令和６年度　健康づくりフォーラム

抄録

東京都教育委員会

令和６年度　健康づくりフォーラム

開催日時：令和６年８月 21 日（水曜日）

午後１時 05 分から午後４時 50 分まで

開催方法：ライブ配信　※後日、アーカイブ配信も実施

＜主催＞

【令和６年度健康づくりフォーラム実行委員会】

東京都教育委員会
公益社団法人東京都医師会　東京都医師会学校医会
公益社団法人東京都学校歯科医会
一般社団法人東京都学校薬剤師会
一般財団法人東京都学校保健会
公益財団法人東京都学校給食会
一般社団法人東京都 PTA 協議会
東京都公立中学校 PTA 協議会
東京都公立高等学校 PTA 連合会
東京都特別支援学校 PTA 連合会
東京都公立小学校長会
東京都中学校長会
東京都公立高等学校長協会
東京都立特別支援学校長会
東京都学校保健研究会
東京都立高等学校学校保健研究会
東京都養護教諭研究会
東京都高等学校給食研究協議会
東京都特別支援学校給食研究協議会
東京都栄養教諭研究会
特別区学務課長会
東京都市学事・保健・給食担当課長会

目　　次

１　プログラム・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１

２　講演・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・２～８

３　発表・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・９～16

４　主催団体の健康づくりに関する取組の紹介（誌上発表）・・・・17～28

１　プログラム

【講演】

「給食における炊飯の衛生管理について」

一般財団法人東京顕微鏡院　学術顧問
関東学校給食サービス協会　名誉顧問　伊藤　武

「児童生徒の健康管理上の見逃しがちなサインにアンテナを張る
－ 子どもたちの見えない声に耳を傾け取り組むために －」

昭和大学 副学長
保健管理センター所長・教授　田中　大介

【発表】

「心も体も強い子の育成を目指して」

北区立八幡小学校

「自分や他の人々の命を大切にし、健康を土台によりよく生きる生徒の育成を目指して」

八王子市立横山中学校

「給食は食育の授業時間です」

調布市立深大寺小学校

「健康でたくましい子の育成を目指した食育の推進」

板橋区立緑小学校

【主催団体の健康づくりに関する取組の紹介（誌上発表）】

（１）「東京都医師会学校医会及び公益社団法人東京都医師会の活動」

公益社団法人東京都医師会・東京都医師会学校医会

（２）「団体活動紹介」
「『学校歯科医が診るべき歯列・咬合ハンドブック』」について」

公益社団法人東京都学校歯科医会

（３）「団体活動紹介」

一般社団法人東京都学校薬剤師会

（４）「公益財団法人東京都学校給食会の公益目的事業」

公益財団法人東京都学校給食会

（５）「令和６年度　教育実践発表」

東京都学校保健研究会

（６）「東京都特別支援学校の給食」
「東京都特別支援学校の形態別調理」
「形態食ができるまで（魚のムース・テリーヌ）」

東京都立特別支援学校給食研究協議会

（７）「こんにちは！栄養教諭研究会です」

東京都栄養教諭研究会

２　講演

給食による炊飯の衛生管理について

一般財団法人　東京顕微鏡院
学術顧問　伊藤　武

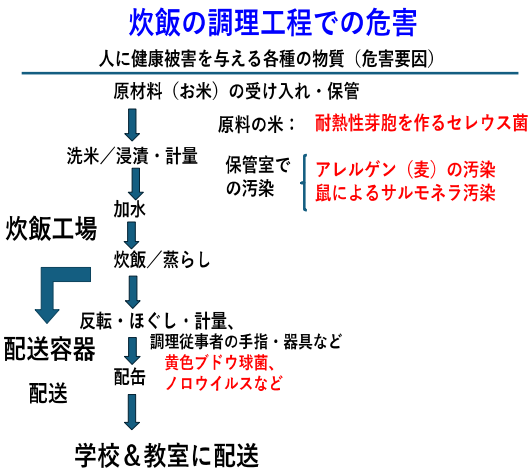
はじめに

令和 5 年 9 月 16 日～18 日にかけて青森県の惣菜製造業が調整した弁当を喫食した 29 都道府県において 554 名の下痢、嘔吐、嘔気、腹痛などの患者発生があった。八戸市保健所の調査の結果、黄色ブドウ球菌と下痢型セレウス菌が原因であった。原因食品は 9 月 15 日に製造（1,800 個）及び 16 に製造された一部の弁当であった。弁当の米飯から黄色ブドウ球菌が $1.1x10^4$ 個/ｇ、及び下痢型セレウス菌が検出され、米飯が原因食品とされた。本講演では炊飯の調理工程と衛生管理、並びに黄色ブドウ球菌とセレウス菌食中毒は米飯によることが多いことから両菌の食中毒学的基本についてもふれる。

１．炊飯の調理工程と危害分析

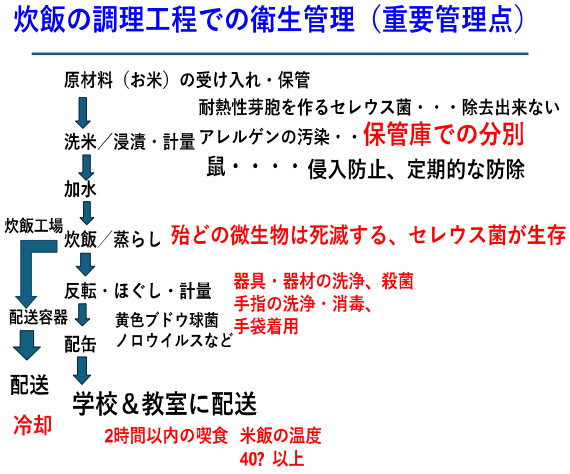
炊飯の調理工程と危害分析を右にに示した。原料の米には圃場に分布するセレウス菌汚染が高い。また　米を保管するところに鼠の侵入があるとサルモネラ属菌などの汚染が起きる。麦などのアレルギーを起こす原料との分別保管されていないと麦などの汚染が起きる。

洗米・浸漬などの工程では使用水が 0.1ppm 以上の残留塩素を確認すれば無芽胞性の病原微生物の危害は考えられない。炊飯後の反転・ほぐし・計量時には調理従事者からの黄色ブドウ菌やノロウイルス汚染が考えられる。



炊飯の調理工程における衛生管理（重要管理点）

炊飯工程では 90℃以上の加熱をすることから無芽胞性細菌は完全に死滅する。耐熱性の芽胞を形成するセレウス菌は加熱に抵抗することから生存する。反転、ほぐし、計量などの配缶工程では調理従事者の手洗いや消毒或いは手袋の着用不備などにより黄色ブドウ球菌やノロウイルス汚染が起きることから、手指の洗浄。消毒を徹底すること。



喫食までの保管工程の衛生管理

「学校給食衛生管理基準」では 2 時間以内の喫食が原則であることから、病原菌が大量に増殖することがないことから、温かいご飯でも問題はない。ただし、センター方式や炊飯工場に委託する際には配送に長い時間がかかることから、配送時の米飯の温度を測定し、病原菌の増殖に影響する場合には配送時の米飯の温度を 20℃以下に保つ必要がある。

２．セレウス菌食中毒と対策

セレウス菌食中毒は病気の起こり方から嘔吐型と下痢型に分類される。嘔吐型セレウス菌芽胞は

耐熱性が高く、調理の加熱温度では死滅しない。生残した嘔吐型セレウス菌は食品中で菌が増殖すると嘔吐型毒素（セレウリド）が産生され、この嘔吐毒により、30 分から 3 時間の潜伏時間後に嘔気、嘔吐、下痢の症状が起こる。原因食品は米飯、オムライス、おにぎり、スパゲテイなどが多い。

食品中で産生された嘔吐毒（セレウリド）は 100℃以上の加熱でも不活化されない耐熱性毒素であることから、嘔吐毒が含まれた米飯やスパゲテイで調理した焼飯や調理スパゲッテイが原因食品となる。東京都で発生した嘔吐型セレウス菌食中毒事例では剣道大会の昼食に調製した「おにぎり」が原因食品であった。「おにぎり」は早朝から調製し、室温に 8 時間以上放置された。この放置時間におにぎり中にセレウリドが産生されたと推察された。

嘔吐型セレウス菌食中毒対策

嘔吐セレウス菌は土壌細菌であることから、米、麦、豆などの農産物に汚染が高い。これらの原料から加熱調理しても芽胞は死滅しない。嘔吐型セレウス菌が食品中で増殖させないためには米飯やスパゲッティは 2 時間以上室温に放置しないこと。長時間保存、流通する際には 2 時間以内に 20℃以下に保存して、嘔吐型セレウス菌の増殖を防止することが大切である。

下痢型セレウス菌は大量に増殖した下痢型セレウス菌が腸管内でエンテロトキン毒素を産生して、6－24 時間の潜伏時間後に胃腸炎症状を起こす。国内での発生例は希である。

３．ブドウ球菌食中毒と対策

黄色ブドウ球菌は健康な人の皮膚、鼻腔、頭髪、手指、体表、腸管内などに分布する。またヒの化膿性疾患の原因菌でもある。又、家畜、家禽などにも保菌されており、黄色ブドウ球菌は生食肉や未殺菌牛乳にも汚染されている。食品中で黄色ブドウ球菌が 10 万個以上に増殖すると食品内に「エンテロトキシン」が産生され、、この毒素により 30 分から 3 時間後に嘔気、嘔吐、下痢の症状を起こす。この「エンテロトキシン」毒素も耐熱性が高く、調理温度では不活化できない。

ブドウ球菌食中毒対策

対策としては調理従事者の手指の洗浄・消毒が大切である。加熱後の調理食品を取り扱う際には必ず使い捨ての手袋の着用。「基準」に示されているように調理後 2 時間以内に喫食すること。長期保存する際にはブドウ球菌の増殖を抑制するために 20℃以下に冷却、或いは冷蔵庫保存。

4．最近の学校給食による食中毒の動向

「学校給食の衛生管理基準」は平成 8 年（1996 年）に全国的に大流行した腸管出血性大腸菌 O157 事件により、学校給食でも 7 事例の集団事例、患者数 7,297 名、死者数 5 名の悲惨な食中毒を経験し、二度とこのような悲惨な食中毒を起こさないために、「学校給食衛生管理基準」が制定された。この「基準」は HACCP の考え方に基づいて制定され、元文部省は「基準」による衛生管理を調理現場で指導を行ってきた。また、「基準」に基ずいた各種の衛生管理のマニュアルなどを作成してきた。それ以降徐々に学校給食による食中毒は減少し、以前では年間 20 件近くの発生例が、2009 年以降は年間 5 件以内となった。近年ではサルモネラ、カンピロバクター、O157、ブドウ球菌食中毒は著しく減少した。今問題となる食中毒はウエルシュ菌、ノロウイルス、ヒスタミン食中毒である。但し感染源となるノロウイルスの調理従事者の保有率が高いことや流通する食肉などにはサルモネラ、カンピロバクター或いは O157 汚染が認められており、「基準」による継続した衛生管理が求められる。ヒスタミン食中毒は調理場の責任もあるが、海産性の魚類の捕獲、輸送、魚類の加工工場などの温度管理が重要である。

参考資料

１．厚生労働省ホームページ：八戸市内で製造された弁当による食中毒事例
２．伊藤　武、西島基弘：イラストで楽しく学ぶ食中毒の知識、講談社

所属　　一般財団法人東京顕微鏡院　学術顧問
氏名　　獣医学博士　　伊藤　武（いとう　たけし）

学歴・職歴
昭和 37 年 3 月　麻布獣医医科大学獣医学部卒業
同年　　東京都立衛生研究所　細菌部入所
平成 10 年 7 月　同所　退職
同年　　東京顕微鏡院食と環境の科学センター理事、所長
令和元年　　同所　学術顧問

教職歴
麻布大学、東京医科歯科大学、元日本獣医生命化学大学　非常勤講師
都立看護専門学校講師

社会活動
元文部省学校給食における衛生管理改善に関する調査研究協力者会議委員
日本スポーツ振興センター学校給食衛生管理推進指導者派遣･巡回指導委員
元東京都食品安全情報委員会委員長、
関東学校給食サービス協会学術顧問

主な著書
食中毒の制御、医学細菌学、食品衛生検査指針微生物編、食中毒予防必携、
食品安全の辞典、食品衛生学、イラストで楽しく学ぶ食中毒の知識

児童生徒の健康管理上の見逃しがちなサインにアンテナを張る
― 子どもたちの見えない声に耳を傾け取り組むために ―

昭和大学 副学長、保健管理センター所長・教授
田中　大介（小児科専門医）

健康管理を行う上で、**早期発見、早期対応**は大切なポイントです。今回、学校や家庭で子どもたちが発するサインをキャッチする**アンテナ**とその対応についてまとめます。

【1】 児童生徒の発するサインをキャッチするアンテナ

1) **成長曲線**： 学校健診で身長と体重を計測したら**「横断的標準身長・体重曲線」**や「**肥満度判定曲線**」にプロットし、標準値からどの位離れているか、また、成長曲線の基準となるカーブからそれていないか確認する。身長は**−2SD** を下回ると**「低身長」**、体重は標準体重の 20%を越えると**「肥満」**、−20%を下回ると**「やせ」**に注意を要する。低身長は成長ホルモン分泌不全をはじめ、染色体や骨の病気が潜んでいて治療可能な場合もあり、早期の受診が望ましい。肥満は放置すると**メタボリックシンドローム**、２型糖尿病、**脂肪肝**や**動脈硬化**に繋がるため、食事（栄養）や運動などを早期に指導することが肝要である
2) **不定愁訴・何となく元気が無い**：だるさや疲れ、頭痛や腹痛、吐き気などを訴えて受診しても身体的異常が無かったり、いつもと異なり元気が無かったり、一人でいることが多い様な場合、**抑うつ状態、適応障害**などが疑われる。声にならない言葉に耳を傾けることが大切である。
3) **落ち着きが無い・忘れ物が多い・気が散る・こだわり・感覚過敏**：**ADHD、ASD、学習障害**などの**神経発達症**（かつての発達障害を含む）に注意が必要である。スクールカウンセラーや学校医と相談し、専門医への受診も視野にいれて対応する。発達面の異常が疑われることを保護者に伝える際は、丁寧に説明することも大切である。神経発達症は脳の働きに特性があり、**多くの人とは異なる行動パターン**をとることがある。また、**生きにくさを感じる**ようになる（友人関係がうまくいかず、トラブルになったり孤立したりする）。
4) **学校の成績**：何らかの健康障害を認めた場合、人間関係がうまく行かない場合、そして、それが長引く場合には学校の成績にも影響が出る可能性が高い。登校できなければ授業についていけなくなり、身体面でも精神面が不安定だと、効率良い学習時間を確保できず成績は低下する可能性がある。身体面・精神面に不調がある場合には学習面や成績を確認し、成績が下がっている場合は身体面・精神面の健康を確認することが大切である。
5) **遅刻・欠席**：朝起きられず、本人は**学校に行きたくても行けない**状況が続いている場合は**起立性調節障害**の可能性を考える必要がある。午後から夜にかけては調子が良くなるため、しばしば**怠け**や**サボリ**と**誤解**され、理不尽な思いをしている子どもも少なくない。私は、**「骨折はギプスや松葉杖をしていれば一目瞭然で、誰も走れとは言わないよね。でも、起立性調節障害は見ただけではわからないので、『頑張ってみよう』、『頑張りがたりないのでは？』などと言われ、辛いよね・・・」**と話す。この点を周囲の大人がまずは理解することが非常に大切だと感じている。診断基準が確立しているので、早めの小児科医（可能であれば専門医）への受診をすすめる。一方、欠席する理由を尋ねると**「学校に行きたくない」**と答える子どもがいる。学校に行きたくなくなった理由を、あせらずに、丁寧に可能な範囲で聴き取り、一緒に考えることが非常に大切である。欠席している子どもに「学校に行きたい?」と尋ねて「行きたくない」と答えたり、「学校で楽しいのはどんなとき?」と尋ねて**「休み時間」と答えない場合**には要注意である（筆者の経験上殆どの子どもは「休み時間」と答える。理由は友達と話すのが楽しいからである。）。
6) **疾患単位としての「いじめ」問題**：いじめを受けた当事者のことを考えれば、「いじめは無くならない」と言っている場合ではない。私の外来にくるいじめを受けた子どもたちは全員、医療的介入が必要な状態であると言っても過言ではない。身体的に傷つけられた場合はもちろん、精神面でのダメージは想像を絶する場合もあり、そして、それは長期に続く。紙面の都合上、ポイントのみになるが、いじめを疾患と捉え、**①予防：いじめは絶対にしていけないことを理屈抜きに教える、②急性期の対応：いじめを見つけたら最優先して対応する、③フォローアップ：絶対的な味方に徹する**。いじめを受けた子どもが**自分のせい**ではないかとつぶやくこともあるが、「あなたは決して悪くない、いじめが悪い！」と真剣なまなざしで伝えることが大切である。いじめを受けた子どもは**「急性心（こころ）不全」**状態に陥っていると私は強く感じている。その点を踏まえ、味方に徹することが大切である。**親に心配をかけたくない、いじめられた自分が恥ずかしい**と、いじめの事実を言えない子どももいる。周囲の大人はこの点に留意し、普段と異なり、元気がなかったり、孤立したりしている場合は**アンテナの感度をあげる**ことが大切である。

一方、いじめを行った子どものフォローも必要である。中にはいじめを行った自らを責めている子もいるかもしれない。いじめを行った子どものみが、単に悪いのではなく、**子どもたちにいじめはいけないことであると伝えて来なかったり、時にはいじめを見ても見ぬ振りをした大人にも責任**がある。また、**いじめた子どもが次はいじめられる**こともあり、予防が必要不可欠である。

【2】 子どもの心身をフォローする上で、是非、お伝えしたいこと

1) **子どもたちの健康をフォローするチーム（情熱と優しさ）**：子どもたちが困っていたら、何らかのサインやSOSを発信していた場合は、周囲の大人はそれぞれのできる範囲で何とか良い方向に向かう様に**情熱**をもって対応し、そして、**優しい気持ち**で子ども達に接することが大切である。

2) **子どもから相談を受けたとき、いかに向き合うか？**

① **カリスマティックアダルト**：子どものことをわかってくれる大人（親を除く）が必要不可欠

② **子どもから相談を受けたときのポイント：受容、共感、支持、保証、援助、姿勢同型**に基づき、聴き手に徹し、指示をするのではなく提案をして、次の約束をすることが大切。

③ **5 つの行動変容段階（無関心期・関心期・準備期・実行期・維持期）**の把握：何か解決すべき問題があった場合、その子どもがそれをどの様に捉えているか知って、その段階にあった対応をすることが大切である。

④ **アタッチメント**：母親と子どもとの絆、**見えない臍の緒**とも呼ばれる。母親は子どもにとって**安全基地**である。思春期の反抗期であってもしばしば力を発揮する。

⑤ **健康に生きていくために大切な 5 つのこと（食べる・眠る・動く・笑う・学ぶ）**：まずはこの 5 つのことができているかどうか確認することが大切。学校に通えていない場合、笑うことだけ可能なこともあるが、「**笑えて良かったね**」と伝え、そこからスタートすれば良い。

⑥ **ハードル（目標）の設定が大切**：目標をハードルにたとえるとすると、飛ぶ高さのハードルではなく、またげるくらいの高さ（簡単な目標）を設定することが大切。それでもとても高いハードルが目の前にあったら、くぐってしまうのも有りで、種々の問題点をどの様に乗り越えていくか、一緒に考え、ウイットに富んだ方法を探すことも大切である。

3) **学校をお休みしているときの留意点**

① **デコンディショニング**：日常生活における活動量が著しく低下することがある。筋肉は使わなければ必ず筋力低下し、使えば必ず筋力アップに繋がることも伝える。

② **学習性無力感**：どんなに頑張っても自分の力では解決できないことが続くとあきらめの気持ちに陥り、自尊感情が著しく低下する。起立性調節障害では、学校に行きたくても行けない状態が続き、学習性無力感を生じる可能性が高い。その様な時、私は「**これまで、本当によく頑張ってきたと思う。今できることが出来れば OK だよ。**」と伝え、**達成感を得られるようなプランを一緒に考える（ハードルは低めに）**。

③ **遅刻しての登校**：**これ程、心のエネルギーを使う行動は無い**のではないか？遅れて行くことへのプレッシャー、そして学校に行こうと思ったその気持ちを周囲（学校の先生）は理解し、是非褒めてあげてほしい（皆の前ではなく、「**よく頑張って来たね」という視線**を送る）。

④ **「ありがとう」の力と居場所**：学校に通えていないと「ありがとう」と言ったり、言われたりする経験が少なくなる可能性がある。あえてその様な場面を作り、声に出して「ありがとう」と子どもにいってみる。**自尊感情の回復の一助**にもつながると思う。

【3】 アドボカシー：すべての大人が子どもの声なき声に耳を傾ける

子どもが困っているときに、自ら周囲の大人に相談できなかったり、相談しにくかったりすることがある。アドボカシーとは、「**子どもが意見や考えを表明できるようにサポートすること**」である。**全国学校栄養士協議会**の**名誉会長**だった **田中 信 先生**は**学校栄養士**として一生を捧げ、栄養教諭制度設立（2005 年）にご尽力された私が大変尊敬している先生である。**学校給食**を通して、**児童・生徒の心身の健康を常に考え**ていた。ある講習会でのエピソードをご紹介する。

「子どもが『お腹が痛い』と言ったらどう受けとめますか？ただ、『どうしたの？』ではダメです。『**まあ大変！いつから、どこが痛いの？**』と、**大きな声**で、**大きな身振り**で聴いてしっかり受けとめてあげて下さい。」

私は子どもと接する上でとても大切な事だと痛感した。まさに**アドボカシー**である。

子ども達の夢と希望は無限です。子ども達、一人一人に**必ず素敵な未来**が訪れることを目指して、多くの職種の皆様と**連携**し、**継続したサポート**ができれば幸いです。

「**あせらず、あきらめず、愛情を注ぐ**」ことができればと切に願います。

是非、**アドボカシー**を！そして**合理的配慮**（実現が難しいことも含めまずは皆で一緒に考える）を！

これからも、よろしくお願いします。

講演者紹介

所属　昭和大学 副学長 保健管理センター所長・教授

氏名　田中（たなか）　大介（だいすけ）（小児科専門医）

●学歴・職歴

昭和５４年 神奈川県立湘南高等学校卒業	平成９年　昭和大学病院 NICU
昭和５８年 同志社大学文学部中退	平成１２年　昭和大学小児科医局長
平成２年　昭和大学医学部卒業	平成１４年　昭和大学小児科講師、NICU 病棟医長
昭和大学大学院医学研究科入学	平成１５年　昭和大学付属豊洲病院小児科 医長・助教授
昭和大学小児科入局	平成２６年　昭和大学大学院保健医療学研究科 准教授
平成３年　葛飾赤十字産院小児科	平成２７年　昭和大学横浜キャンパス　学校医
平成４年　公立昭和病院小児科	平成２８年　昭和大学横浜キャンパス　産業医
平成５年　昭和大学病院 NICU	平成３０年　昭和大学大学院保健医療学研究科 教授
平成６年　日本小児科学会認定医（現専門医）取得	令和１年　昭和大学保健管理センター 所長・教授
平成７年　医学博士号取得	令和４年　昭和大学副学長
平成８年　富士吉田市立病院小児科	現在に至る

●社会活動

昭和大学病院小児科、戸塚共立おとキッズクリニック小児科で、起立性調節障害をはじめ、
小児期から青年期の子どもの診療や保護者の相談にあたっている。
日本小児科学会 指導医・専門医
日本肥満学会 肥満症指導医・専門医
日本小児科学会「こどもの生活環境改善委員会」委員（～令和６年３月）
日本小児医療保健協議会「栄養委員会」委員
日本肥満学会 評議員、日本子ども健康科学会 理事、
全国大学保健管理協会関東甲信越地方部会 幹事・評議員

●主な著書

- お母さんの悩みがなくなる「子育てナビ」（マキノ出版）
- やさしくわかる子どもの起立性調節障害（洋泉社）
- 起立性調節障害（ＯＤ）朝起きられない子どもの病気がわかる本〈監修〉（講談社）
- 小児科医が伝えたい起立性調節障害 症状と治療（徳間書店）

３　発表

心も体も強い子の育成を目指して

北区立八幡小学校
養護教諭　池垣歩佳

１　学校概要

本校は、心身ともに健康で、自ら努力する意欲と人間性の豊かな児童の育成を目指している。基本的な生活習慣の確立とともに、基礎体力・運動能力の向上を目指し、家庭や地域を通して、児童が楽しく意欲的に取り組めるよう工夫を行った。平成２９年からは『いのちプロジェクト』を通して、様々な学習。特別活動などで生きる喜びや楽しさを感じつつ、いのちを大切にすることを目標として取り組みを行った。

２　本校での取り組み内容

【保健・食育領域】

○生活振り返りカードの活用

本校では、ゲームやメディアの閲覧による睡眠不足が課題の一つとしてある。また、生活習慣の確立には、睡眠だけでなく食事や排便、メディアの利用といった様々な要因が関連している。そこで、特に生活リズムの崩れやすい長期休業後の１週間を「生活振り返り週間」として、生活振り返りカードを活用しながら、自分の生活を振り返る機会を設けている。児童の感想だけでなく、担任と保護者からも一言メッセージを書いてもらうことにより、改善すべき部分が見えてきやすくなる。

○栄養士による献立紹介・お誕生日給食

「食わず嫌い」な児童が多く、見た目や匂いだけで食べないこともある。そこで、栄養士が調理室での様子を撮影し、その日の献立の写真と一緒にICTを活用して、各学級に配信している。調理過程や使用している食材の説明をするコメントを添えることで、「一口食べてみようかな。」と思わせる工夫をしている。

本校は、全児童142名の小規模校のため、お誕生日給食の実施もしている。毎月、その月が誕生日である児童と教職員にデザートが付いてくる。毎月、楽しみにしている会話が聞こえてくる。

【体育領域】

○運動タイム

運動機会の減少による体力の低下や、体育に苦手意識を持つ児童の運動能力の向上も課題の一つである。運動の機会を増やすために、毎週木曜日の中休みに「運動タイム」を設け、全校で季節に合わせた運動に取り組んでいる。また、マラソンや短縄に取り組むときは、教職員も積極的に参加をして、児童と一緒に運動をするようにしている。

【いのちプロジェクト】

平成２９年度から令和４年度に取り組みを行い、様々な学習機会を通して、いのち大切さを考える活動である。初めは高学年で「いのちの歌」を歌っていたが、低学年も歌いたいと全校合唱になり、音楽の時間から全校に取り組みを広げた。

４年生の保健学習では、命を生み出すことができる体の変化・準備について、分かりやすくイラストで学び、実際に妊娠している教員に協力をしてもらい、命を育てることの尊さに触れた。５・６年生では、アイヌ文化を通じて、自然の恵みである命に感謝をして、自分たちが生きていることに気付かせた。展覧会や音楽会のテーマにも「いのち」を関連付け、あらゆる学習活動でいのちについて考える機会を設けた。

３　成果と課題

各取り組みを通して、自分自身の体や心の健康を維持するためには、運動・栄養・休養などの生活習慣が重要であることを認識させることができた。今後も指導を継続するとともに、家庭との連携を密に行い、課題解決に向けて一層取り組んでいく。

「自分や他の人々の命を大切にし、健康を土台によりよく生きる生徒の育成を目指して」

八王子市立横山中学校
校長　竹田　幸恵

１　学校概要

本校は、教育目標「心身をきたえ、粘り強い人になろう」、校訓「自律　協同　勤勉」の下、地域や保護者の信託にこたえる「愛溢れる学校」を目指して教育活動を行っている。文武両道を奨励し、学習と学校行事や生徒会活動等の両立を図っている。健康教育においては、生徒の主体性を活かし、組織として機能する開かれた保健室経営、生徒会保健委員会活動を推進している。小中連携し、９年間で育てたい児童・生徒像を「自分の命、他人の命、地域の学び舎を大切にする児童・生徒」とし、学年や学級での様々な場面で、温かい人間関係を基盤としたきめ細かな指導を行っている。地域の応援と愛情を受けて、地域・家庭との連携、小中の連携、組織的な登校支援や教育相談等を通して、ネットワークの構築を図り、生徒の健やかな心身を育むことを目指している。

２　本校の取組

（１）組織的な教育相談活動とICT活用

①内科医の学校医の先生（小児科医師）に、生徒を対象とした健康相談を年６回実施し、相談から医療につながるケースや毎日見守りを行う学校運営協議会主催・民生委員を中心とした登校支援対策でのかかわり方など専門的なアドバイスを生かしている

②小中一貫を進め、八王子市立散田小学校、八王子市立横山第二小学校と連携し、小中合同研修会等で特別支援教育の充実を図っている。

③生徒情報は、お任せ公務「いいとこみつけ」に格納し、教師はもちろん、スクールカウンセラー、スクールソーシャルワーカー、医師、諸機関より得た情報共有に役立っている。また、会議で個別の報告の時間が短縮され、よりどのように実践していくかを協議する時間が充実する。

（２）生徒保健委員会の啓発活動とタブレット端末の活用

①生徒会保健委員会が主体となり、タブレット端末を活用し、応急手当、熱中症予防、救命救急と年３回の学習会が行われている。

②生徒会を含め各委員会の報告は、横山中生徒会のクラスルームにアップされ、それをみると活動内容や方針、生たちにお願いしたいことなどを見て、考え行動できる。

③委員会の時間や美術部が作成する校内掲示用ポスターは、年々工夫されて作成されている。

（３）小中一貫教育と地域・保護者・近隣小学校等との連携

①地域・家庭の協力のもと、小中連携した縦割り班を作り、毎週水曜日朝の「小中一貫あいさつ運動」は、生徒の豊かな心の育成に役立っている。

②地域防災フェスタへボランティア派遣、保健委員会生徒による普通救命講習の受講は、災害安全の意識を高めると同時に地域の方々とのつながりを深める機会となっている。

③小中一貫クリーン作戦は、地域、保護者、教職員、そして生徒が一緒に地域の学び舎を大切にする心を養っている。縦割り班で活動することにより、中学生だけでは見ることのできないリーダーシップを発揮する生徒も垣間見ることができた。

④地域の福祉機関や地域医療機関、要対協と連携したケース会議の開催により、心の不調を訴える生徒へのきめ細かな対応を行っている。

⑤不登校対応では、登校支援教室（ひまわり教室）を活用し、平日８時３０分から１２時４０分まで民生児童委員を中心とした４２名の支援員が２名体制で生徒と関わり、居場所作りに貢献している。

（４）学校保健委員会と情報発信

①健康診断結果、課題の報告を行う。毎年、学校医の講話を毎年一人ずつ３０分程度お願いし、専門的な新しい知識を取り入れている。

②令和５年度は給食センターから栄養士に参加してもらい、栄養やアレルギーについての講話を依頼した。結果を冊子にまとめ、学校保健委員会での資料とした。
③保健だよりは、健康診断の項目ごとに発行し、健康についての生徒や保護者、地域の方々の気づきを促し、考え、行動できるように学校保健委員会でも周知する。

（５）いのちを守る取組として３月に開催する防災フェスタへの参加

①本校の生徒は優しく、人を思いやる気持ちを持った生徒が多い。災害が起こった時に、中学生は大人と一緒に人を助ける側に回れる存在であるため、本校生徒に防災の意識をつけたいという取り組みである。
②活動のねらいは、災害時には中学生が積極的に関わることができるよう、防災フェスタに有志参加をしている。令和６年度には第２学年全員が参加し、災害時には主体的に行動ができるよう学びを深める。
③事前に生徒保健委員会で心肺蘇生法の動画を見ながら、講習を行う。地域消防団の方から心肺蘇生法 AED 使用方法の説明を聞き、一般生徒や地域の参加者に実際に教えるという役割を担った。それをふまえて、３月の防災フェスタでは心肺蘇生法・AED 体験の補助を担当する。地域消防団や警察署、自衛隊の方が作ったブースで、保健委員の生徒や係の生徒が実際に説明を行った。

（６）赤十字加盟校と小中一貫教育の取組

①小中一貫の取組として３年くらいをかけて組織化し、「自分の命、他人の命、地域の学び舎を大切にする」児童・生徒の育成にむけて JRC 赤十字社の活用を視野に入れている。
②大まかな流れとして
令和４年度　防災フェスタ復活
令和５年度　生徒が地域の方や赤十字社等と一緒にもしくは生徒のみでのブースを創り活動する。
令和６年度　横山中学校教育課程に位置付けたフェスタへの企画・実施
令和７年度　小学生や小学校の敷地も活用したフェスタへの企画・実施
令和８年度　縦割り班を活用した横山地区小中一貫したフェスタへの企画・実施
③伝統ある地域防災フェスタの取組を小中一貫防災フェスタへの取組に移行することで、将来的に多くの地域住民が防災に関する意識を高くもつことに繋げる。

（７）食育・保健指導・保健教育の充実

①家庭科の授業では、１学年で献立作成を学習指導要領に基づいて行う。この取組が、生徒の考えた給食献立に活用することを期待する。
②１年生で、喫煙防止教室、２年生で薬物乱用防止教室、３年生で赤ちゃんふれあい事業「命の授業」を養護教諭と講師、養護教諭と学年教師がチームを組んで実施している。

３　成果と今後の課題と対策

（１）成果の状況

ネグレクトやひとり親家庭の保護者の病で家庭の保護能力の欠如状況を学校医の健康相談で明らかになり、ケース会議や医療とつなげ、民生委員の協力のもと生徒の命を救うことが出来た。生徒情報をお任せ公務「いいとこみつけ」に格納し、教員間で共有することにより、報告の時間が削減され、共通実践にかかわる話し合いが充実した。防災フェスタへの取組では、実際に一般の方に生徒が実践しながら教えることで、心肺蘇生法の難しさや伝えることの難しさを生徒ひとりひとりが感じた。それとともに、自分たちでもいざという時は人命を救うことができるのだという使命感を感じることができた。

（２）今後の課題と対策

いのちを守るために中学生のいざという時のリーダーシップをとることができるように２学年全員参加を教育課程に位置付けた防災フェスタへと方向転換をする。地域力を生かした伝統的な取組と特別な支援が必要な生徒を含めた新しい小中一貫縦割り班の取組を融合させるために生徒が気づき、考え、行動する体験を深めていきたい。そのために、「自分や他の人々の命を大切にし、健康を土台によりよく生きる生徒の育成を目指して」地域連携を柱に実践を重ねていく。

給食は食育の授業時間です

所属　調布市立深大寺小学校
学校栄養職員　安斎　亨
前調布市立深大寺小学校・現杉森小学校
校長　濵松章洋

１　取り組みの背景

平成１７年食育基本法が公布され、「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と位置付ける」とされた。同時に、教育関係者には食育を推進していくよう努めるものとするとまで明記された。保護者や教職員の中に、子供への食育は重視する必要がないという人はまずいない。しかしながら、学校における食育が法規法令に書かれているような扱いになっているかというと、どうしても疑問符がついてしまう。学校栄養職員や栄養教諭が自ら取り組む優れた実践は数多く存在する。一人職である学校栄養職員や栄養教諭は自ら百歩進むもうと必死に取り組んできたにもかかわらずである。原因は、多忙を極める担任が、食育が優先順位の下位に位置づけざるを得ないからなのかもしれない。本校では、常に子どものそばにいる担任と一緒に取り組むことなく、食育という教育財産を永久凍土の中から救い出す方法はないという仮説を立てて昨年度まで５年間取り組んだ。栄養士が中核となり学校長がリーダーシップをとり、食育推進委員会を生かして子供の目の前にいる担任全員が食育に取り組めるようにするシステムづくりを目指した。

学校における食に関する指導は、「教科等における指導」「給食における指導」「個別的な相談指導」で構成されている。調布市立深大寺小学校では、このうち担任が年間１９０回かかわる「給食」に着目した。この「給食」を無理なく取り組める「食育の授業時間」にできれば、必然的に担任も毎日食育に向き合うことになり、一気に食育が進むと考えたのである。

２　具体的な取り組み

では、具体的にどのような取り組みをしてきたのか。その手順と実践例を紹介する。

（１）　給食における問題点の集約

給食時間における問題を集めた。すると以下のような問題点等が浮かび上がってきた。

① 担任が自分の幼少期に自分の親から受けた教育でクラスの子供を指導している。だから、配膳の仕方や好き嫌いの対応、おかわりの仕方などがクラスごとにバラバラである。
② クラスの残食量は先生の食に関する関心と比例する。
③ ４時間目の終了を伸ばしてしまい、給食が後回しになっている。
④ そのそも、ほかのクラスの給食指導を見たことがない。

（２）　深大寺小給食スタンダードの作成

クラスごとのローカルルールを是正して、学年・学校が同一歩調で取り組むために、「深小給食スタンダード」を作った。そこには、４時間目の授業終了時刻の厳守・小食の子供への配膳・どうしても口にできないほど苦手な食材等があった時の対応・おかわりの約束などが書かれている。これを学期はじめに、全校集会で教員と子供が一緒に確認する。結果全校同一歩調が実現した。

（３）　話食の推進

子どもたちが食について学んだことをアウトプットすることで、より確かな知識となったり、正しい食行動につながったりなどする。そのためには、栄養士が一人で取り組むのではなく、すべての担任が教室で子供たちに食について話して聞かせることが大切である。担任が話せば、子どもたちはしっかり聞く。それと同時に、食育が進まない原因のトップである「教員の意識」が必然的に高められることとなる。そのためには、子どもたちに担任が伝える情報を、栄養士が給食のたびに教室に届けることが必要である。ただし、その情報は、食育の６つの視点の中から一つを選んで焦点化していなければならない。なぜなら、そうしないと授業の目当てが存在しないただのお話になってしまうからである。また、その日の献立にまつわるものでなければならない。さらには、子ど

もたちの興味や関心を引き付けるものでなければならない。そして、深まりや広がりという観点から、各教科や学校行事と連動していることも必要である。本校ではこれを夢ワゴンカードと呼んで、４校時終了時にモニターに映す。このように、栄養士が先生と話し、先生が子供たちと話し、子どもが友達や親兄弟姉妹と話すことを「話食」という造語をもって表現し推奨している。

カード投影

（４） その他の取り組み

給食の時間におけるその他の取り組みは以下のようなものがある。

① パシャパシャタイム

大人が携帯で食べ物の写真を撮るように、子どもがタブレットを使って自由に給食の写真を撮っている。月に１回、漢字や計算などの宿題を出さない代わりに配膳時と下膳時の写真を撮って保護者に見せながら、その日の食トークをすることが宿題になる。これをパシャパシャタイムと称している。特にコロナ禍では、学校の様子がよくわからないという保護者のニーズに合致し好評を博した。

パシャパシャタイム

② 給食キャラクターコンテスト・着ぐるみ訪問

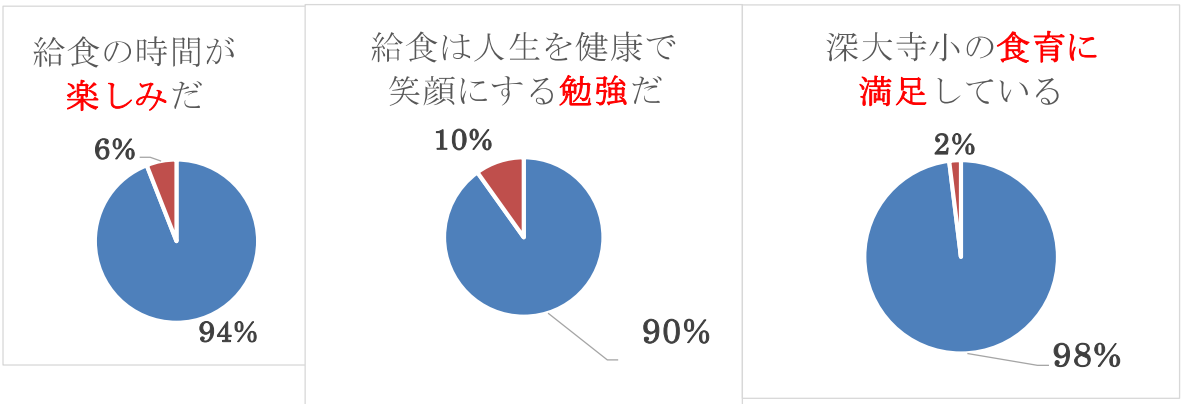
子どもたちが考えた給食キャラクターを張り出し、コンテストをする。また、着ぐるみを着て教室を回る。食べ物を大切にする気持ちや心身の健康・社会性を育成している。

③ 給食交換

担任が、給食時間の指導クラスを学年内でローテーションしている。これは、給食の OJT であり、指導の課題や優れた点について互いに体感しながら、学年会で共有できる。また、懸念される食物アレルギー対応は学年内全クラスの対象児童とその食材を学年内の教員がしっかり把握し、担任が欠けても不安なくしっかり対応できるようになる。

３　成果と展望

子どもへのアンケートと保護者による学校評価は以下のようになった。



給食が食育の授業時間になったことで、これまでとかく各栄養教諭や学校栄養職員が孤軍奮闘していたが、本校栄養士と食育推進委員会のメンバーによって、担任誰一人も漏らすことなく全教職員で取り組む食育の学校になった。担任は、教室で夢ワゴンを掲示し、子供たちに読んで聞かせることにとどまらず、そこから関連する地図や国旗、他の郷土料理や特産物などを自主的に提示し、給食の授業をカスタマイズし、子供たちと食トークを楽しんでいる。その成果は、子どもたちの食行動にとどまらず、家庭における食の在り方にも多大な影響を及ぼした。

本校は、給食の時間の授業化を通して食育の６つの視点の育成が図られている。まさに、ウエルビーイングが向上している学級・学校になっている。

これからも話食を通して食育を突き詰め、給食を全人格の形成に寄与する究食にしていきたい。

健康でたくましい子の育成を目指した食育の推進

板橋区立緑小学校
校長　市之瀬　輝明
学校栄養職員　天野　美穂

１　本校の概要

本校の教育目標は、「思いやりのある子」「よく考え、最後までやり抜く子」「健康でたくましい子」である。その中でも、健康づくりについては、「健康でたくましい子」つまり、心身共に健康でたくましい児童を育成するために、

○体育科の授業・体育的活動や休み時間の運動遊びの質的・量的向上を目指す。

○長縄跳びや短縄跳び、マラソンの取組を計画的に実施する。体力向上を目指すと共に、児童が目標をもち、それに向かって努力していく態度を育てる。

○養護教諭を中心とした保健指導、栄養職員を中心とした食育に力を入れて取り組み、自分の体を鍛え、自分の体を大切にする活動を充実させる。

本校ならではの、緑豊かな環境と地域人材ボランティアを活用して、協働・対話による「課題発見・解決学習」をすすめ、持続可能な社会の担い手を育成するための教育活動を展開している。

２　「安心・安全でおいしい給食」実現のための取り組み

①食物アレルギー対応

安心・安全な給食を提供するため、養護教諭・学校栄養職員・学級担任・調理員等学校職員と保護者が連携し、板橋区の食物アレルギー対応マニュアルに則った対応を行っている。年度初めには、全教員を対象とした校内食物アレルギー研修を実施している。給食での食物アレルギー対応の説明や緊急時対応のシミュレーションとエピペントレーナーでの練習を通して校内体制を整えている。

②給食献立の工夫

「給食はおいしい」、「食べることが好き・楽しい」と、給食や食に興味をもってもらえるように献立を工夫している。板橋区は、学校栄養職員等が協議して共同献立をたてているので、共同献立を軸に本校の実態や行事に合わせた献立を作成している。また、「生きた教材」として活用できるように、栄養バランスや旬を考慮した上で、教科に関連した献立やバリエーション豊かな献立を取り入れている。旬の食材や移動教室に合わせた各地の郷土料理献立や、交流活動に合わせた世界の料理献立を実施している。

給食巡回時の指導では、献立の説明やクイズを記載した給食メモを活用している。令和５年度からは、紙媒体から電子黒板に映す方式に移行し、献立写真と児童の関心を高められるような調理中の写真等を載せている。実際の献立写真を載せることで、給食当番の盛り付けが上達し、食器の位置を意識する児童が増えた。クイズを楽しみにしている様子も見られ、献立に関する質問も積極的にするようになった。

③和食教育

令和４年度に、農林水産省作成の和食教材を使用したモデル授業を実施したことをきっかけに、和食文化継承にも取り組んでいる。モデル授業では、給食を軸に和食を学び、かつおぶしをかんなで削る体験も取り入れた。また、地域の農家の方から板橋区の江戸東京野菜「志村みの早生大根」の紹介と地産地消について話してもらい、和食とSDGｓのつながりを考える授業になった。

▲家庭科　出汁についての授業

令和５年度は第５学年の家庭科でみそ汁の調理実習に入る前に、出汁について学ぶ授業を実施した。出汁無し、かつおぶし出汁、にぼし出汁、こんぶ出汁のみそ汁を飲み比べて、出汁

のうまみや種類による違いを体験する活動を取り入れた。班ごとに予想する形式にすることで、見た目・香り・味をよく観察しながら答えを考えている姿が見られた。

和食献立は、洋食・中華献立に比べると残りやすい傾向にある。和食のおいしさや魅力に気付き、和食に誇りをもてるように、今後も和食文化継承のための取り組みを継続していく。

３　地域環境・地域交流を生かした食育

①自然体験学習での食育

本校の特徴でもある豊かな自然環境を学習に取り入れ、地域人材ボランティアの全面的な協力のもと、年間を通して様々な自然体験学習を実施している。春には学校敷地内の竹林でたけのこ掘りを行い、収穫したたけのこは図画工作科のデッサンや国語科の調べ学習など他の教科にも繋げている。原木椎茸栽培では、原木に椎茸菌を打ち込むところから始め、約１年間水やりをして育ててから収穫をしている。本校の児童は本物の食材に触れ、自然との関わりを生活の中に根付かせている。また、地域の方々との交流を通して感謝の心を育て、地域の魅力を自分の言葉で表現できる力を高めている。

▲たけのこ掘り

②地域の農園との交流

板橋区では、食育推進事業のひとつとして、年４回程度区内農家の方が作った野菜を全小中学校の給食に使用している。本校では、令和４年度より地域の農園との交流がはじまり、区の事業に加えて地場産物を定期的に使用している。にんじんやだいこんなど給食でよく使用している野菜の他にも、バターナッツかぼちゃやのらぼう菜などめずらしい野菜も使用し、地産地消に取り組んでいる。秋にはさつまいも掘りの体験学習にも協力していただいた。農家の方が来校し、児童と一緒に給食を食べる交流給食も行った。身近に農園があることを知ることで、食に興味をもつきっかけとなっている。

さらに、コミュニティ・スクール委員会では、学校の給食状況を共有し、給食で出る野菜の端材等を農家の方が回収してコンポストに使用する取り組みも行っている。コンポストでできた堆肥を野菜栽培に使用して地域循環に繋げている。

コンポスト活動は校内にも広がった。第４学年総合的な学習の時間「ごみゼロ大作戦」では、地域や地球規模の諸課題について、自らの課題として考え、ごみを減らすためコンポストに給食で出る野菜の端材等を入れ、堆肥作りを目指している。

▲地場産物　バターナッツかぼちゃ

４　おわりに

本校の児童は学校給食や地域環境・地域交流を通して６年間で「食」を身近に捉えて学んでいる。引き続き学校と地域のつながりを深めながら給食と食育を充実させ、自らの食生活や健康の向上に取り組む児童の育成を目指していく。また、令和４年度からは海外の小学校との交流も深めているので、互いの食文化の特徴や良さを知って尊重し合い、日本の食文化を海外へ発信できる児童の育成にもつなげていきたい。

４　主催団体の健康づくりに関する取組の紹介
（誌上発表）

東京都医師会学校医会

東京都医師会学校医会は、学校保健の発展と向上への寄与を目指して、昭和 49（1974）年に社団法人東京都医師会における学校医の任意団体として設立されました。令和 6 年 3 月現在で約 3,000 人の学校医が会員となっており、児童生徒が安全・安心な学校生活を送ることができるよう活動しています。

理事会では学校保健について協議検討を行うとともに、会報編集委員会を設置し、[東京都医師会学校医会会報]（年 6 回、奇数月刊）や[東京都医師会学校医会会誌]（年 1 回刊）の発行する他、学校保健（学校医）研修会の企画開催、功労者や永年勤続学校医の表彰など事業を展開しています。

また、東京都学校保健会との共催による研修会の開催や「健康づくりフォーラム」に協議会メンバーとして参画をする等、東京都の学校保健活動に携わっております。

東京都医師会

2024年7月15日発行 Vol.297

学校医会会報

目次

●学校医の立ち位置 …… 1
●令和6年度 学校保健講習会 …… 2
●特別寄稿 …… 5
◆散歩道 …… 8
●あとがき …… 8

学校医の立ち位置

副会長 目澤 朗寧

子どもの健康診断は、学校保健安全法第 11 条で就学時の健康診断、第 13 条で児童生徒等の健康診断の実施が義務付けられています。教育課程上では、健康診断は学習指導要領で特別活動の健康安全、体育的行事に位置付けられています。すなわち、健康診断は教育活動でもあります。そのために、学校保健安全法第 23 条において、学校には個人への委嘱を通じて学校医を置くものとされています。学校における保健管理の効果的な実施のために、校長・学級担任・養護教諭・学校医・学校歯科医・学校薬剤師等・教職員が、それぞれの立場で相互に連携を保ちながらその責務を果たしています。学校医の立場は、随時又は非常勤の顧問参与、委託職員などに位置付けられています。

健康診断と同時に、各学校で発生する学校の管理下の災害も、学校医の関与するところであると考えます。災害発生の傾向は、小学校では休憩時間が約半数を占めています。種類は挫傷・打撲・骨折・捻挫が多い傾向です。休憩時間は事故が起こりやすい時間ですので、この時間帯の生活指導の見直しが必要かもしれません。中学校では課外活動での災害発生が約半数です。種類は骨折・挫傷・打撲・捻挫の順に多いです。中学校では課外活動が始まりますので、特に体育的部活動には十分留意しなければなりません。高等学校では、課外活動での災害発生が 60％を占めるようになってきます。種類は骨折・挫傷・打撲・捻挫の順に多いです。高等学校でも、運動部活動を中心とした課外活動では体力差や技能差に応じた指導が必要でしょう。特別支援学校では、各教科の授業や特別活動といった、学校での教育活動中に発生した災害が約半数を占めています。種類は挫傷・打撲・捻挫・骨折の順に多いです。障害のある児童生徒への指導は、一人一人の障害の程度や特性などに留意して危機予測を立ててゆかなければならないでしょう。いずれも、学校医との連携がかかわってくるものと考えます。

最後になりますが、学校医は各学校の先生方と同じ立ち位置で、児童生徒の健康を守る役割を担っています。残念なことに、学校の記念誌などに学校医の記録が記載されていないことが見受けられました。このようなことのないようにご配慮いただきたいと思います。

－1－

[東京都医師会学校医会会報]（年 6 回、奇数月刊）

公益社団法人　東京都医師会

東京都医師会では、学校保健に関連する様々な問題について、各種委員会を設置して検討しております。これからの児童生徒には、現在注目されているセルフメディケーションの中でも、特にヘルスリテラシーを身につけた大人になって頂きたいと考えております。

自分の健康には自分で責任をもって健康維持や病気との闘いに備えた健康や医療に関する正しい情報や知識を身につけることが重要であり、それが病気の予防や健康寿命を延ばすことにつながると考え、学校医等による児童生徒に対する健康教育を推進しております。以下のコンテンツは東京都医師会のホームページに掲載しておりますので是非ご活用下さい。

1. ヘルスリテラシーを高めよう

東京都医師会のホームページではヘルスリテラシーに関する様々なコンテンツを紹介しております。

・ヘルスリテラシーって何？　　・ヘルスリテラシー検定
・ヘルスリテラシーLesson『現役世代』篇　・ヘルスリテラシーLesson『子育て』篇
・ヘルスリテラシーLesson『シニア』篇　　・教えて！ヘルスリテラシー

2.『健康教育用スライド』

「学校保健学校医委員会」では、東京都内の学校医が学校教育現場で活用できる健康教育用の教材 10 項目（感染症・予防接種、アレルギー疾患、飲酒、喫煙防止、薬物乱用防止、ネット依存・ゲーム依存、近視、スポーツ障害、性教育、がん教育）を令和3年2月に作成いたしました。

令和6年8月には、がん教育、性教育、感染症、スポーツ障害の4項目の内容を更新して「第 75 回関東甲信越静学校保健大会」ならびに「関東甲信越静学校医協議会」で学校医や養護教諭等に広く周知をいたしました。

3. 冊子『COVID-19と子どもたち』 ―わかってきたこと、考える未来―

学校医をはじめ、養護教諭、スクールカウンセラー等の多職種で構成された「学校精神保健検討委員会」では、令和3年2月に新型コロナウイルス感染症が与える子供達の精神面への影響について取り纏めた冊子「子どもたちとともにパンデミックを乗り切る―新型コロナに対峙する学校精神保健―」を発行しました。

そして令和5年2月には、この続編として新型コロナ禍から一歩前へ進むためには何が必要か…を問いかける冊子を発行し作成にかかる動画を作成いたしました。

東京都医師会ホームページ

「医師のみなさまへ」にカーソルをあて、公衆衛生「学校保健」をクリック

または、「医師のみなさまへ」をクリック→「学校保健」をクリック→「学校保健関係資料」をクリック

東京都医師会のホームページ（URL https://www.tokyo.med.or.jp/）に掲載されている学校保健に関連するコンテンツにつきましてご不明な点がございましたら、東京都医師会事務局 健康保健課宛（03-5244-5263）までご連絡下さい。

公益社団法人　東京都学校歯科医会

https://www.tasd.or.jp/

当会は昭和２３年設立以来、東京都教育委員会と緊密な連携の下、児童生徒の歯・口の健康を守り、次世代を担う都民の健康を増進する活動を行っています。

現在では教育委員会から委嘱された学校歯科医、５３地区、約２０００名で組織され、学校での健康教育等に取り組んでいます。

● 毎年開催している東京都学校歯科保健研究大会

歯科保健活動の要として「歯の作文」、「学校歯科保健優良校」、「歯・口の健康に関する図画・ポスターコンクール」、「歯・口の健康啓発標語コンクール」などの各種表彰や研究成果の発表を行っています。

● 図画・ポスターコンクール入賞作品を掲載したカレンダーは、入賞者や学校にも配布しています。

● 2年に一度、学校歯科医が研鑽するために発行している冊子の一例

その他、児童生徒に最新の保健教育を提供できるよう研修会を開催しています。

～ 予告 ～

令和６年度末 冊子完成予定』

テーマ

『特別支援教育における学校歯科保健活動について』

コンクール入賞作品、出版物等は東京都学校歯科医会HPからも確認できます。

こちらから

公益社団法人東京都学校歯科医会

「学校歯科医が診るべき歯列・咬合ハンドブック」について

目次

1．ほじめに
2．子供の成長と発育
3．発達段階における歯列・咬合
（1） 乳幼児期
・下顎前突（反対咬合）・上顎前突・開咬・叢生・過蓋咬合
（2） 小学校低学年～中学年
・下顎前突（反対咬合）・上顎前突・開咬・臼歯部の交叉咬合
・臼歯部の鋏状咬合・過蓋咬合・１歯のみの前歯部反対咬合
・大きな空隙を呈する正中離開　・歯数不足（先天性欠如）
・上顎切歯の萌出遅延・萌出余地不足による第一大臼歯の近心傾斜
・舌小帯の問題
（3） 小学校高学年・中学生・高校生
・下顎前突（反対咬合）・上顎前突・開咬・叢生・下顎の側方偏位
・過蓋咬合・乳歯の晩期残存・永久歯の萌出遅延（左右非対称の萌出状態）
4．さらに知っておきたい歯列・咬合
（1） エックス線写真で確認したいこと
（2） 不正咬合をそのままにしてしまうと
（3） 骨格性の不正咬合
5．「歯列・咬合に関するおしらせ」について
6．終わりに

歯列・咬合の判定基準

学校歯科健康診断は、０，１，２の３段階に分けてスクリーニングします。

０（異常なし）	歯列・咬合が正常な状態
１（経過観察）	０（経過観察）と２（専門医による診断が必要）の境界領域
２（専門医（歯科医師）による診断が必要	判定以上の不正咬合 （「学校歯科医の活動指針」P48、49 参照）

判定２の際には、矯正歯科治療を強要するものではなく、将来健康にどのような影響を与えるかを本人や保護者に理解してもらうことが大切です。

上：下顎前突（4 歳 3 か月）
右：上顎前突（7 歳 3 か月）

上：叢生（15 歳 0 か月）
右：歯牙腫（12 歳 11 か月）

一般社団法人　東京都学校薬剤師会

office-tog@togakuyaku.jp

学校保健安全法が平成 21 年４月１日から施行され、「学校環境衛生基準」が文部科学大臣により告示されました。令和４年４月１日に一部改正が行われた基準は、学校における換気、採光、照明、保温、清潔等について、児童生徒の健康を保持する上で維持されることが望ましい基準です。この基準に基づき学校環境衛生検査に従事することが、学校薬剤師の職務と規定されています。

学校薬剤師は学校環境衛生検査のほか、大麻をはじめとする薬物乱用が問題となっていることを受け、児童生徒等を対象とした「薬物乱用防止教室」「お酒の害について」「たばこの害について」「くすりの正しい使い方」等についての講話を行う等幅広い活動を行っています。

昭和 17 年に設立された東京都学校薬剤師会は、学校薬剤師の資質向上の為、毎年４回の基礎研修会、指導者研修会を開催すると共に各種研修会の後援･共催等を行っております。今後も情報の発信を行い、児童生徒等が安心安全な環境で学習出来るように活動してまいります。

各種出版物及び講習会用パワーポイント

公益財団法人東京都学校給食会

東京都内の給食実施学校に安全で良質な学校給食用物資を安定供給するとともに、食育の推進を支援する事業を実施しています。

○ 安全・安心で良質な学校給食用物資の供給

本会の取扱物資は、厳選された原材料を使用し、都内同一規格・同一価格で供給しています。
学校給食用物資の生産地や製造工場等の調査、物資の各種検査を実施しています。

米穀の産地調査

加工委託工場への巡回指導

○ 食育支援事業

学校給食関係者・保護者を対象とした各種講習会を開催しています。
学校給食に関する情報を提供するため、広報紙、物資情報等を作成・配布しています。

食育講演会

調理講習会

公益財団法人東京都学給食会
〒113-0021
東京都文京区本駒込 5 丁目 66 番 2 号
ＴＥＬ：03-3822-9391
Ｈ　Ｐ：http://www.togakkyu.or.jp

令和６年度東京都教育委員会研究推進団体　教育実践発表

東京都学校保健研究会

団体の概要

本会は、東京都公立学校、その他の学校の教職員およびその他の学校保健関係者等の会員 271 名（令和６年７月現在）で構成される研究団体である。また、全国養護教諭連絡協議会に加盟するとともに、小学校部会は東京都公立小学校長会、並びに中学校部会は東京都中学校教育研究会に加盟している。

現在、東京都教育委員会研究推進団体・東京都教育センター長より教育研究普及事業の認定を受け、研究会を年５回（夏期２回）実施するとともに、喫緊の健康課題をテーマに調査研究を行っている。

研 究 会 の 目 的

学校保健の一層の充実、発展を図るために、研究および研修することを目的とする。

令和５年・夏期研修会の様

研究の内容

○学校保健に関する講演会などの開催：６月・８月・12 月、２月

○学校保健に関する調査研究

令和６年度（１年目）

現代の健康課題に沿った研究内容について検討

令和６年２月

○会員相互の研究発表や実践発表　８月夏期研修会にて

○学校保健関連団体との連携、協力、情報の収集

全国養護教諭連絡協議会、（公財）日本学校保健会、（公社）日本学校歯科医会、日本学校歯科保健・教育研究会　等

成果と課題

調査研究活動、研修会をとおして、日々の実践を振り返り共有しながら、課題解決に向けて協議検討することで、養護教諭や学校保健関係者の資質向上やスキルアップにつながった。感染症対応も含め、適切な判断や迅速な対応が常に求められているため、最新の情報を収集し、今後も資質向上に努めていく。

今後の活動予定

・研修会　夏期（8/21）、12 月（12/2）、２月（2/7）

・令和６年度研究会誌「花」発行

・令和６年度東京都中学校教育研究会会報発行

※　詳細は本研究会ホームページをご参照ください。

代表者・連絡先

代表者：大田区立出雲小学校
校長　関　眞理子
連絡先：府中市立府中第三小学校
主幹教諭（養護）　桂　恵美
TEL：042－361-9003

研究会ホームページ：
https://www.togakuho.com

東京都特別支援学校給食研究協議会

東京都特別支援学校の給食

幼児・児童・生徒が個々の発達段階で獲得する摂食嚥下機能に対応した形態（軟らかさ、形）で、給食を出すようにしています。食材も、できる限り全形態で同じものを使用するよう工夫しています。

普通食		通常の食事に準じる。 食材は若干軟らかめに仕上げる。	
後期食	そしゃく機能の発達期	奥歯に送ってつぶせる硬さ（軟らかいが舌ではつぶせない軟らかさ）。前歯で噛み取れる硬さ。 食材によっては（きのこ類、たけのこ、トマト、豆類など）、ペースト状または介護食用寒天、くず粉を使用し、まとまりをつける。	
中期食	押しつぶし練習期	形があり、舌でつぶせる程度の軟らかさ。 食材によっては（きのこ類、たけのこ、トマト、豆類など）、ペースト状または介護食用寒天、くず粉を使用し、まとまりをつける。	
初期食	飲み込む機能の発達期	粒がなく、ややまとまりのあるペースト状。 基本的に中期食をミキサーにかけて裏ごししたもの。 水分や一部の食材は介護食用寒天・くず粉を使用。	

調理の仕方や盛り付け、味付けは学校ごとで異なる場合があります。ここで、各学校で特に違いが出やすい後期食のカレーをいくつか御紹介します。

食材を別々に調理し、ソースの上に食材を盛り付ける学校（ソースは食材の上からかける学校もあります）

食材を別々に調理し、調味料や煮汁に直接混ぜて盛り付ける学校

東京都特別支援学校の形態別調理

【形態食の特徴】

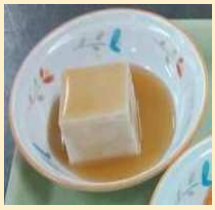
・提供方法は大きく分けて２種類を標準にしています。

① 食材を別々に調理してお皿に盛り付けた後、上から料理別のソースをかけて提供する。

② 食材を別々に調理した後、調味料や煮汁に直接混ぜて提供する。

・汁ものは、汁と具を分けて提供したり、普通食のように汁と具を一緒にして提供したりします。

・形態食として調理しづらい食材は、他の食材に置きかえています。（例：もやし→かぶ）

	普通食	後期食	中期食	初期食
特徴	通常の食事に準じる。 食材は若干軟らかめに仕上げる。	奥歯に送ってつぶせる硬さ(軟らかいが舌ではつぶせない軟らかさ)。	形があり、舌でつぶせる程度の軟らかさ。	粒がなく、ややまとまりのあるペースト状。
主食				
主菜				
副菜				
汁もの				

※写真はあくまでも一例です。学校によって異なることがあります。

(半)固形化牛乳

介護食用寒天を使って、牛乳をゼリーのように固めたもの。スプーンでかき混ぜるとなめらかなヨーグルト状にもなる。

かじりとり用の食材

口唇や歯を使って食べ物を取り込む機能を獲得するために提供する。
にんじんの他に
きゅうり等の野菜を
提供する学校もある。

形態食ができるまで（魚のテリーヌ・ムース）

①下処理

生の魚をフードプロセッサーにかけ、筋がない状態にしてハンバーグやテリーヌ状にします。

生のままフードプロセッサーにかけます。
ある程度回したら、くず粉等のつなぎや水を
加えます。

さらに裏ごしします。

②調理

バットや流し缶で蒸します。

中期食(テリーヌ状)の出来上がり。

③再調理（初期食の調整）

中期食をフードプロセッサーにかけます。

初期食(ムース状)の出来上がり。

④配膳

食形態は全員個別の対応となるため、対応内容に注意して
盛り付けます。学部・学年ごとにワゴン、または食堂のテーブルに
配膳します。

こんにちは　東京都栄養教諭研究会です

この会は、東京都に所属する栄養教諭で組織され、
栄養教諭の研究及び研修を通じて資質の向上を図っています。

研究のテーマ

児童・生徒の豊かな人間性を育み、生きる力を身に付けさせるための食育の実践
～栄養教諭を中核とした食に関する指導の在り方～

研究授業

給食時間における指導

講演会・研修会

個別的な相談指導

全会員がグループに分かれて研究を進めています。１年間の活動内容は研究集録にまとめています。詳しくお知りになりたい方は地域の栄養教諭にお問合せください。