	①	500	500	0.279	25	66	
			エアコン使用				②	490					
	1年1組	17	-	一部開	閉	-	閉	①	900	500	0.499	24	73
								②	920				
				エアコン使用				③	808		0.605		
				④	820								
注：①～④は測定時間を表す。 ①：授業開始時 ②：15分後 ③：30分後 ④：終了時						学校環境衛生基準値	≤1500	≤0.5	18°C以上、28°C以下	30～80%			

表1の結果から、検査教室の換気回数を試算した（表2）。

【換気回数計算方法】

$$E=Q/V$$

E:換気回数 (回/h)

Q:換気量 (m³/h)

V:教室の容積 (m³) 今回は180に設定

$$Q (m^3/h) = M \times 10^6 / (C_1 - \text{廊下二酸化炭素濃度})$$

Q:換気量

M：総二酸化炭素量

C₁：①～④の二酸化炭素測定結果

M=在室者数×二酸化炭素呼出量 (m³/h)

二酸化炭素呼出量は、0.022 とする。

表 2. 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	
			廊下側	外側	廊下側	外側	教室	廊下			
3 年度											
10 月 6 日	3 年 1 組	39	一部開		閉		①	630	-	-	38
							②	699			25
							④	720			22
	①	518									
	化学室	4									
4 年度											
11 月 7 日	1 年教室	20	全開	閉	閉		①	550	465	-	28.7
							④	764			8.1
5 年度											
7 月 3 日	1 年学習室	30	全開		-	閉	①	560	520	-	91.6
							②	570			73.3
							③	560			91.6
							④	550			122.2
7 月 13 日	1 年学習室	2	全開		-	閉	①	500	500	0.279	-
			エアコン使用				②	490			244 以上
	1 年 1 組	17	一部開		-	閉	①	900	500	0.499	5.1
			閉				②	920			4.9
			エアコン使用				③	808		0.605	6.7
							④	820			6.5

① 窓開放時・エアコンを使用時ともに CO₂ 濃度は基準値を下回る結果であった。

② 窓の全・一部開放、エアコン使用を比較すると、換気量は窓開放時(全開)が大きい。

③ 特殊なエアコンを除いて、通常、エアコンは室内の空気を循環させるのみであり、

④ 換気は行われていない。

⑤ エアコンの使用も空気の循環には有効であるが、窓の開放が換気には非常に有効な手段であるといえる。

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 m³ 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) CO₂ 呼出量

幼稚園児・小学生低学年 : 0.011 m³/h

小学生高学年・中学生 : 0.016 m³/h

高校生・大人 : 0.022 m³/h

3) 気流の基準（学校環境衛生基準）

0.5m/秒以下であることが望ましい

5) 事後措置

換気は十分に実施されている。

授業中の窓の開放を継続し、休み時間には廊下の窓の開放も換気に努める。

冬季は室温に留意しつつ、休み時間は窓の開放をして換気に努める。

5. 考察

コロナ禍における野辺地高等学校の教室は十分に換気されていた。

過去3年において、平均59回は1時間の授業において換気されていたことが要因となっている。

特に、令和5年度、7月13日1年1組の気流測定の結果では0.6 m/秒の基準を超える空気の流れが発生しており、その結果、最大6.7回の空気の交換がされていた。

しかし、当該年度はエアコン稼働時期にあり、窓は一部開放中であったことから①②では二酸化炭素濃度は相対的に上昇したが、5.0回換気、③④では6.6回換気されたが、気流が上昇すると換気回数も上昇する正の相関を示した。

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、効率的な換気をすることができる。しかし、難しい場合は頻回に（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（図1）。

高校生の場合、換気回数が少ないと概ね15分程度で1500ppmを超えるといった報告（図2）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、学校薬剤師としても助言していきたい。

スムーズな換気方法

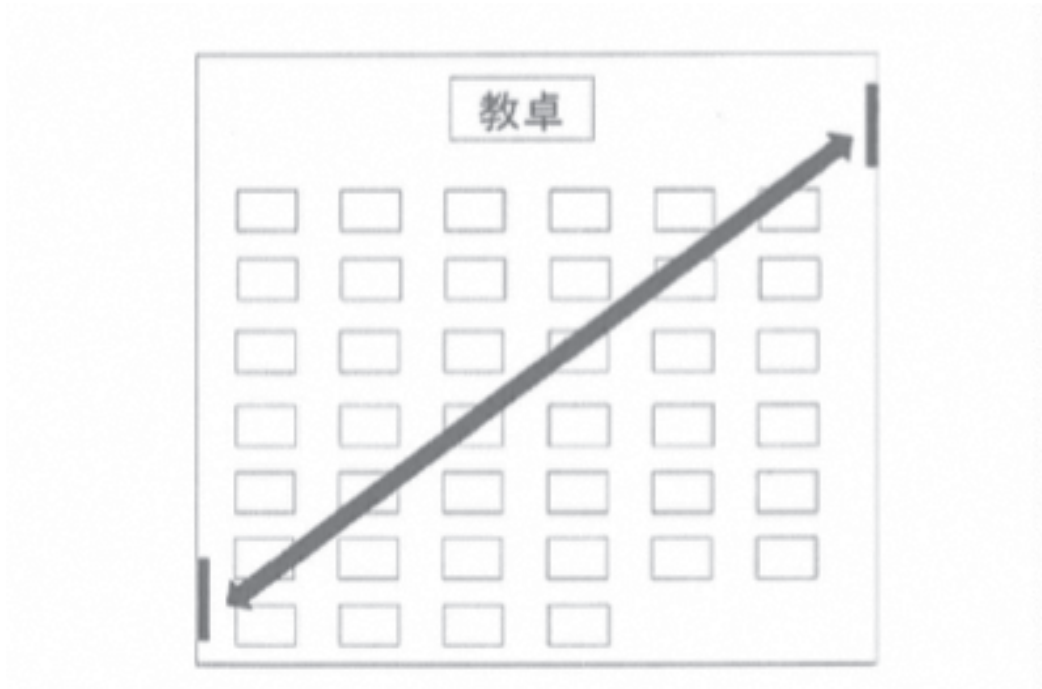
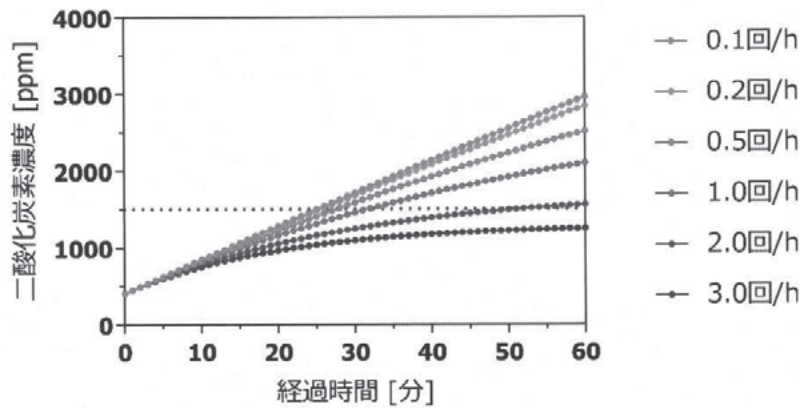
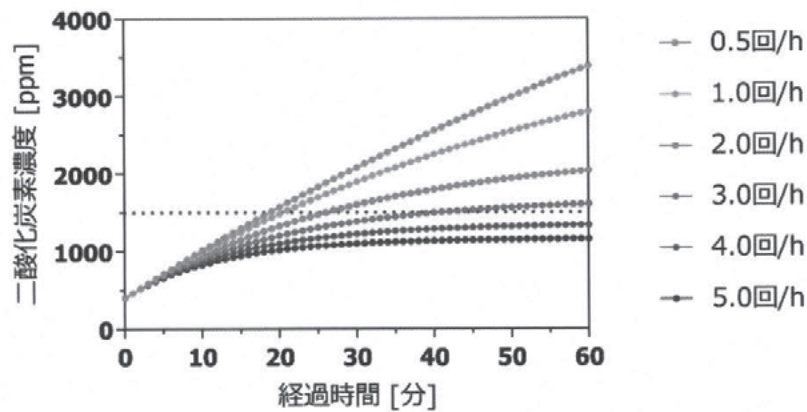


図1. 廊下側と窓側を対角にあける例

小学校低学年：児童40人、大人2人が在室する教室の例



小学校高学年・中学校年：児童・生徒40人、大人2人が在室する教室の例



高等学校：生徒40人、大人2人が在室する教室の例

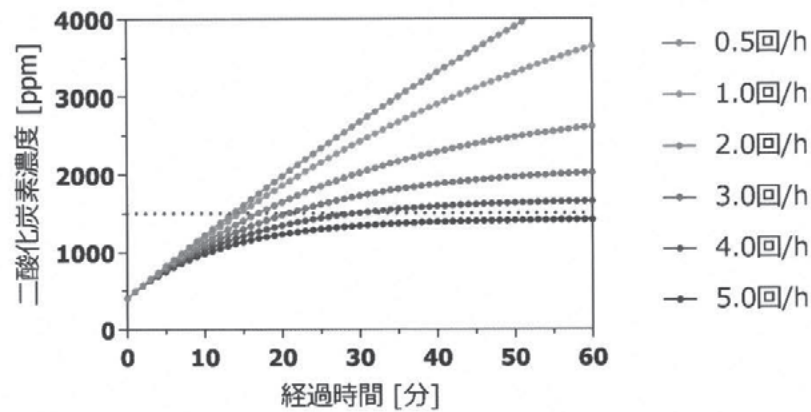


図2. 時間あたり換気回数と教室内CO₂濃度の経時変化

引用資料

- 1) 「学校環境衛生基準」解説 2022 編集/日本薬剤師会
- 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) 「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」(文部科学省)

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 校長	榎 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	千 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 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



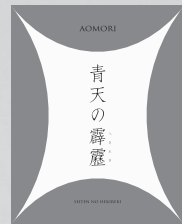
まっしぐら

ひと粒ひと粒がしっかりとし
控えめな甘さ



青天の霹靂

上品な甘みとさっぱりした食感



はれわたり

はじけるような粒となめらかな食感



青森には三種類のおいしさがあります。

青森米本部



©やなせたかし / やなせスタジオ

青森米本部



<https://aomori-komehonbu.gr.jp/>

WEBサイト



県産だから飲んでほしい 青森の牛乳

青森の牛乳は、
野菜やお米、果物と同じく
青森県の豊かな大地からの
贈り物です。
モ〜ウっと飲んでほしい
青森の牛乳



青森県産牛乳PRキャラクター
「あおミルちゃん」

青森県牛乳普及協会

青森市東大野二丁目1番地15 ☎ 017-729-8631

「大会報告書」 に関するお知らせ

○報告方法

青森県学校保健会HPに掲載したものを「大会報告書」といたします。

※紙媒体を冊子にしての配布はいたしません。

※必要に応じて、各自でHPよりデータをダウンロードしてご使用ください。

○配信予定日

令和6年1月末頃を予定しております。

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

印刷 山田印刷

〒039-3147 青森県上北郡野辺地町字下与田川2番地7

TEL.0175-64-3038 FAX.0175-64-1987

