

「指導主事になって」



栃木県教育委員会事務局学校安全課 保健・給食担当

指導主事 渡邊 晶子

栃木県養護教育研究会の皆様には、日頃より、学校保健の推進につきまして御尽力いただきありがとうございます。また、当課の研修や事業につきましてもご協力いただき感謝申し上げます。

新型コロナウイルス感染症対策で学校が混乱している中、養護教諭の皆さんは日々の業務に加えて感染予防策に心が休まる暇もなく過ごされていることと思います。私自身も昨年度末コロナの対応に悩む中、教育委員会事務局への異動を命ぜられました。前任校には 12 年もお世話になり生徒や先生方とたくさんの思い出もあり、さみしきでいっぱいでした。また、異動先が教育委員会事務局ということで不安もありましたが、今までも養護教諭の仲間や、いろいろな場面で知り合うことができた多くの方々に助けていただきながら、数々の困難を乗り越えられてきたことを考えると、人生は一度きりですので、教育委員会でも何とかやってみようという思いに至りました。今までも何とかやっているうちに頼れる先輩や仲間にも囲まれていることを何度も経験していることが私の原動力になっています。

学校安全課で半年以上が経ちました。毎日分からないことばかりで同僚に一日に何十回も質問し、教えてもらっています。皆さんとてもお忙しいにも関わらず、嫌な顔一つせず自分の仕事を止めて対応してください。また、私が必死になっている時、集中できるように電話を取ってくださったり、気づくと手伝ってくださっていつの間にか終わっていたりと感謝の毎日です。また、県医師会・歯科医師会・薬剤師会の方々がこんなにも児童生徒のことに時間や労力を費やして委員会などを開き、健康診断の妥当性の検討や検診結果の判定、コロナ禍の学校生活などに心を砕き、支援してくださっているということは学校現場では知り得ないことでした。加えて、学校安全課内でも児童生徒・教職員の健診業務、児童生徒指導や相談に係る対応などに関して、養護教諭が負担とならないように考えてくださっており、養護教諭は学校内でも学校外でも一人ではないと感じます。教育委員会の様子は学校からは見えないことが多いと思いますが、私は指導主事として、現場の皆さんにこちらから見える風景も時折お伝えしながら、児童生徒の健やかな学校生活のため、また、養護教諭が健やかで生き生きと活動できるように情報発信や相談など務めていきたいと思っています。

最後に、栃木県養護教育研究会は養護教諭にとって貴重な研修の場、情報共有の場です。私もたくさんお世話になってきました。貴会がさらに充実し、発展されますことを祈念しております。





関東甲信越静学校保健大会報告



令和3年8月5日(木) 茨城県水戸市 (オンライン開催)

第72回関東甲信越静学校保健大会は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、Zoomによるオンライン開催(ライブ配信)となりました。

【特別公演】「空気を読むを科学する—微表情から察する子供の感情と空気—」

株式会社 空気を読むを科学する研究所 代表取締役 清水 建二 氏



特別公演では一瞬の表情に現れる人間の心理について学びました。「この子、いつもと様子が違うな。」というような違和感に反応するアンテナは人それぞれですが、こうした暗黙知を『表情観察』の手法によって見える化し、言外の意味に込められた感情を微細な表情からどのように察し、どのように接するべきかをご講話いただきました。

私たちがもつ7つの感情「幸福」「悲しみ」「軽蔑」「恐怖」「嫌悪」「驚き」「怒り」は、感じた時にすべての人の顔に共通した特徴的な表情が現れるということが、100年以上の研究で明らかになっています。このことは文化、民族を問わず万国共通に言えることです。「嫌悪」を例にあげてみると、人は「嫌悪」を感じた時、上唇が引き上がり、ほうれい線が釣り鐘状になるという特徴的な表情を現します。「嫌悪」のように他人に伝えたくない感情ほど表出時間は短く、わずか0.2秒から0.5秒です。これが「微表情」(抑えようとする感情)と呼ばれるものです。感情を感じ始めてたった0.2~0.5秒の間に表出される微表情を感じ取ることができれば、目の前の子供の「我慢している感情」や「本心」に気付いてあげることができます。この表情はマスク越しでも、読み取ることが可能であることもわかりました。

例えば集団に入れない子供へのアプローチを考えた時、子供が見せる微表情に気付き、理解できれば、適切な言葉かけをすることができます。実際に動画を視聴し、微表情を読み取るエクササイズをしましたが、注意深く観察すれば理解できるものでした。清水先生のお話によると私たち教職員は、職業経験や勘を通じて培われた「暗黙知」によって、微表情を読み取るアンテナがとても敏感になっているそうです。「先生の名人芸」とおっしゃっていました。この暗黙知のアンテナの高さと表情観察の手法が信頼関係を築く上でも重要になることがわかりました。

保健室で対応する子供たちは私たち養護教諭にいろいろな表情を見せてくれます。子供たちの表情をよくみて、「どうしたいのだろう?」「何か言いたいことがあるはず」と、表情の違和感を感じるのが第一歩です。今回学んだ「微表情」を適切に理解できたなら、子供たちの心に寄り添った対応ができ、さらに自分を分かってくれるといった安心感や自尊感情につながるのだと思います。コロナ禍でマスクをした生活が続いていますが、マスク越しの表情を慮りながら声かけをしていきたいと思っています。



1 班〔学校経営と学校保健〕 教育目標具現化を目指す学校保健

「教育目標具現化を目指す学校保健のありかた」～コロナ禍で学んだ本当の健康教育とは～

提案者 神奈川県平塚市立横内小学校 総括養護教諭 井口 由佳 先生

助言者 茨城県ひたちなか市立市毛小学校 校長 寺田 明彦 先生

平塚市立土沢中学校では、4つの「絆」を学校教育目標として掲げており、そのうちの「心の絆」及び「命の絆」の2つを基に学校保健目標を作成しました。

具体的な取組としては、総括養護教諭として生徒支援部会や職員間の情報共有を充実させ、不登校生徒対応の「みんなの教室」を開設しケース会議を定例化しました。また、保健室の中でも生徒が一人になれる居場所を作り、夜の保健室を活用した「保護者カフェ」を開催して保護者支援を行いました。コロナ禍にあっては、教職員一丸となって動画配信を行い、感染対策を取り入れたスポーツフェスティバルを実施し、ダンス発表会を初めて野外で開催しました。

学校教育目標を念頭に置いて学校保健活動を実践することは、日常の多忙さに流されてなかなか難しかったのですが、小規模校のコミュニケーションがとりやすい利点を生かすことができました。コロナ禍のイレギュラーな状況でも、教職員が団結し、生徒の心を育む機会にすることもできました。

《指導助言》

学校教育目標を受けた学校保健目標を設定しており、教育目標の具現化という点でとても重要です。校長の思いを大切にしている点も素晴らしいです。

学校保健目標は、教師の取組や生徒の変容を目標それぞれに評価することが必要です。評価の結果が取組の成就感や達成感につながり、次の目標設定からのPDCAサイクルへ新たなスタートになります。

家庭及び地域社会との連携による学校保健委員会のあり方ー地域学校保健委員会の取組を通してー

発表者 千葉県夷隅郡大多喜町立西小学校 養護教諭 森 敦子 先生

助言者 茨城県ひたちなか市立市毛小学校 校長 寺田 明彦 先生

平成14年、児童生徒の健康問題解決には家庭や地域との連携を密にして改善していくことが必要と考え、地域学校保健委員会が発足しました。組織は、学校職員、学校3師、保護者、地域保健関係者、児童生徒です。平成30年の小中学校統合により、大多喜中学校区3校による「大多喜町けんこう委員会」と名称を変更し、毎年テーマを決めて各校で取り組み、年2回の定例会を開催しています。

「大多喜町けんこう委員会」は、児童生徒保健委員会の参加型で、学校や地域に情報を発信し、様々な方から助言や指導を受ける貴重な場であります。また、町内の児童生徒の実態を家庭や地域の方々と共有することで健康課題がより明確になり、保育園とも連携して問題解決に向けて取り組んでいます。一方で、児童生徒の参加は、感染症対策や会場までの交通手段の確保に課題があり検討が必要です。

《指導助言》

地域学校保健委員会が平成14年の発足から継続して活動されていて大変素晴らしいです。児童生徒自身が「自らの健康は自分で守る」ことを学び、やがては自分の判断で健康の保持増進を図り、将来は保護者となって子供に教えたり実践したりしていくものとなっており、素晴らしい地域の活動と考えます。

3班【いのちの教育】相手を思いやり望ましい人間関係を構築する性に関する指導及び
いのちの大切さについて考えるがん教育

心と体を育む性に関する指導をめざして—地域と連携した思春期講座—

提案者 静岡県菊川市立岳洋中学校 養護教諭 鈴木 雅子 先生
助言者 茨城県那珂市立菅谷小学校 校長 沢畑 好朗 先生

菊川市では市内にある3校全部の中学校において、学校・行政・医療が連携し、それぞれの立場が専門性を生かして思春期講座を実施しています。

市の保健師がコーディネーターとなり実現された取り組みで、1年生には助産師、2年生には保健師、3年生には産婦人科医が講師となり、生徒の実態に沿った内容で指導を行っています。事前と事後には生徒にアンケート調査を行い、実態の把握や成果の確認を行っています。さらに講師と市内3校の養護教諭が集まり、事前打ち合わせと事後反省会を行っています。

《指導助言》

地域と連携した思春期講座であり、まさに理想的な「社会に開かれた教育課程」を実践しています。実態に即した内容で1年生～3年生まで、「物語のある教育内容」になっています。また各学年、内容に適した人材が指導に当たっており、さらにPDCAサイクルが確立されています。特に事後に、医師・助産師・保健師・養護教諭で反省会を実施している点は素晴らしく、大変有意義なものになっています。

がんをテーマにした探究的な学習—コロナ禍におけるICT教育の可能性—

提案者 長野県立野沢北高等学校 教諭 上原 一人 先生
助言者 茨城県那珂市立菅谷小学校 校長 沢畑 好朗 先生

長野県立野沢北高等学校では「保健」の授業の中で「がん」をテーマに13時間を設定し、探究的な学習に取り組んできました。生徒はがんについての基礎知識を学んだあと、ペアを組んで新聞記事をもとに学びたいテーマを設定し、その探究の方法について考えます。その後、生徒は探究テーマをクラスで共有するためにICT機器を用いてプレゼンテーションを行います。発表を聞いた生徒はタブレット端末を使い意見交換を行います。仲間からもらった助言や意見で、探究の方向性が明確になり、さらに書籍やネットで調べ学習を進めていきます。がんを経験した方々とのネットワークも充実しており、生徒たちはメールで体験談を聞くことができます。この実践は地元新聞にも掲載され、「がん教育」「探究的な学び」、「ICT教育」「NIE教育」を複合させた内容が評価されています。

《指導助言》

がん教育で外部講師を活用した場合、「がんに関する科学的根拠に基づいた理解」をねらいとした場合、学校医やがん専門医など医療従事者による指導が効果的です。また、「健康や命の大切さ」をねらいとした場合、今回の実践のようにがん患者や経験者による指導がとても効果的です。

さらに留意点として、がん教育は、生徒自身または生徒の家族等ががん患者がいる場合は、十分に配慮しながら進める必要があります。ネット記事が乱立する今日、調べ学習ではネットリテラシー教育も合わせて実施されており、素晴らしい実践となっています。

4班【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

歯と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

発表者 群馬県高崎市立塚沢中学校 養護教諭 川浦 民子 先生
助言者 茨城県歯科医師会 副会長 鶴屋 誠人 氏

高崎市は、学校と歯科医師会や学校歯科医師会との連携が充実しており、入学前の歯科保健の手引き配布や、検診前に全市統一での予診票実施などで、子供の口腔環境の把握・改善を行っています。

予診票では、顎の関節・かみ合わせなどの項目もあり、検診時の診察ポイントが明確になっています。その結果、短時間で効果的に学校検診を実施できます。

教科での歯科保健も充実しており、「う歯・歯周病」も生活習慣病の一つであり、学力・体力(技能)向上のためにも口腔環境は大切であるとの意識付けが子どもたちにも教員にも継続的に行われています。

生徒が出身校で、小学生に対し中学生の生活習慣や助言を行う場を設けるなど、小中の連携も活発です。校外での連携の充実により、子供たちが自然と口腔環境への関心を抱き、向上していく意識と技術を身に付けさせる取組が行われていました。

家庭及び地域社会との連携による歯科保健活動の在り方

発表者 東京都清瀬市立第七小学校 主幹教諭 須山 望 先生
助言者 茨城県歯科医師会 副会長 鶴屋 誠人 氏

年間指導計画の中に保健指導が、細やかに組みこまれています。歯科保健を「イベントのように1回の指導で終わらせない」と須山先生が話した工夫が随所に見られました。

教科でも、第3学年の「体の清潔」に口腔衛生を、第4学年の「体の変化」に永久歯への生えかわり、第5学年の「けがの予防」で、歯のけがの手当や予防等、歯と口に触れた指導を実施しています。子供たちは、給食の「かみかみメニュー」や「あいうべ体操」など様々な取り組みの中で、体の健康と歯と口の健康の関連性に気付いていきます。また、家庭へのアプローチとしてMSWやSSW、PSWとの連携を強化し、受診へつなぐ具体的な支援が行われていました。多忙により治療できない(しない)家庭には、夜間に対応できる病院の紹介や学校歯科医の協力体勢の構築により受診しやすい環境を整えるなど、保護者に寄り添った対応が行われていました。保護者の口腔環境への意識が子供たちの歯みがき習慣の改善・受診率の向上につながります。よい循環の中で歯科指導が実施されていました。

《指導助言》

子供たちの口腔環境は二極化が進んでおり、家庭へのアプローチが課題になります。近年では、口呼吸(口唇閉鎖不全)も増加傾向であり、咀嚼力・筋力、集中力の低下、早食いによる肥満傾向なども懸念されます。「あいうべ体操」「歯肉炎」「就寝前の歯みがき」など、学童期から口腔環境への感心や知識を高め、生活習慣として身に付ける健康教育の重要性が増しているとのお話がありました。





全国養護教諭連絡協議会研修会報告



令和3年8月21日(土)～9月20日(月)(WEB配信)

全国養護教諭連絡協議会第23回研修会はmillviポータルによる動画配信サービスを使用し、動画視聴形態での開催となりました。

【1日目】

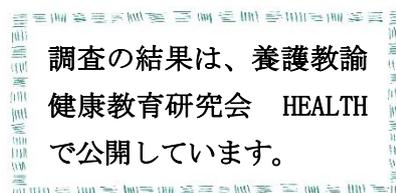
小山市立東城南小学校 中田 恵子

コロナ禍における児童生徒の健康を考える～養護教諭を対象とした3回の全国調査から見えること～

埼玉大学教育学部 教授 戸部 秀之 氏

○1回目 2020年3月 起こりうる課題を共有する必要性

- ・学校における問題や課題がつかみ切れない。
- ・子供たちにどんな問題が起こり得るか見えない。



○2回目 2020年7月 実際に何が起こっているか

- ・コロナ禍における学校における対策の課題。
- ・コロナ禍が子供たちにどのような影響を及ぼしたか。

○3回目 2021年3月 感染拡大からほぼ1年経過して現時点での課題を明らかにし情報共有

☆養護教諭の専門性とそれを支える多様な力

専門的知識・技能、実践に裏付けられた経験に加え、「観察力」「連携力・調整力」「指導力」「企画力・実行力」「コミュニケーション力」「カウンセリング能力」「情報収集・処理・発信力」「研究力」そして問題発生時の「予見力」が大切です。学校保健、学校教育の試練の今、力を合わせて乗り越えましょう！

ケーススタディで学ぶ救急車を呼ぶべきかの見極め

和歌山県立医科大学 救急集中治療医学講座

和歌山県立医科大学附属病院 高度救急救命センター 那須 亨 氏

○救急車を呼ぶべきかの見極め

- ・けが・症状別の対応と救急車要請の判断についての(やけど・外傷性出血・頭部打撲・熱中症・アナフィラキシーショック)ケーススタディを実施した。
- ・必要がない救急車要請はOver Triage、必要なのに呼ばないのがUnder Triage。
救急隊に対してOver Triageは容認している。当然学校職員のOver Triageも容認されるべきであり、学校保健のプロである養護教諭が「おかしい」と感じたら救急車を呼ぶべきである。

○救急車を要請した後の対応

- ・救急室の医師が今すぐ知りたい情報は、救急車に同乗する先生が知っておくべく情報。
(飲んでいる薬、病歴既往歴、最終の食事、事故のいきさつや主訴、アレルギーなど)

○フィジカルアセスメントの理解

- ・フィジカルアセスメントとは、問診・打診・視診・触診などを通して、実際に身体に触れながら症状の把握や異常の早期発見を行うこと。
- ・フィジカルアセスメントの流れ
- ・バイタルサインは経験や知識に左右されない客観的な指標として重視できる。

【2日目】

宇都宮市立緑が丘小学校 小口妙見乃

「主体的・対話的で深い学び」の実現を目指した保健授業

新潟医療福祉大学健康科学部 教授 杉崎 弘周 氏

○保健教育のバリエーション

- ・保健でありがちな「魔性（～ましよう）の攻撃」は多くなりすぎに注意。
- ・指示の趣旨説明・・・具体的に何をしたら良いかを説明し、短所・長所を使い分けた指導を。
- ・仕掛けによって、「～する」ようにする。「ナッジ」の応用。

○保健の授業を学ぶ意味の再確認

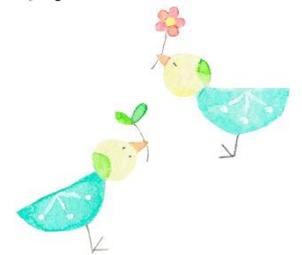
- ・保健に関する指導より、保健学習が大切。病気に対して正しく理解させ、知識を身につけさせる。

○楽しい保健の授業のための教材の工夫

- ・問題形式で問い、考えさせ、話し合わせる。予想したり話し合ったりすることが大切。
＝教材化することで主体的・対話的な学びとなる。

○主体的・対話的に学ぶ保健の授業

- ・教師の問いに対して、子供が予想し理由も考えて書き留める。書いたことを交流しておしゃべりをする。同じ答えでもかまわないので発言すると活発になる。
- ・話し合いのポイント＝司会・発表者を決めておく。



「心の免疫力について理解と支援のありかた」～ソーシャル・エモーショナル・ラーニング（SEL）～

法政大学大学院ライフスキル教育研究所所長

法政大学文学部心理学科 教授

渡辺 弥生 氏

○幸せってなんですか？

- ・子供たちの学校での幸せ＝心と体の幸せを土台に、人とのつながり、成功の幸せを感じる。今は、成功の幸せだけを求めているか。それでは疲れてしまう。子供の気持ちを盛り立てていくことが大切。

○情報から見える問題 ネガティブな感情への対応

- ・不安の蔓延する速さはとても速い。（子供は何が起こっているのか分からないので不安）
- ・正しい知識を持つことが大切。また、想像力を持つこと、感謝の気持ちを持つことも大切。
- ・危機に対して、どのような手を打つか、予防に力を入れる。

○子供の免疫力が育っているのか？

- ・昭和と現在を比べるとコミュニケーション不足。表情から感情を理解する力が劣っている。

○感情研究からみる子供たちの実態

- ・声からその人の感情を読み取れない。ただし、怒りに関しては読み取れる。
- ・楽しいことを共感する体験をすることで、他人の気持ちを理解できるようになる。

○子供たちへの関わり

- ・相手の言葉に共感してあげられることがコミュニケーションの一番大切なこと。
うなずくだけでもいい。その子の良い所を認めてあげる。

○学校環境

- ・学校を安全な場所にしてあげているか。心は、環境に影響を受けるので、まずは先生方が職員室や保健室の雰囲気良くさせる。





地区だより(佐野地区)



佐野市立城北小学校 関塚 綾子

佐野地区は、小学校 20 校、中学校 10 校（内県立 1 校、私立 1 校）義務教育学校 1 校、高校 6 校（県立 3 校、私立 3 校）の合計 37 校、39 名の会員で構成されています。令和 2 年 4 月 1 日に 佐野市で初めてとなる義務教育学校「あそ野学園義務教育学校」が開校し、令和 5 年 4 月 1 日に「葛生義務教育学校」が開校予定となっています。

例年、全体研修を年 4 回行っていますが、昨年度は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、1 回のみ研修となってしまいました。コロナ禍の中での研修でしたが、11 月に佐野市教育委員会指導主事から「新型コロナウイルス感染症」についてのタイムリーなご講話をいただき、充実した研修となりました。当たり前に行っていた研修の大切さを改めて感じた 1 年となりました。

本年度は 5 月、8 月の 2 回の研修会を開催することができました。今後、11 月、2 月に研修会を予定していますが、5 月と 8 月の研修について報告させていただきます。

【5 月 総会並びに研修会】

○小中一貫教育推進ブロック、高校別情報交換

- ・高校班では「自己肯定感アンケート」結果の考察を行いました。
- ・地区ごとに 9 グループに分かれて、学校保健委員会のテーマについての検討、保健室の消耗品や備品・書類の整理、新型コロナウイルス感染症対策等について情報交換を行いました。

○班別研修

次の 3 つのテーマでグループごとに話し合いを行いました。

- ・健康診断における事前指導とコロナ禍における健康診断について
- ・保健指導に使える教材づくり
- ・令和 4 年度栃木県養護教育研究会春季研修会発表に向けての検討



【8 月 研修会】

「えがお」活用研修を実施予定でしたが、新型コロナウイルス感染状況から急遽「えがお」活用研修は中止し、班別研修のみにしました。

感染防止対策として、2 部屋に分かれての研修とし、密にならないような対策をとりました。

班別研修時に諸帳簿検討（教頭会からの依頼）や佐野市事務ガイドブックの検討（事務部会からの依頼）等も行いました。

【保健のあゆみ】

佐野市では 2 年ごとに研修内容等を「保健のあゆみ」にまとめています。研修内容を日々の執務の中で生かしています。

