

平成30年10月4日

発行者 栃木県養護教育研究会

会長 渡邊恵美子

編集者 栃木県養護教育研究会事務局



「自主的研修の勧め」

栃木県養護教育研究会

副会長 糸川 浩子

近年、子供たちを取り巻く社会環境や生活環境の急激な変化から、児童生徒の健康課題は複雑化、多様化してきています。これらの健康課題の解決に向けては組織的な対応を充実させることが大切であり、養護教諭はチームの中心的な立場でコーディネーターの役割を果たすことが求められています。校内外において養護教諭への期待はますます高まり、役割が拡大してきている状況です。そのために私たち養護教諭自身が研鑽を積み、自信をもってこれらの課題に向き合えるよう専門的力量を高めることが必要だと思います。

私は、かつて「内地留学」の機会を与えていただきました。それまでの経験を踏まえて自分なりに考えてきた養護教諭としての実践について理論化し、科学的根拠を明らかにすることができたことは、私にとっての大きな転機の一つとなりました。また、様々な「自主的研修」をとおして、最新の知識を得ることにより、一つ一つの実践に自信をもって取り組むことができることにつながり、自分自身にとって非常に有用だったと実感しています。

県教育委員会は教員研修の体系的な整備を図り、その資質向上に取り組んでいます。基本研修は、教員の力量を高めるための大切なステップです。大学院や内地留学の制度も是非活用しましょう。それに加えて個々の教員がそれぞれの課題意識に応じた自主的研修を積み重ねることも不可欠であると考えます。本研究会が企画運営する「レベルアップ研修会」も自主的研修の一つです。会員のニーズに応える「旬」なテーマを設定し開催しています。今年度は「低身長・肥満・痩せ」と「睡眠」をテーマに、昨年度は「SSW」と「メンタルトレーニング」のテーマで開催しました。参加者からは「子供たちの支援に行き詰まりを感じており、困っているところだったので参考になった。」「実践できるものがたくさんあったので、是非活用したい。」「自分を振り返ることができた。」等の声が寄せられ、企画運営に携わる者として、大変嬉しく思います。今後も皆さんのニーズに応えられる質の高い研修を企画していきたいと思いますので、是非活用していただきたいと思います。学びを深め、自分を磨き、子供たちの抱える課題の変化に対応できる養護教諭、子供たちの笑顔のために、子供たちの豊かな成長に貢献できる養護教諭であり続けましょう。

結びに、「かがやき」発行にあたり、ご寄稿くださいました先生方、ご協力いただきました関係各位に感謝を申し上げますとともに、今後とも本研究会へのご支援ご協力をお願い申し上げます。



関東甲信越静学校保健大会参加報告

平成 30 年 8 月 23 日(木) 群馬県高崎市

日光市立大沢中学校 竹澤 実千代

○特別講演

「スピードスケートが教えてくれたこと～自分を信じ、仲間を信じ～」

アルペールビル冬季五輪スピードスケート銀メダリスト 黒岩 敏幸 氏

『けがや記録が悪かった時、周りから多くの人が去って行った。しかし、どんな時でも一緒にいて支えてくれた人たちがいた。この人たちのお陰で「一人じゃない」と感じられ、頑張った結果、銀メダルをとることができた。』とのことでした。支援者にとっても感謝したそうです。講演では、銀メダルを私たちが手にとって見ることができました。そして、黒岩さんから『メダルは見るだけでなく、何をしてでもいいですよ。嚙ってでもいいですよ。自分だけでとれたメダルではないですから、皆さんに喜んで欲しいです。』と素敵な言葉がありました。

○班別研究協議会

班	課 題
1	〔学校経営と学校保健〕 教育目標具現化を目指す学校保健
2	〔健康教育〕 生きる力をはぐくむための健康教育
3	〔性に関する指導・エイズ教育及び薬物乱用防止教育〕 適切な行動選択の力を育てる性に関する指導・エイズ教育及び薬物乱用防止教育
4	〔学校歯科保健〕 生活習慣病の予防等を目指した歯・口の健康づくり
5	〔学校環境衛生と安全教育〕 快適な学校環境づくりと実践力を高めるための安全教育



研究協議「性に関する指導・エイズ教育及び薬物乱用防止教育」

適切な行動選択の力を育てる性に関する指導・エイズ教育及び薬物乱用防止教育

○学校全体で取り組む性に関する指導～予防的な健康教育を求めて～

長野県 松本筑摩高等学校(午前部・午後部) 養護教諭 小林由香利

○適切な意志決定と行動選択のできる力をはぐくむ薬物乱用防止教育の在り方

～関係諸機関と連携した薬物乱用防止教室の実施を通して～

群馬県安中市立第一中学校 校長 石坂 克己 第二中学校 教諭 鈴木 弘子

<指導助言>

性に関する指導や薬物乱用防止教育は、社会生活と直結した問題であり、命を大切にするという重要な問題である。その問題を地域と連携し、発達段階に応じて系統的、計画的に指導を行う体制が整備されている。それは、その発達段階での意志決定能力をつける内容となっている。そして、職員の問題意識が高いことで情報交換が密になり、児童生徒との信頼関係構築に役立っている。今



後は、他の教科と関連することで、様々な場で取り組む体制づくりを行ってほしい。



佐野市立赤見中学校 関塚 綾子

研究協議「学校歯科保健」

○「歯・口の健康づくりの日常化を目指す学校歯科保健指導の在り方」

長岡市立旭岡中学校 養護教諭 浅井里恵子

保健指導として外部講師の歯科衛生士による歯みがき指導や、養護教諭と歯科衛生士のTT、学校での指導後は家庭と学びを共有する活動を取り入れていました。また、歯みがき点検として昼休みに養護教諭がクラスごとに歯垢の染め出しを行い、歯みがきの評価をしていました。個人カードで健康状態のチェックと睡眠、朝食などの記録をし、自分の生活習慣を見直し改善していく健康パワーアップ運動を実施しています。生徒保健委員会の活動では、生徒朝会学年朝会、昼の放送やポスターなどで歯や口の健康に関する知識、歯みがきの大切さを伝えています。校区内の小学校を訪問し、むし歯の予防の紙芝居を行うなど、交流活動も取り入れていきます。

<指導助言>

伊勢崎市立宮郷小学校養護教諭の小林幸恵先生から、今後は計画に、目指す生徒像、育てたい能力態度をカリキュラムマネジメントし、より具体的に実践できるとよい。さらに、小学校から9年間を通した指導ができるとさらに効果が期待できるとの指導がありました。

○「PDCAサイクルで進める つながる歯科保健活動」

富士宮市立富士宮第二中学校 養護教諭 荘司奈緒先生

(前任校の富士根北小での取り組み)

平成28年度よりPDCAサイクルによる取組を行っている。Planとして「児童生徒が歯みがきの習慣を身につける」とし、Doは「給食後の歯みがき」「小中合同歯みがきチェック」「歯の健康教室」「家庭歯みがきチェック」「歯科健康診断結果のお知らせと受診勧告」として実践を重ね、平成29年度にはPlanを見直し、「歯や口の健康意識を高め、自ら歯を大切にする」としていました。前年度の取組を継続して、保健センター保健師との情報交換をすることにより、小中学校が抱えている健康課題は、地域が抱えている健康問題と重なることがわかり、学校で取り組むことで地域との連携にも効果的です。学校のグランドデザインの中にも「歯と口の健康づくり」を重点目標として明記されたことで、学校全体への取組として定着しています。

<指導助言>

群馬県学校歯科医師会の宮下清常務理事から、今後同一学年の比較をし、子供たちの成長が確認できるとよい。先生方自身の理解を深めるためにも、口腔内を確認し、歯垢染め出しをやってみていただきたい。また、学校歯科医、歯科衛生士の協力を得て、歯みがきの技術向上に取り組むことで、G、GOの減少につなげられます。荘司先生が実践していたことを後任の先生へ継続し、学校歯科保健にとどまらず、保健センター、8020運動推進委員を含めた地域歯科保健へ広めてほしい等がありました。

全国養護教諭連絡協議会研修会報告

平成30年8月2日（木）・3日（金）・4日（土）

【1日目】

那須塩原市立東那須野中学校 月井 貴美子

講義1『今さら聞けない、一人でも安心できる保健室対応』

たけしファミリークリニック院長

千葉大学医学部臨床教授 北垣 毅 氏

1 学校での対応の難しさ → だからこそ、養護教諭に求められる臨床能力

- ① 発症、受傷してすぐなので症状がでにくい。
- ② 休み時間に生徒が一気に押し寄せる。
- ③ 生徒がはっきり症状説明ができない。
- ④ 検査手段がない。
- ⑤ 相談できる専門家がない。
- ⑥ 臨床を勉強できることができない。
- ⑦ 生徒のケアより親のケアが心配などなど。

- ① 緊急受診の適応・・・これが一番重要
緊急確認のための問診が大切
- ② 正しい応急処置
- ③ 帰宅、観察させていい生徒の見極め
- ④ 保護者、親への説明、教育
養護教諭がいなくても校内が動くよう

2 定期健康診断の工夫

きちんと実施すべき生徒とそうでない生徒の見極めをしておく。

3 湿潤療法

保健室には向かないのではないかな。（周囲の理解度低い、材料が高価、応急処置でない）
保健室では水道水で圧をかけ、よく洗えればよい。（安価に売っているシャンプー入れ等の活用）
しかし、消毒薬を使用してはいけないのではなく、くり返しの使用は控えた方がよい。

※子供たちの命を守るため、学校を守るため、自己研修の大切さを感じた。



講義2『チーム学校における養護教諭への期待～教育相談・特別支援学校の充実に向けて～』

東京成徳大学大学院心理学研究科長 石隈 利紀 氏

1 子供と学校教育の苦戦

文明が進み苦しみを遠ざける仕組みができたことで、痛みとつきあうことが困難になってきた。虐待、貧困、自然災害など、学校外で起きていることが子供の心身の発達に影響を与えている。学校教育で扱う問題が複雑化している。

2 発達障害のある子供の理解と援助

障害受容から特性理解へと移っている。

3 チームとしての学校の取り組み

本物のチームとは、「少人数、目的目標と方法の共有、相補的なスキル、問題解決を目指す自由な討論、それぞれの実践の向上、共同の行動、個別やチームの責任、子供やメンバーの小さな一歩」を共有できるようなチームであること。

4 養護教諭への期待

① 心身の健康に関する教育の専門家として

子供の訴えを傾聴し共感的理解をする。保健指導へとつなげる。

② チームの一員として子供本人も参加できる

子供と援助者をつなぐ立場でスタンスをとる。

※チームの一員として、養護教諭がどう機能していくことがいいのか考えていく必要があると感じた。



【2日目】

栃木県立大田原高等学校 渡部 るみ子

講義3『多数のけが人が同時に出たときの災害時対応』～学校における災害時の対応～

日本体育大学保健医療学部准教授 鈴木 健介 氏

○過去の災害の教訓から法律や救助体制の整備が図られている。

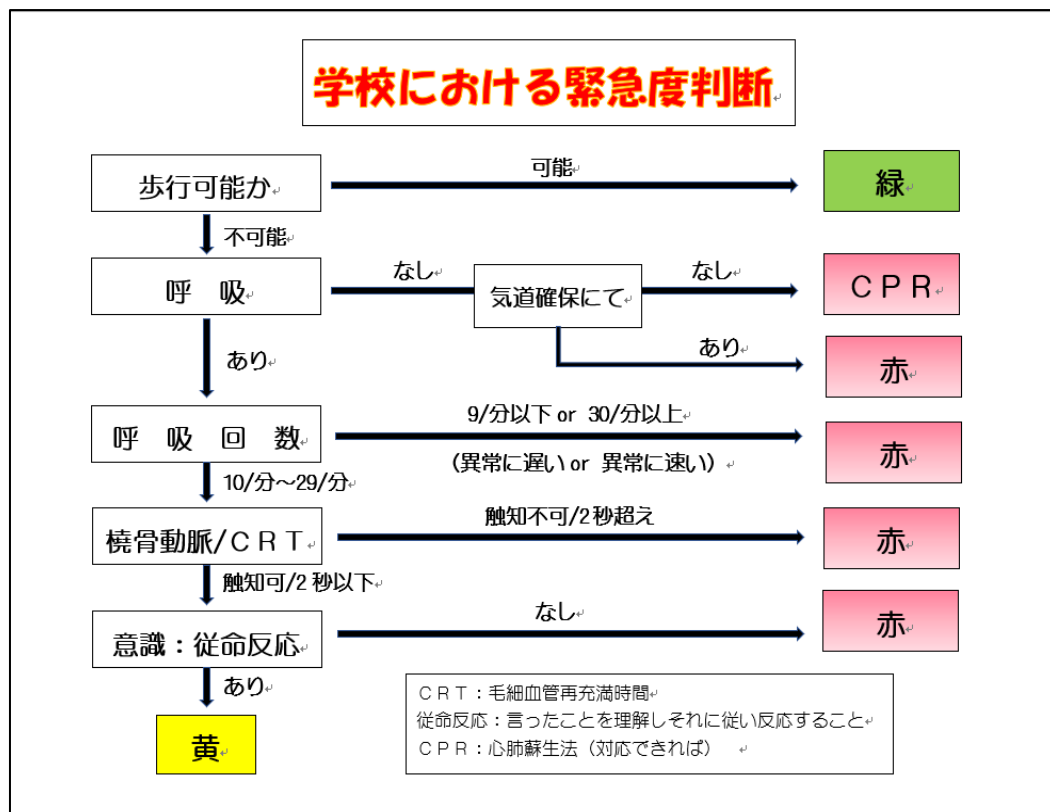
- ・保健所にある「避難所アセスメント」の確認。
- ・「地域防災計画」の医療の部分に目を通し、自分の学校や保健室が救護所に指定されているのかどうか確認しておく。

○大きな災害が発生した場合、トリアージ（傷病の緊急度や重症度を迅速に評価して優先順位を決定）を行うが、黒（死亡）は学校教職員の段階で判断すべきではなく、赤（CPR）として緊急度評価し、救急隊や医療従事者に引き継ぐ。



START 法トリアージの分類

優先度	分類	色区分
1	最優先治療群	赤
2	待機治療群	黄
3	保留群	緑
4	無呼吸 (学校ではCPRとする)	黒(赤)



（鈴木健介氏パワーポイントを参考に作成）

- 準備されたシナリオやアドリブの下、一人あたり 30 秒以内でトリアージを行う演習を行った。実際の現場では、気道確保、圧迫止血のみ可能とし、応急手当は後回しとする。
- ※学校行事や熱中症の集団発生等において必要な対応を学ぶことは、養護教諭として必要なことと感じた。

講義 4『起立性調節障害』～教育現場での対応と心構えを考える～

東京医科大学茨城医療センター小児科科長 呉 宗憲 氏

- 起立性調節障害（OD）は主に循環器に関わる自律神経機能のアンバランスによる「身体疾患」。しかしODは「心身症」にも分類される。
 - ・「心理社会的関与」「適応障害」などから、「登校への忌避感（起床困難）」が起こり、「起立循環反応の悪化（廃用性）」など、負のスパイラルを形成してしまう。
- 疫学的には、不登校ではODという身体異常を起こす可能性が強く、またODは不登校という心理社会的な不利益を生じる。
- 同じ辛さでも、児童生徒がその理由を理解することと対策を知ること（疾病教育）で、辛さと上手く付き合え、症状は良くなる。
- OD児が学校に望むこと。
 - ・教師からの「励ます内容の連絡」ではなく、保護者への「学習や行事に関する連絡」。
 - ・教師への信頼感は、二次障害（不登校）を予防するうえで重要。
- 養護教諭として、まずは体の不調から回復することを目標にすることを伝える。また、大人として目の前の道がふさがっていても、その先の道に進む方法はあると伝えていく。

【3日目】

大田原市立市野沢小学校 小柳 久美

講義5「保健教育における授業づくりの押さえどころ」～新学習指導要領を踏まえて～

埼玉大学教育学部教授 戸部 秀之 氏

○新しい学習指導要領の改訂ポイントについて学んだ。（学習内容の改善・充実）

[運動領域]

- ・投能力の低下傾向に対応した指導も取り入れることも可能であることを新たに明示。
- ・新たにオリンピック・パラリンピックに関する指導として、フェアなプレイを大切にするなど、各種の運動を通してスポーツの意義や価値等に触れるように明示。

[保健領域]

- ・健康と運動の関わりを重視、不安や悩みへの対処、けがの手当を技能として新たに明示。



- ・中学校では、取り扱う学年が大きく変更された。「ストレスの対処」「応急手当・心肺蘇生法」が技能として新たに示された。
- ・高等学校では、「がん」や「精神疾患の特徴や対処」についても取り扱う。

講義6「虐待から見える社会」

～養護教諭に求められる気づきの感性理論と演習（ケースメゾット）～

静岡大学教育学部養護教育専攻教授 鎌塚 優子 氏

○ケースメゾットでは、中学生の性的虐待の事例について「いつもと違う様子で来室した生徒を担当が迎えに来たとき、養護教諭としてどう対応するか」「その後今日は家に帰りたくないという生徒の背景にはどのようなことが推測されるか」を3～4人で話しあった。校種や養護教諭の年齢等により様々な意見が出された。この事例を通して、養護教諭として「不安や葛藤に対する共感的理解をすること」「子どもの育った家庭や家庭環境を踏まえて、その子の世界の意味づけ（そうしなければ生きてこられなかった）を理解すること」「チームとして対応すること」が大切だと感じた。

○虐待発見時の留意点としては

- ・問診の取り方（問い詰めるような質問は避ける。「あなたは悪くない」を伝える。）
- ・記録の取り方（通告受理機関に情報提供する準備「話した言葉、表情、傷の部位」）
- ・保護者対応の留意点（保護者同席の場で子どもがこのような事を言ったというのは避ける。）
- ・虐待を疑う場合「話しの内容が二転三転、矛盾がある。」虐待に気付いても保護者をその場で責めない。

※虐待を受けた子どもにとって「人生のできるだけ早い時期に信頼できる大人に出会うこと」が大切である。「養護教諭がその一人として存在できれば」と言う講師の言葉が心に響いた。



地区だより・・・下都賀地区

壬生町立壬生小学校 三尾谷 由美子

下都賀地区は、小学校84名、中学校37名、高校・特別支援学校・自然の家19名、合計140名の会員で構成されています。研修会は、年3回「執務のレベルアップ」に焦点をあて、開催しています。

主な研修内容として、平成30年度は、4月に地方独立行政法人栃木県立リハビリテーションセンター理事長 星野雄一先生より「ロコモ(運動器症候群)と子ども」と題し、3年前から始まった運動器検診の意義や運動器が身体に及ぼす影響等についてお話をしていただきました。参加された先生方からは、「映像を取り入れてのわかりやすい説明だったので、運動器検診を行う意義や運動器症候群について理解できた」「今日の話のモコモーショントレーニング等の動きを活用し、広めていくことで、将来運動機能が低下しないようにしたい」「運動過多でけがをしてしまっている児童生徒がいるので、適度

な運動が大切である事を部活動の顧問に伝えたり、ほけんだより等でも啓発していきたい」等の感想が多く寄せられました。

7月の研修会では、ヘルスプロモーション推進センター代表、厚木市立病院泌尿器科医師 岩室紳也先生に「性とからだと心の話～今、何をどう伝えるか～」のテーマで、お話をしていただきました。「コンドームの達人」と呼ばれている岩室先生は、若者が求めている心とからだの性の教育を伝えていて、現代社会の課題に鋭く切り込むお話を聞かせていただきました。テンポの速いトークに魅せられ、質問に対してすぐに自分で考え答えるため、脳はフル回転でした。参加した先生方からは、「自立は、依存先を増やすこと。だから、子供たちの居場所をたくさん作ってあげたい。」「子供たちは、その人の経験や失敗談を聞きたい。でも、大人は正解を伝えたいため、子供たちの心には残らないことがわかった」「居場所のひとつとなれる保健室にしたい」「コミュニケーション(人とのつながり)能力を高めるかわりをしていきたい」等、大切なのは、かわり・つながり・支え続ける環境と複数の居場所であることを再確認しました。

11月は、栃木市の養護教諭部会が研究発表をします。地区の研究発表を聞くことは、刺激となり、とても参考になります。地区で発表した内容に手を加え、翌年には、県の研修会でも発表する予定です。また、講演としては、東北福祉大学教授 上條晴夫先生から「養護教諭はもっと前に出て話そう」と題し、お話をいただく予定です。上條先生は、地元山梨での10年間の教員生活のうち、教育ライターに転身された方で、講話スタイルがテレビのバラエティー番組のような笑いの絶えない参加・体験型なので、主体的に考えながら学ぶことができる時間を過ごすことができるのではないかと、今から楽しみにしています。

本地区は、大所帯のためなかなか校種にあった研修や交流が難しいのですが、要望に応えられるような研修を企画し、つながりを大切にできる養護教諭として成長していきたいと思います。

