



きらめき

道教組
養護教員部部報
文責 中安

合研特集

2016 合同教研 特集

11/5～6日 例年よりかなり早く雪が降り、そして積もる中、今年も札幌学院大学にて2016合同教研が開催されました。

保健体育分科会では、最初に高教組の小岸先生のレポートを元に、今年度から健康診断に加わった運動器検診（四肢の検診）について、体育科の先生たちと意見交換をしました。実際に意味のある検診になるのか、小学校から高校まで毎年全学年同じ項目で果たしていいのか、など問題もあり……。その中でスポーツ障害にならない運動の仕方や不調を我慢させないなど、「予防が大事」という意見や、実際に根室の中学生は運動器検診で精検を受け、ドクターストップとなった例など出されました。今後も健康診断の中での運動器検診については、引き続き交流し考えていきましょう。小岸先生のレポートの後、分散会となり、学校保健の分科会となりました。二日間の道教組の先生方のレポートと討論について簡単にご報告いたします。



運動器検診について。小岸先生

「たくさんのことを伝えるために ～小規模校での保健指導の実践のまとめ～」

小宮 実華先生 （利尻町立仙法志小学校）

利尻町の子どもたちはう歯保有率が高く、小宮先生がH24年度から5年間、保健指導特に歯の指導を重点的に行ってきたそのレポートです。全学年（各学級1時間）の歯の保健指導、朝会での10分間指導、性教育、健康相談など、年々内容が充実し積み重なっている様子がわかります。また、委員会活動とも連動し、歯磨きに対する意識づけを日常化へとつなげていっています。子どもたちは歯の保健指導後は、取り組みにも熱心だが、時間が経つと元に戻ってしまうので、意識づけを切らさないように根気強く指導していきたいと小宮先生。やって終わりではなく、続けさせる意識、まさにここが保健指導の原点だと思います。養護教諭のその願いが、毎年の保健指導の積み重ねになっているのを感じ取れます。今回共研者を引き受けてくださった野口先生から、エネルギーのある若い先生の実践は、どんどん前向きにすすめてほしい、歯磨き指導は永遠の課題だが、めげずに進んでほしいとエールが送られました。小宮先生は、今回合研に参加したいと、手を挙げての参加だったそうです。すてきです！



共研者の野口先生
同じく高松先生



「保健室来室の実態からケガ予防を考える」

和田千鶴子先生（稚内市立潮見が丘小学校）

潮見が丘小学校ではケガが多い実態があり、今年度は昨年度よりもまた増加したことから、学校としてどういう取り組みをしたらいいのか思案中と和田先生。和田先生が保健室で子どもと対応して気になることとして、休日の生活リズムの乱れや少年団活動など、休みの日にしっかり休めておらず寝不足の子が多いことや、しっかり食べていないこと、少しの傷や痛みを気にして何かをしてもらわないと気がすまない子が多いこと、すぐ逆上するなどの最近の子どもの実態が話されました。どこの地域・学校でも同じような状況があり、何が子どものからだに起こっているのか、このレポートをきっかけとして、様々な意見が出されました。何年も前から言われていることであるが、外遊びが少なくなったことで、脳の前頭葉が十分発達していないのではないかということ、周辺を注意するための目の動き（動体視力）など視力検査ではわからない目の力がついていないのではないか、体の使い方のぎこちなさなど発達面での問題が出されました。また、スマホの問題として、スマホのブルーライトが目が悪影響を及ぼすこと、LED照明等も同様に悪影響を及ぼすことが出されました。子どものメンタル面についても、睡眠不足からくる不注意感・行事前のハイテンションなど、発達面・生活環境・メンタルなど多面的に危惧されることが出されました。保健室から子どものからだのおかしさを発信していくことの重要性和、子どものからだの発達を促すという点で、学校だけでなく地域も巻き込んだ取り組みが必要ではないかと発言が続きました。



「子どもたちの成長と幸せを願って・・・」

～父母参観日の取り組みから～

笹谷 亜紀子先生（厚沢部町立館小学校）

年4回の参観日（4月、7月、12月、2月）には、全体懇談で笹谷先生から子育て中のお母さんたちへのお話があります。お話のテーマは、最近の子ども達の様子からの内容だったり、今困っているお母さんへの応援メッセージだったり、笹谷先生が講演で聴きお母さん達にも聴かせたいと感じた内容だったり・・・体験したことや聴いたことを先生ご自身の言葉で書くとのことでした。「参観日には保健室からの話」の取り組みは7年間にも及び、学校全体に定着しています。お母さん達と教職員と共に子ども達を育てたいとの願いがしっかりと伝わっているからでしょう。保護者向けお便りは、見やすく親しみのある手書きで、科学的な知識&子どもの気持ち&子育て応援メッセージが、やさしくさりげなく織り交ぜられています。押しつけない笹谷先生のお話は、きっとお母さん達の心に穏やかに染みわたっていつていることと思います。

「保護者に話すときはお母さんたちが自分の娘のよう・・・」「先生と保護者が子どものことを語り合うお手伝いが少しでも出来たらいいなあ～」と、話す笹谷先生。「温かいお人柄が、学校全体を創っていつているのでは？」とは共研者の高松先生から。すばらしい実践を学ばせていただきました。



★スマホやLED ～ブルーライトが目 に悪いわけ～

ブルーライトは光のエネルギー量が紫外線について多いため、長時間見続けた場合は「眼精疲労」や「目の痛み」を感じやすくなります。ブルーライトによる影響は大人よりも子どもに出やすいと言われていています。子どもの眼球は水晶体の濁りが少なく、光の透過性が高いことが理由です。網膜障害や失明にもつながるリスクがあるそう・・・。またブルーライトを夜長時間浴びると、不眠の原因にもなるそうです。

「町ぐるみの歯科保健の取組」

鈴木 紀子先生 (厚沢部町立厚沢部小学校)



「歯・口の健康づくり推進指定校」を受け、歯科医・歯科衛生士とともに歯科保健に重点的に取り組んでいる実践をまとめた鈴木先生のレポートです。歯科衛生士によるブラッシング指導は H16 年から始められており、今では町内のすべての小中学校で実施されていて、現在の子どもたちが親世代になるときまで、う歯予防の意識を持たせたいとの願いですと続けられています。鈴木先生より、指定を受けると予算がつくため、指導もより手厚く出来るようになり、むし歯菌・歯周病菌を見ることのできる「位相差顕微鏡」を購入することが出来たと話がありました。厚沢部町の実態として、う歯保有の二極化がおきており、保有する子は、一人で複数本保有し、親の生活習慣も子どものむし歯に関連しているとの実態が話されました。レポートには、小中学校のう歯罹患率のデータが H15 年度分から載せられており、数年前からフッ化物洗口をしている学校でも、う歯の罹患が多いことがわかりました。またブラッシング指導を継続している小学校・中学校のう歯罹患率が、フッ化物洗口をしなくとも、減少している事実がわかりました。フッ化物洗口を実施しているある地域で、フッ化物に子どもが頼りすぎているのか、ブラッシングが不十分で、歯科検診で歯垢の付着・歯肉にチェックのつく子が多いなど意見も出されています。歯科保健を丁寧にすすめていくことが、将来の歯周病予防につながり、歯を守ることになるのではないかと認識で一致しました。共研者の高松先生、野口先生から、養教部としても、フッ化物前後のう歯の実態を広く集計し、データ化して経年的に見ていくことの必要性が話されました。継続的な働きかけが、良い変化を生むことを鈴木先生のレポートから学びました。



今年は、雪で足下も視界も悪く大変でしたね。みなさん無事に戻られましたか？
今年もやっぱり参加して良かったと思えた合研。煮詰まった感覚に空気がすうっと入っていくようです。スマホのこと、勉強になりました。早速保護者向け資料に載せました～。野口先生、共研者お引き受け頂きありがとうございました！皆さんまた、来年お会いしましょう！

第 39 回養護教諭研修講座

とき H29. 1. 10 (火)

ところ 札幌医科大学 講堂

申し込み 12 / 12 (月)

入金締切 12 / 16 (金)



