

学校保健

(題字は元北海道学校保健会会長 吉田 信)

発行

公益財団法人北海道学校保健会
札幌市中央区大通西6丁目
北海道医師会館5F

☎(011) 221-5240



年頭にあって

北海道学校保健会 会長
北海道医師会 会長

松家治道

新年あけましておめでとうございます。初春を迎えるにあたって、ひと言ご挨拶申し上げます。

日頃より、学校保健・学校安全にご尽力をいただいている皆様方に、心より敬意と感謝を申し上げます。

昨年は根室管内根室市において、第69回北海道学校保健・安全研究大会を開催することができました。開催にあたって多くの関係者の皆様にご尽力いただきましたことをこの場をかりてお礼申し上げます。また、今年は札幌市におきまして、第70回北海道学校保健・安全研究大会を開催する予定です。多くの学校保健関係者の皆様のご参加を期待しております。

研究大会につきましては、新型コロナウイルス感染症の影響で、三年前の宗谷(稚内)大会は中止、一昨年の十勝(帯広)大会は動画配信による開催、そして、昨年の根室大会は、集合とリモートによる「ハイブリッド」開催となりました。今年の札幌大会におきましても、これまでのコロナ禍における研究大会で培ったノウハウを活かしながら、

より多くの方々に参加いただき、有意義なものになりますことを期待しております。

さて、新型コロナウイルスの感染が国内で初めて確認されてから3年となりました。第7波以降、行動制限がなくなり、療養期間が短縮され、インバウンドが再開されるなど、ウイズコロナでの生活がはじまりました。重症化率が低下したとはいえ、まだまだ予断を許さない状況です。今後は季節性インフルエンザとの同時流行や感染の再拡大を防ぐとともに、子どもたちの心と体のケアもしっかり行っていくことが重要です。

各学校では、感染防止に様々な工夫や努力をなされていることと思います。収束の見通しが立たない中ではありますが、今後も継続して感染防止の取り組みをお願い致します。

本年も学校・家庭・地域社会の関係者と三師会はじめ関係機関が英知を結集し、強力な連携のもとに児童生徒の健康・安全の保持・増進に努めて参りますので、ご支援・ご協力くださいますようお願い申し上げます。

目次

○巻頭言 「年頭にあって」

北海道学校保健会 会長

北海道医師会 会長

松家治道…… 1

○令和4年度北海道学校歯科保健研究大会、令和4年度北海道学校歯科保健優良校表彰、

令和4年度北海道歯・口の健康に関する図画・ポスターコンクール…… 2

○第69回北海道学校保健・安全研究大会根室大会…… 4

○令和5年度北海道学校保健・安全研究大会、全国学校保健・安全研究大会のご案内…… 8

令和4年度北海道学校歯科保健研究大会

令和4年10月28日(金)に北海道歯科医師会館において、3年ぶりに第42回北海道学校歯科保健研究大会が開催されました。新型コロナウイルス感染症の拡散防止の観点から、オンデマンド配信と併用のハイブリッド開催とし、各種表彰では、表彰式は行わず、紙面にての報告としました。

はじめの挨拶では、藤田会長より、保護者の健康への意識の変化等により子供たちのむし歯は減少傾向にあるものの、北海道では未だに多くの子供たちがむし歯に罹患しており、12歳児の一人平均むし歯本数は全国平均より多く、まだまだ課題が多い状況であること、子供たちの歯・口腔の健全な育成のためにはフッ化物の局所応用(フッ化物塗布、フッ化物洗口)を全道に普及させ、むし歯が原因で歯を失うリスクを低下させる取り組みが必要であること、特に学校や園等で行う集団によるフッ化物洗口は、継続性に優れ、また、平等に恩恵を受けられることから、効果的なむし歯抑制効果が期待できること、よって、フッ化物洗口の普及を図ることは、子供たちの口腔保健の向上に大きく寄与できると考えているというお話がありました。

講演Ⅰでは、株式会社ファイターズスポーツ&エンターテインメント事業統括本部の佐藤拓氏から『Challenge with Dream』と題して、1. プロ野球選手が考える“歯”について、2. 北海道日本ハムファイターズが考える“スポーツと健康”について、3. 北海道ボールパークFビレッジについて、講演Ⅱでは、北海道歯科医師会副会長の西隆一氏から『健康とスポーツ歯科』と題して、スポーツデンティストとしての取り組み等についてのご講話をいただきました。

学校歯科保健優良校表彰

この表彰は「歯及び口腔の健康に対する関心を高め、その目的に向かって学校歯科保健活動を積極的に展開している学校に贈られるものです。

令和4年6月27日(月)に北海道歯科医師会館において審査を行い、その結果、次の学校が選ばれました。

<最優秀賞>

札幌市立定山溪小学校

<優秀賞>

登別市立登別小学校

<HBC賞>

札幌市立新琴似北小学校

苫小牧市立若草小学校

受賞された学校の皆さん、おめでとうございます。令和5年度につきましても実施する予定ですので、歯科保健活動に取り組んでいる学校は是非応募して下さい。応募方法につきましては、新年度になりましたら、北海道歯科医師会のホームページ等でご案内致します。

図画・ポスターコンクール

令和4年度から、小学校低学年の部、小学校高学年の部、特別支援学校小学部の部の3つの部門になりました。受賞者は以下の通りです。

◆北海道知事賞



【低学年の部】

標津町立川北小3年
大垣七斗

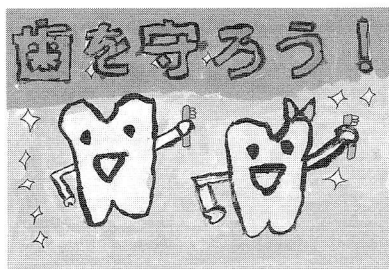


【高学年の部】

釧路市立愛国小5年
村井咲月

【特別支援学校（学級）小学部の部】

滝川市立滝川第三小4年 石井大翔



他の受賞者は次の通りです。

◆北海道教育長賞

【低学年の部】

様似町立様似小2年 青悦唯人
函館市立駒場小3年 野村秋人

【高学年の部】

函館市立弥生小6年 川島 確
恵庭市立恵庭小5年 上田 瀧 介

【特別支援学校（学級）小学部の部】

苫小牧市立豊川小3年 園 琴 音

◆HBC賞

【低学年の部】

幕別町立明倫小3年 松岡泰正
釧路市立釧路小2年 三宅美沙希

【高学年の部】

北広島市立大曲東小6年 花田 侑 楽
滝川市立滝川第三小4年 安田 虎次朗

【特別支援学校（学級）小学部の部】

北海道旭川養護学校6年 溝口 衣 織

◆北海道新聞社賞

【低学年の部】

北広島市立大曲小3年 小玉 琉 楠
恵庭市立恵庭小2年 山口 修 平

【高学年の部】

恵庭市立恵庭小4年 上田 桜 瑚
旭川市立緑新小6年 小笠原 羽 蘭

【特別支援学校（学級）小学部の部】

北海道美唄養護学校4年 佐藤 唯央利

◆北海道歯科医師会長賞

【低学年の部】

栗山町立継立小3年 尾 泉 花
釧路市立愛国小1年 柴田 千 星

【高学年の部】

函館市立桔梗小4年 村川 来 夢
札幌市立南白石小4年 田村 倖太郎

【特別支援学校（学級）小学部の部】

砂川市立北光小2年 秦 野 優 成

◆佳作

【低学年の部】

札幌市立南白石小1年	坪田 碧
函館市立桔梗小1年	五十嵐 愛里
函館市立弥生小1年	藤井 源人
旭川市立台場小1年	稲垣 琴音
旭川市立青雲2年	木村 かな
滝川市立江部乙小1年	黒田 結人
深川市立一已小3年	佐藤 心
紋別市立南丘小1年	畠山 蓮士
帯広市立愛国小1年	高橋 宗佑
登別市立登別小3年	中尾 橙厘
中標津町立中標津東小3年	工藤 大輝
苫前町立苫前小2年	大矢根 璃空
様似町立様似小2年	岡本 幸大
様似町立様似小2年	野宮 大暉
苫小牧市立苫小牧東小2年	尾崎 大地
苫小牧市立苫小牧東小2年	田中 心晴
北広島市立東部小1年	三宅 敦土
北広島市立東部小3年	安井 希伊奈

【高学年の部】

函館市立弥生小6年	伊早坂 耕汰
旭川市立青雲小4年	志賀 陽向
旭川市立緑新小5年	保坂 綺良莉
旭川市立緑新小6年	長原 愛美
奈井江町立奈井江小5年	北 みのり
赤平市立赤平小5年	中村 杏
北見市立南小4年	坂上 剣
湧別町立富美小5年	林 莉乃
伊達市立有珠小5年	橋 日和
伊達市立有珠小5年	板垣 宏哉
岩見沢市立南小5年	吉成 夏楓
釧路市立愛国小4年	細野 陽菜子
釧路市立中央小6年	佐藤 志学
中標津町立丸山小6年	佐藤 李
中標津町立丸山小6年	田 紗那
美唄市立中央小4年	菅原 壮一朗
新ひだか町立高静小4年	原 万琴
千歳市立駒里小4年	増 渕 駿ノ介

【特別支援学校（学級）小学部の部】

北海道旭川養護学校5年	渡邊 葉月
砂川市立北光小1年	本田 啓人
砂川市立北光小2年	成田 大翔
深川市立一已小3年	川田 真鈴
北海道美唄養護学校4年	西川 一輝
苫小牧市立豊川小5年	渡邊 響也

第69回 北海道学校保健・安全研究大会 根室大会の報告

令和4年11月20日(日)に、根室市にある道立北方四島交流センターで第69回北海道学校保健・安全研究大会が行われました。集合(根室管内)とオンライン(根室管内以外)によるハイブリッド開催となりました。



「生涯を通じて、心豊かにたくましく、北の大地を生きる子どもの育成を目指して」～海と大地の豊かさに根ざして生きる子どもの育成を目指して～の大会主題のもと、道内各地から169名の方々に参加していただき、日本体育大学体育学部教授の野井真吾氏による基調講演と3つの部会による研究協議を行いました。

学校保健功労者表彰については、今回も開会式の中で表彰式を行うことはできませんでしたが、今年度は、95名の学校医、学校歯科医、学校薬剤師、教員の方々が受賞されました。

研究大会の概要は以下のとおり。

【基調講演】 ※一部抜粋

「コロナ禍における子どもの育ちと学び」

講 師 日本体育大学体育学部 教授
野 井 真 吾 氏

日体大の野井真吾です。私は日体大というところに勤めながら、「子どものからだと心・連絡会議」というNGOの活動を30数年間やってまいりました。こういう会議を立ち上げて、年に1回「子ど

ものからだと心・全国研究会議」を開催しています。さて、この会議、ネーミングの中に保育とか教育とか入れませんでした。今となっては、それがよかったのかなと思うのです。年に1回のこの会議、だいたい全国から300人くらいの方にお集まりいただくのですが、本当に多職種の方が集まる少しユニークな会議です。とにかく子どもに関心のある方みんなで集うみたいな少しユニークな会議です。そして、感じたことをみんなでワイワイガヤガヤ議論する。そうすることによって、日頃の様子は学校の先生が、放課後の様子は学童クラブの指導員が、家庭の様子は子育て中のお父さんお母さんという感じで、子供たちの生活の中で見直すところをみんなで共有できます。

ただ、そういうところで教えていただけるワイワイガヤガヤは、何も喜ばしいことばかりではありません。たとえば、その会議で教えていただける子どもたちの様子、北海道の子供たちどうでしょうか、すぐ疲れたという、それは北海道だけではなく、九州から来た先生も同じことを言うのです。あるいは、姿勢の問題です。ぐにゃぐにゃになってしまう姿勢、どうも気になる。これは30数年前からずっと聞いている話です。

90年代以降増えたのが、保育中、授業中じっとしてられない、朝起きられない、夜眠れない、首肩の凝り。働き盛りのお父さんみたいです。こういう子供たちが、どうも気になる、何かおかしい。もちろんこれらは、病気や障害のことをいっているわけではありません。あるいは、よく言われる体力低下のことをいっているわけではありません。病気や障害ではないのだけれど、とても元気だとはいえない。

私たちの国では毎年学校健康診断をやっています。その健康診断の結果を毎年見てみると、多くの子供たちが抱えている病気といいますと、確かにこのコロナ禍で視力の問題はかなり心配だと思われていますが、しかし、多くの子供が抱えている病気という点では、視力の問題とむしろ歯ぐらいという感じもします。ここまでの話をまとめてみると、僕らは、病気や障害とは言い切れないけれども何か

がおかしいという心配をしているということにも気が付くわけです。だとすれば、このおかしさの問題を解決しない限りは、今の子供たちが元気になったとは思えないということにもなると思うのです。

たとえばこのおかしさの問題は、風邪を一つとってもそういうものがあると思うのですが、左側が完全に風邪の状態、右側は完全に健康な状態とすると、その間には、「調子が悪い」があるんですね。なんか最近調子が悪い。お医者さんに見てもらおう。見てもらった結果、まあ風邪気味ですね、お薬出しておきましょう。こういわれた瞬間、僕らは風邪と認識する話で、間には、調子の悪さみたいなものがあるわけです。だとすれば、僕らが子供のからだのことで心配してきた問題というのは、おかしさみたいなものなのだなということに気が付くわけです。そうすると、おかしさの問題を解決しないことには、今の子供たちが元気になったということにもならないわけです。

先ほどご案内させていただいた全国会議は、30数年間毎年参加して皆勤賞なのですが、この30年を振り返ってみると、僕らは、結果としてなんですけど、この辺に焦点を当てて、みんなでワイワイガヤガヤ議論してきたのだという気がするのです。今日は、その議論の到達点みたいなものを皆さんに紹介してみたいと思います。

このおかしさの問題に気が付いているのは、何もその全国研究会議に参加している方たちだけではないですね。おそらく広く世間でも、ここまで具体的ではないにしても、そういうふうに感じていると思います。そういったおかしさの根底にある問題として、生活習慣の乱れが心配されます。そこで、心配されると叫ばれるのがこのフレーズ「早寝、早起き、朝ごはん」です。でも実はこのフレーズあちこちで耳にするたび、それはどんなに頑張っても無駄だなと思います。むしろ子供たちの生活習慣を立て直そうと思うときに、スローガンにすべきフレーズを、「早寝・早起き・朝ごはん」ではなく、「光・暗闇・外遊び」に、思いきって変えてみました。

こんなわけのわからぬ提案のきっかけを作ってくれたのは、私たちの体の中にあるメラトニンと呼ばれるホルモンに関する研究です。メラトニン

とは、睡眠導入ホルモンといわれています。平たくいうと眠りのホルモンです。私たちが夜眠くなるのは、このメラトニンのおかげです。そんなわけで、夜出てくるホルモンなのですが、実は、準備を昼間から始めます。

ちなみにこのメラトニンは年齢とともに出が悪くなります。つまり、眠りのホルモンってだんだん少なくなっていくのですね。若いころは休みの日、目覚ましをかけないで寝たら何時間でも寝られたのに、最近は寝られないという方いらっしゃいますか？ けっこういらっしゃいますね。かつての僕も同じですね。学生時代なんか目覚まし時計かけないで寝たら、次の日一日中寝ていることができました。けれど、最近は、前の晩どんなに遅く寝ても、次の日朝ちゃんと目が覚めるのですね。僕も社会人として一人前だな、いえ違いますね、メラトニンの量が下がってきたんですね。年齢とともに睡眠の質が悪くなるのは必然なのです。

僕らの国では、眠りのホルモンの出が悪くなってきたら、もうおじいちゃん、おばあちゃんです。でも古くから、おじいちゃん、おばあちゃんはこのことをしてきたのですね。この写真を見てください。これ寒い冬なのですけど、わざわざ縁側まで来て茶飲み話をしているのです。炬燵で飲めばいいと思いますね。でも、違いますね。このオープンカフェみたいなことに意味があるのです。会議をするなら井戸端です。おとなり中国にいくと、こんな写真が撮れます。麻雀の卓に代わっている。カナダのバンクーバーへ行きますと、チェスのボードに代わっている。何も外に出てきてやることないのと思うようなことを、世界中のおじいちゃんおばあちゃんが外に出てやっているのです。実は、これ、ちゃんと意味があるのです。

昼間、光にあたるという何気ない行動が、実はとても大事なのです。こういう研究知見を子供の生活に落とし込んで考えてみたときに、学齢期の子供たちが平日多くの時間を過ごしているのは、学校という場所になります。学校の中のどこかなと考えてみると、ぱっと頭に浮かぶのが、教室の中の自分の席なのではないかと思います。教室の座席は決められているわけですから。1日6時間窓側で太陽を感じながら勉強するか、廊下側のち

よっと薄暗いところで勉強するかでは、眠りのホルモンの出方が変わってくる可能性があります。そういう訳のわからない仮説が成立します。やってみました。ある教室でやってみたら、この教室は窓側から2列目までよく光が当たっていました。これ、窓側群です。廊下側はちょっと暗めなので、これ対象群、比較のためです。そして、その2つのグループのその日寝た時刻を調べて比較してみると、なんと窓側群のほうが1時間も早いのですね。結果、睡眠時間1時間長くなっていました。こういう生活時間の違いの背景には、今お話したメラトニンの出方の違いがあるかもしれません。

この時の調査では、その日の夜の唾液と、次の日の朝の唾液を集めました。そして、唾液の中のメラトニンの量を測定するのです。眠りのホルモンですから、夜は多くて、朝は少ないほうがいいわけです。例えば朝の目覚めに比べてみると、ご覧のような結果になりました。でもわからないですよ。ホルモンというのは個人差が多い指標なので、そもそも出方が悪いのかもしれない。そこで、夜をベースラインにしながら朝どう変化したか、夜と朝の比較をするわけです。これ、プラスに近づけば近づくほど朝型傾向、マイナスになればなるほど夜型傾向ということになると思うのですが、ご覧のように、窓側の子が朝型傾向でした。

ただ、まだわからないですよ。たまたまこの時期に朝型の子が集まっただけかもしれないですよ。学校には席替えがあるので、席替えをやってみたら、同じような結果になりました。思いますね、いつも教室であくびしている子がいたら、来週から特別席にしてあげてほしいですね。特別席はなにも先生の前でなくていいのです。窓側です。1日6時間窓側で太陽を感じながら勉強しているか、廊下側の席で勉強するかではちょっと変わってくるんですね。

昼間の光が大事なのは子供たちだけではないのです。皆さんもよくご存じのナイチンゲールさんが記した「看護覚え書」というのがあります。これは看護師さんになる人はみんな読むものらしいのですが、読んでみるとこういうことが書いてありました。「新鮮な空気に次いで病人が求める2番目のものは陽光、太陽をおいて他にはない。もしも事情が許すならば、患者を太陽が陰った部屋

にそのまま寝かせておくよりも陽光を追いかけながら建物の向きに応じて部屋から部屋へと患者を移したほうが良い。」ここまで書いているのです。朝は東側ですね。昼間は南、夕方は西だといっていると思うのです。そのほうが、予後がいいというのをナイチンゲールさんは経験的に知っていたわけです。そのことは、今お話しているメラトニンだけではなくて、いろいろなホルモン、いろいろな物質がやっぱり僕らは太陽とともに出ている、あるいは出なくなったりしているのだということを教えてくれています。

昼間の生活に大事なものは、これだけではありません。やはり適度な身体活動、これも大事です。これはウイーンに出張に行かせてもらった時の写真なのですが、日本の子供たちと同じだと思いました。お散歩みたいなことをやっているわけです。うれしくなつてついでにいったら、近所の公園で遊んでいるわけです。世界中の子供たちが、お散歩みたいな文化を持っている、これは意味あるように思いますし、小学生以下の子供たちが休み時間や放課、外へ出て体を動かしているわけです。外へ出て太陽の光を浴びる、そして、体を動かすことによって適度な身体活動をするという点では、極めて科学的な取り組みだということになるわけです。

今からおおよそ3年ちょっと前、私たちの国では突然、休校みたいなことがおこりました。あの時に、相談を受けたことは、生活リズムの乱れです。でも、あの当時を思い出してみてください。得体の知れないコロナウイルスによって、外に出かけることさえ、抵抗感を持たれている方も結構いました。その時に、お話させてもらったのが、「外に出るのは大丈夫だと思うのですよね。お散歩いいではありませんか。」みたいなアドバイスをさせてもらいました。どうしてかということ、そうすることによって太陽の光を浴びることができる。そうすることによって、適度な身体活動を保証することができる。そして、時間帯なんか決めてもらえれば、時間を意識した生活をすることができるからです。

ただ、当時は、外出することに抵抗感を持たれている方は、結構いました。その場合は、家の中でも日当たりのよいところで過ごしたらいいとア

ドバイスをさせていただきました。どうしてかというと、さっきの座席のデータがありますから。家の中で時間割みたいなものを決めたらいいともアドバイスさせてもらいました。

体の中でメラトニンのもと、セロトニンという神経伝達物質ですが、このセロトニンをメラトニンに合成する必要があります。その時大事なのが、暗黒、暗さを感じるということです。そういう意味では、今、子供たちの生活の全般を見渡した時に、学習塾も大事な生活の一部になっています。学習塾はちょっと明るい気がするのです。夜明るい場所って思い浮かぶのはどこになりますでしょうか。コンビニです。夜コンビニへ行くと目が痛くなるくらい明るく感じるがありますね。あれで1,000ルクスくらいの明るさなのです。1,000ルクスといったら、一気にメラトニンを抑制するくらいの明るさです。

いずれにしても、こういった外遊びの減少による日中の受光不足、あるいは、ゲーム、スマートフォンといったスクリーンタイムの増加によって、夜間の子供たちのメラトニンの分泌を抑制し、生活リズムや生体リズムの乱れを惹起しているのではないかと予想できるのではないかと思うわけです。ただ、そうはいつでも、ここまでの話は僕のほうで勝手に予想したに過ぎない。だとすれば、逆に、テレビやゲームがなくて、昼は太陽のもとで活動し、夜は暗くなるような生活を送ったら、今の子どもたちでもそのメラトニンリズムを改善することができるのだろうか。

これが証明できて、ここまでの話は単なる予想ではなくて、因果関係ができる。早くこういうデータ出さなくちゃいけない。ぼくら30数年前から

思ってきたことです。でも、どうでしょうか。先生方のお近くにこんな仙人みたいな生活をしている子供はいるでしょうか。なかなかいないですよ。つまり、そういうデータを出さなくてはいけないのはわかるけど、対象がいらないから出せないのですよ。時ばかりすぎてしまいました。

今から15年前です。変わった団体がいきなり研究室にやってきました。「色々調べてみると、あんな子どものからだホルモン量を測定しているようだ。世の中では、こんなに子供たちの元気を心配しているようだけれど、僕らはある活動をしたら参加してくれた子供たち全員元気になった。この元気を測定してほしい。」そうやって飛び込んできたのです。どんな活動をされているのかと聞くと、なんと30泊31日のキャンプなのですね。夏休み中預かってしまうのですよ。いや、むちゃくちゃな人たちだなと思いましたよ。しかし、話せば話すほど思ったのが、「そうかキャンプだ。」なんです。テレビないよな、ゲームないよな、昼は活動して夜は暗くなるよな、ここに仙人みたいに生活している子供たちがいると思いましたね。……

※北海道学校保健会のホームページに、全文掲載しています。是非、ご覧ください。

応援ありがとうございます

【賛助会員】

◆岩田地崎建設株式会社

◆株式会社アインファーマシーズ

毎年寄付をいただいております。



第70回 北海道学校保健・安全研究大会のお知らせ

令和5年度に開催する北海道学校保健・安全研究大会は、札幌市で開催することになりました。詳しくは、新年度になってからお知らせいたします。

令和5年度 全国学校保健・安全研究大会のご案内

○日 時／令和5年10月26日(木)・27日(金)

○会 場／神戸市 神戸文化ホール 他

研究協議の概要

第1部会 「学校経営と組織活動」

<提言1>

学校、家庭及び地域の関係機関等が連携した新型コロナウイルスによる感染症対策の効果的な取組について

(北海道中標津農業高等学校
養護教諭 南 忍)

<提言2>

体育授業の改善と保健室との連携から体力向上・健康保持増進を図る取組について

(中標津町立中標津東小学校
主幹教諭 荒井 健)

◆成果と課題

- ・感染当初から確実に対応されていることが素晴らしい。感染を拡大させないため、丁寧な聞き取りは必要である。今後も好事例を交流する「横の連携」を強化してほしい。
- ・リアルタイムで情報共有を進めてほしい。
- ・校内体制で対応していくことの大切さに気付かされた。
- ・幼少期から体力づくりをテーマに授業改善を工夫してほしい。
- ・体育の授業においては、感染対策をしっかり行う。マスクの着用や手指消毒を間違えないように行うために、学校は正しい情報を活用してほしい。
- ・単純な体力向上だけでなく、保健室の実態等との連携を図ることが大切である。
- ・業務の負担軽減を図りながら「誰でもできるシステム」の構築が大切である。
- ・授業づくりは、子どもの思いや願いを生かしていくことが大切である。

第2部会 「保健管理・保健教育、安全管理・安全教育」

<提言1>

心身の健康の保持増進に関する保健管理の進め方について

(羅臼町立羅臼小学校
養護教諭 赤坂 優佳)

<提言2>

自分の命を守るためにできることを考えた防災

教育の取組について

(標津町立標津小学校

教諭 照井 由加)

◆成果と課題

- ・安全という意味では良い健康観をもってもらいたい。
- ・今の日本の方はほとんどが生活習慣病で亡くなっている。生活の仕方で病気になったりする。その基盤ができるのは小学校、中学校だと思っている。
- ・歯磨き指導について、来年度くらいから再開した時に、学校の先生の力をお借りして指導を進めていく中で、自分にできる事があればお手伝いしたいと思っている。

第3部会 「現代的健康課題」

<提言1>

養護教諭の特性や保健室の機能を生かした生徒の心と体の両面へのアプローチについて

(根室市立柏陵中学校
養護教諭 高橋 友美子)

<提言2>

児童の発達や困り感に関する支援体制の整備について

(中標津町立中標津小学校
教諭 佐藤 航)

◆成果と課題

- ・体を動かすことは非常に大切だと考える。体を動かすことで普段できないことができるようになっていく。
- ・支援体制の整備については、地域格差があると感じている。地方はマンパワーが不足しているからこそ、協力・連携が大切である。
- ・身体的不調の背景にある様々な要因に気づき、先生方で連携し、組織的に対応することが大切である。
- ・障がいの有無に関わらず、全ての子が将来を健康であるために必要な力を保障していくために、計画的に取り組むことが大切である。
- ・各学校では改めて連携を大切にするとともに、子どもたちが将来にわたって健康である力の育成に向けてお取り組みいただきたい。