

# 平成28年度第2回 学校保健委員会



平成29年2月14日（火）午後4：15～ 校長室

# 会の順序

開会のことば（教頭）

報告（養護教諭）

1 第1回目学校保健委員会課題対策評価

①肥満傾向生徒対策

②適正な睡眠時間の確保

2 保健室来室状況と欠席状況

協議（議長：保健主事）

1 平成29年度 学校保健重点目標

各学年会から報告から

2 来年度保健行事について

①健康診断日程

②思春期保健講座について

ご指導

1 教頭先生

2 校長先生

閉会のことば（教頭）

※出席予定者

校長・教頭・教務・保健主事・生徒指導主事・学年主任・生徒会体育部・養護教諭



# 第1回学校保健委員会課題対策事項（目標：役割ごとにできることから共通実践）

## 1 肥満傾向生徒対策（目標：体重の現状維持を目指して）

### ○該当生徒への指導

- ①学級担任：給食時のおかわり制限。登下校時の徒歩通学の奨励。昼休みの運動奨励
- ②部活動顧問：特設駅伝部入部奨励。部活動の中で運動量が増える練習メニューの実践
- ③生徒会：運動する場の設定→昼休み体育館開放してリズム体操を実施する（案）
- ④養護教諭：肥満度30%以上受診勧奨（既に実施）・適正な体重管理についての学習会の実施

（プライバシー考慮）・個人体重管理ファイル作成（定期的に体重測定実施）

### ○全体指導

- ①学級担任：学級における食に関する指導をはじめ望ましい生活習慣に関する指導の充実。  
自分手帳の活用→月1回生活習慣チェック時に声掛け
- ②体育科担当：楽しく積極的に体を動かす運動の実践。保健分野3年「病気の予防」生活習慣病に関わる部分  
について養護教諭とTTの授業実践

### ○家庭への啓発

- ①学級担任・部活顧問：日常の家庭連絡の時に継続的に話題にする。自分手帳の活用
- ②養護教諭：記録累積と生活習慣を分析し、課題解決のための保健指導を実施→担任との協働  
生活習慣に関する学習会を計画・運営・実施→学校医等専門機関等の監修を受けて

## 2 適正な睡眠時間確保対策（目標：授業中眠くならない生徒を目指して→学力向上）

### ○指導

- ①学級担任・教科担任：授業中、寝てしまう生徒の状況とその生活習慣の把握。養護教諭が作成した資料に基づく指導の実践。
- ②養護教諭：睡眠に関する学習会の開催の計画・実践。担任が指導に活用できる資料の作成。
- ③生徒保健常任委員会：睡眠に対する啓発紙芝居の実践。

### ※5・6校時に睡魔に襲われる生徒が70%以上いるという結果から昼休みの過ごし方→10分間昼寝を実践（案）

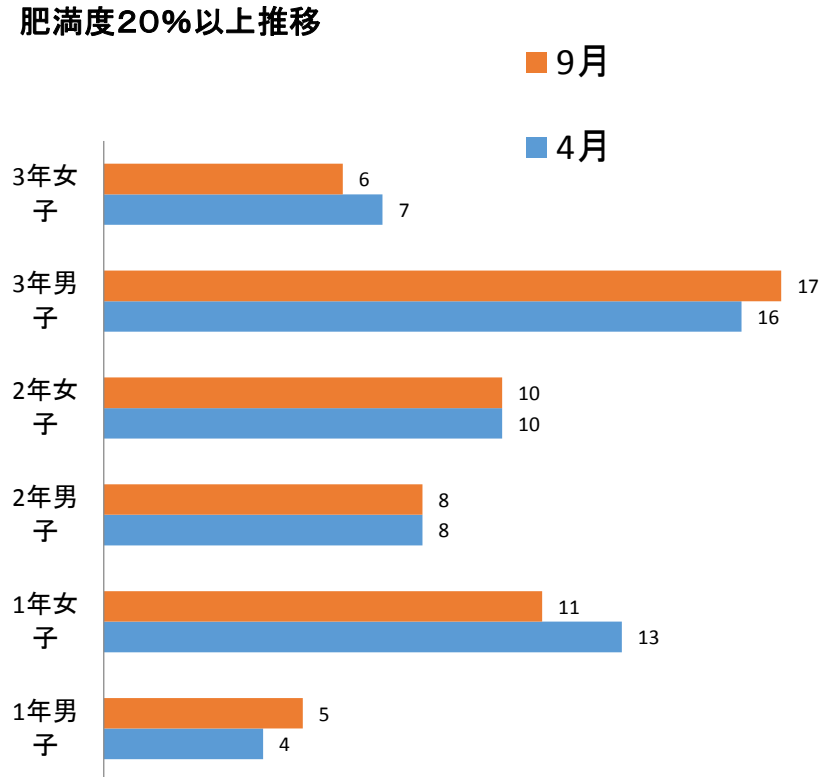
- 家庭への啓発・・・色々な立場から機会をとらえて情報を発信
- ①学級担任：学級通信など機会をとらえ睡眠の大切さについて発信。
- ②養護教諭：保健だよりやおたよりなどで睡眠の大切さについて発信。
- ③現職教育：学力向上と睡眠の関係について情報発信。
- ④管理職：学校だよりやHPで情報発信。



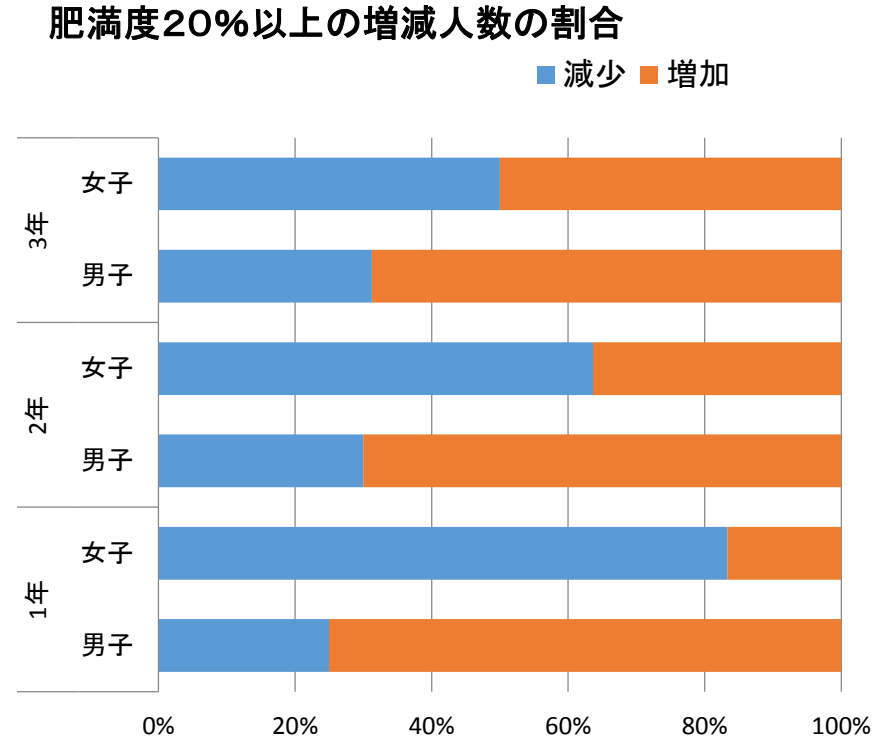
※一部分は学校保健委員会後取り組んだ内容

# 肥満傾向生徒 (肥満度20%以上) 対策 (4月・9月の比較)

肥満度の推移 (人数)



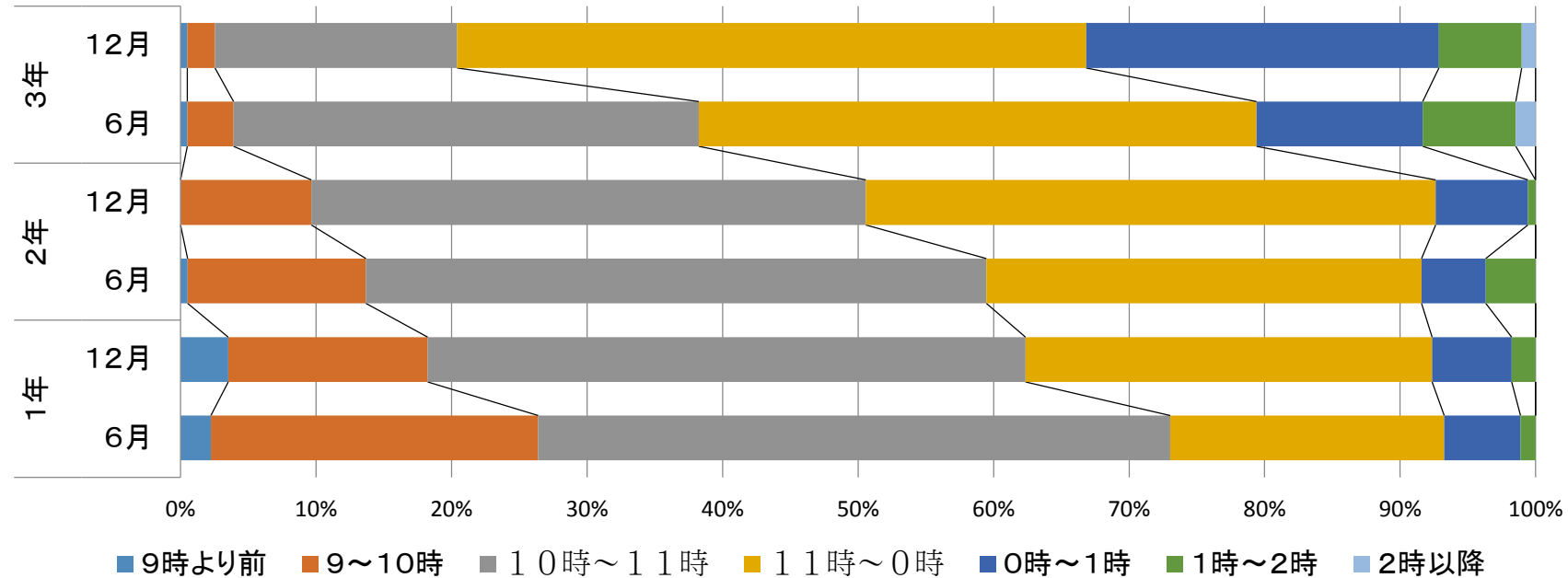
肥満度増減推移 (人数)



男子に比べて女子減少傾向。  
 武道 (柔道・剣道) 部・文化部・帰宅部増加傾向。  
 3年男子増加傾向。

# 適正な睡眠時間の確保

## 平日の就寝時刻



### 0時までの就寝の割合

6月：1年93.4% 2年91.6% 3年79.4% 全体87.8%

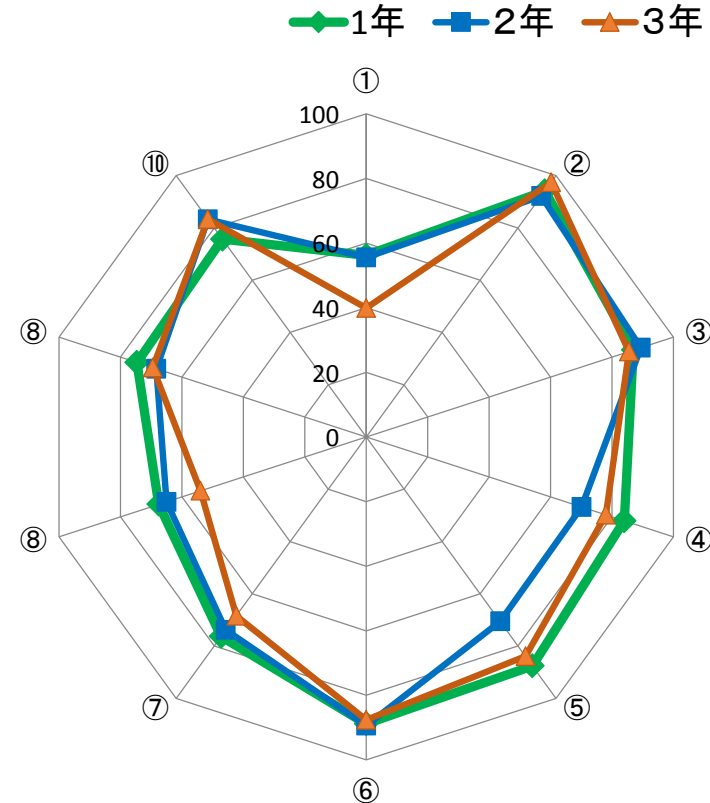
1月：1年92.4% 2年92.1% 3年66.8% **全体83.1%**

1時以降に寝る生徒は減少したが、就寝時刻は全体的に遅くなっている。特に3年生は受験勉強や通塾のため遅くまで起きている。日中の授業中の眠気が強い理由もうかがえる。

# 健康生活反省アンケート (2/8実施)

- ①早寝・早起きができた50.2% (H27 70.7%)
- ②朝・夜の歯みがきを毎日した94.6% (H27 99.0%)
- ③大きな病気やけがをしなかった87.3% (H27 88.8%)
- ④インフルエンザ・感染性胃腸炎等の感染症にかからなかった。78% (H27 85.9%)
- ⑤うがい・手洗いをこまめにした。86.0% (H27 88.2%)
- ⑥朝食は毎日食べて登校した。88.6% (H27 86.2%)
- ⑦ハンカチ・ちり紙は毎日持参した72.7% (H27 77.%)
- ⑧爪は1週間に1回必ず切った 61.8% (H27 66.3%)
- ⑨気持ちのいい挨拶ができた 70.7% (H27 77.7%)
- ⑩毎日楽しく健康に過ごせた 81.0% (H27 89.4%)

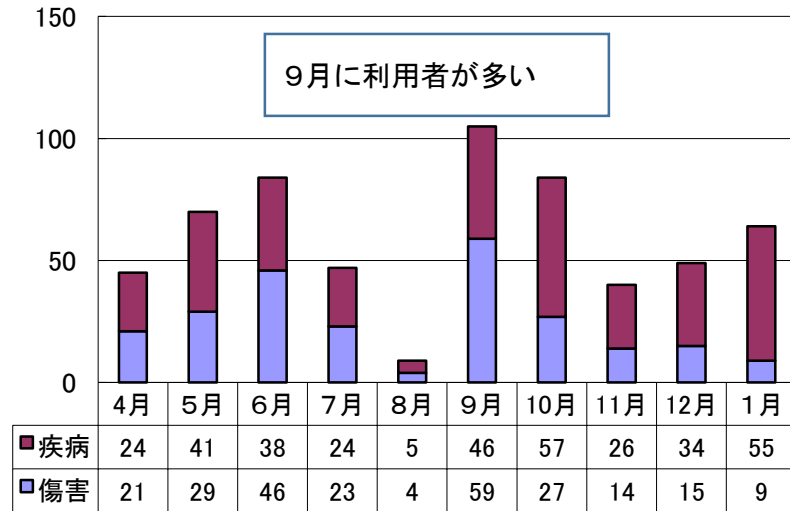
## 29年度学年別



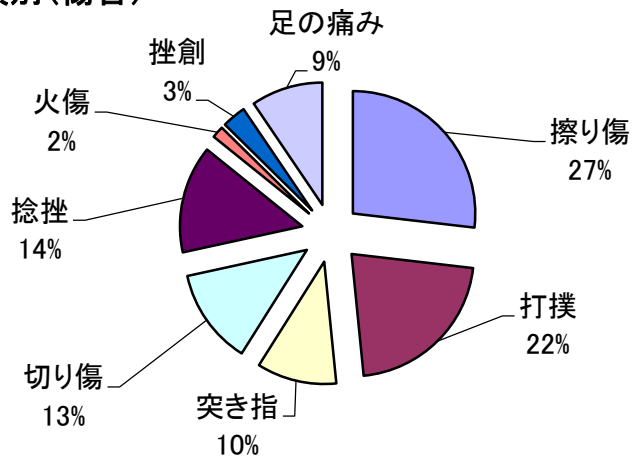
どの学年も、早寝・早起きができない。年々就寝時刻が遅くなってきている。  
朝食も毎朝食べる生徒は90%以下である。  
2年生の手洗い・うがいができていない→、感染症にも多くかかっていた。  
3年生の爪切りに状況が悪い。体育などで、爪が長いために、起こるけもあるので、授業前に注意を呼びかけるようにしたい。

# 保健室来室状況(4~1月)

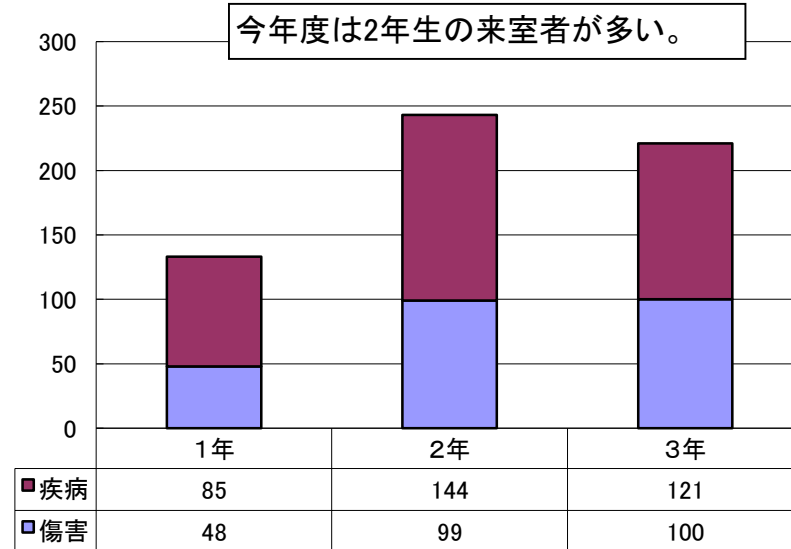
## ①月別利用状況



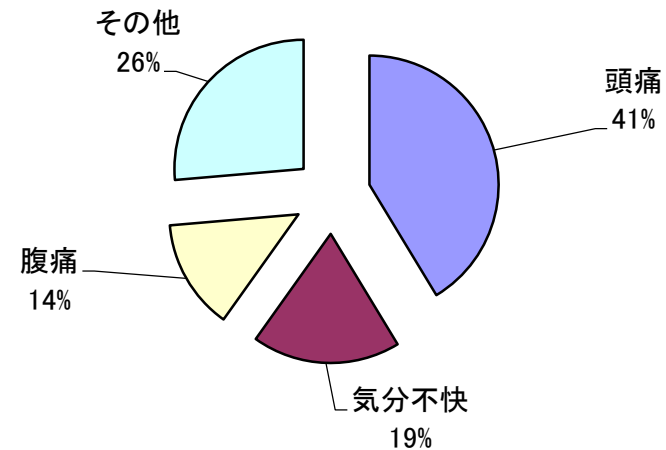
## ③種類別(傷害)



## ②学年別利用状況



## ④種類別(疾病)



**1 月別**では9月に利用者が多かった。傷害は9月（体育祭）で疾病は10月に体調を崩す生徒が多く、1月はインフルエンザによる頭痛や倦怠感を訴える生徒が多かった。9月は夏休み明けで生活の乱れからの体調不良者が多い。

**2 学年別**では、2年が一番多く利用していた。

けがでは、授業中（技術・美術）での切り傷、病気は頭痛や不快を訴える生徒が多い。就寝時刻が遅い生徒が多い。

**3 曜日別**では、全体では傷害も疾病も水曜日に多い。

水曜日に起こる傷害発生率 26.7% 疾病 22.9% 傷害は日課表（保健体育授業と）の関連性がある。

**4 種類別（傷害）**では、

①打撲・・・9・10月でグラウンド・体育館の他教室での負傷が多い。場合では昼休み等の休み時間・保健体育の授業中多い。

②擦り傷・・・9月の保体の時間に多かった。体育祭の練習と関連がある。

③突き指・・・6月（バレー）と今後のバスケットのシーズンに増加。

保健体育で突き指をした人数1年6人・2年4人・3年10人 合計20人1月末(H26年度37人2月末) 3年生が特に多い。2月のバスケケットボールシーズンはカウントしていないので今後増加予定。

④捻挫・・・12月に多く発生していた。

※授業中のけが件数 1年14件 2年37件 3年30件 合計81件・・・(H27年度125件・H26年度213件)→減少

授業別：保健体育 55件 67.9% (H27年度68%・H26年度70%) 微減。

※家庭科：1年生 包丁による切り傷 1↓ 技術科：2年生 鉋による切り傷4件↓ (H27年度4件・H26年度11件)

3年生 半田ごてによる火傷0件↓ (H27・28年度8件)・美術科：2年生彫刻刀による切り傷10件↑

理科：2年生バーナー・熱した試験管による火傷2件↑

できるだけ事前指導で減少させたいが、受診するほどのけがはなかった。

**5 種類別（疾病）**

①頭痛・・・10・1月に多い。発熱・感染症によるもの・生活習慣に起因するもののほか片頭痛や緊張性頭痛を訴える生徒もいる。

②腹痛・・・6・10・11月に多い。便秘による腹痛者増加。月経痛による腹痛者は服薬なので自己コントロールできるようになった。

精神的不安定な時は腹痛を訴える場合が多い。

②不快・・・9・12に多い。睡眠不足・疲れによるもの・朝食欠食による生活習慣が原因となるものも多い。

※睡眠不足の原因は、スマホによるものが多い。→今後の課題

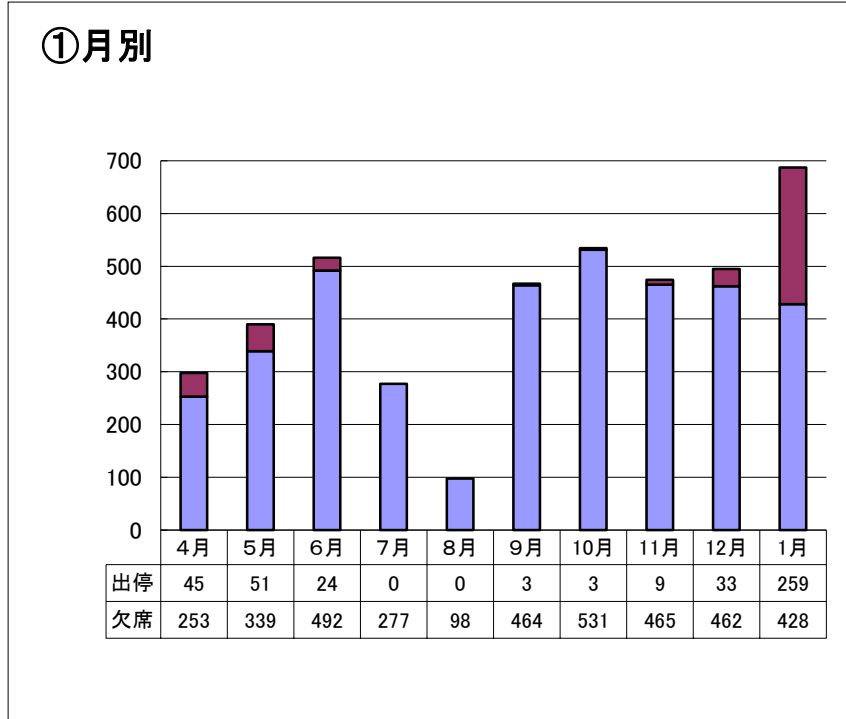
**6 場合別**では、昼休みに多く、授業では3校時・4校時の授業中に多い。

**来年度も保健体育や部活前の運動前の準備体操を継続的に行うこと。**

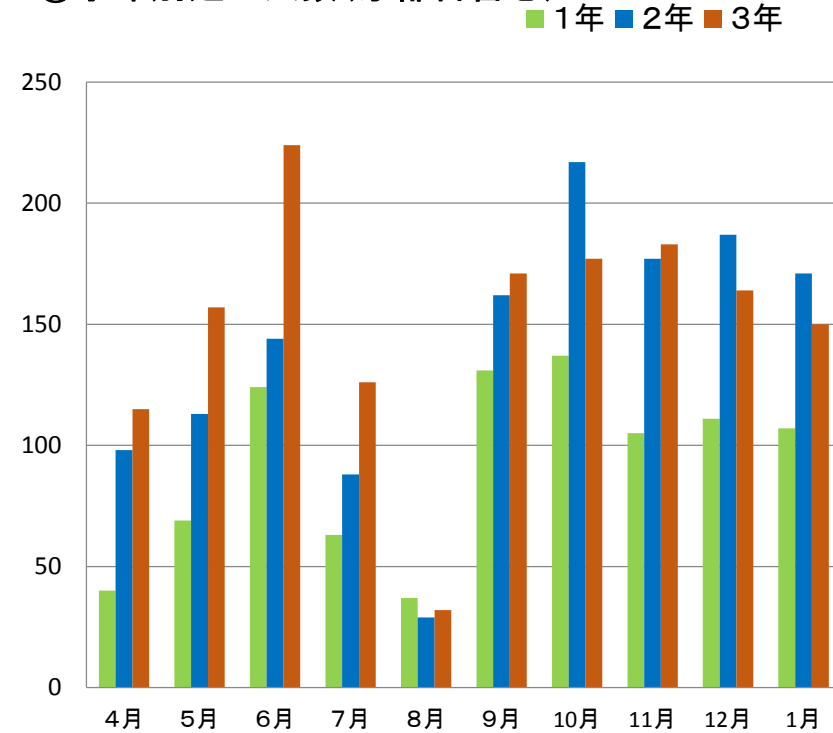
**授業中のけがを防止するために、刃物や火や熱いものを取り扱う時には事前の注意喚起に努めたい。**



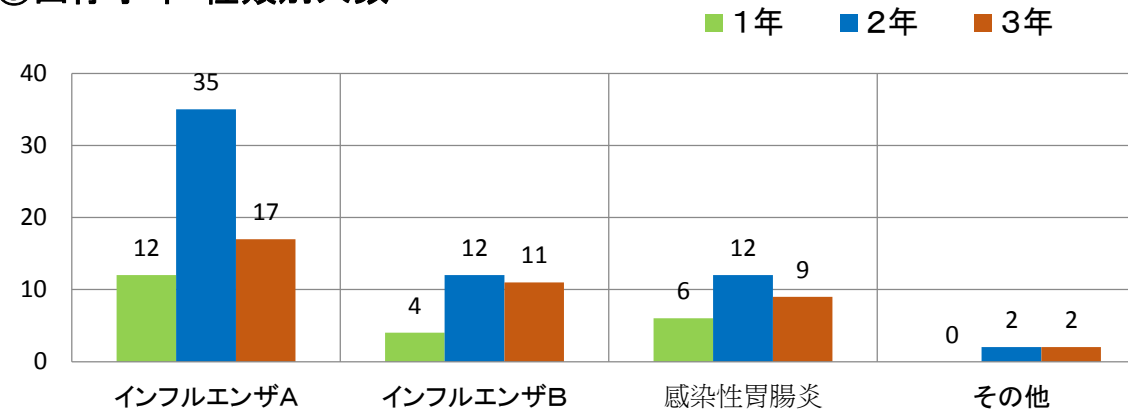
# 欠席状況 (4～1月)



## ②学年別延べ人数(家都合含む)



## ③出停学年・種類別人数



1 **月別**では、6月（のべ492人）11月（のべ465人）9月（のべ464人）で多く、出席停止は1月（のべ259人）でインフルエンザAが、5月（のべ51人）インフルエンザBが多かった。

2 **曜日別**では、火曜日に多かった。

3 **欠席理由**は、不登校による家都合が多く（のべ2541人）H26年度(2月まで)よりのべ314人増加。不登校傾向初期の理由にもなる体調不良（のべ275人）・発熱（のべ344人）・かぜ（のべ213人）が多い。発熱。風邪等理由がはっきりとしている病欠はH27年度並み。

年間（1月まで）欠席総数10日以上生徒は48人（H27年度 58人・H26年度47人）いる。

4 **学年別**では欠席率1年2.10% 2年2.99% 3年3.00%

**6・9・10・11月に欠席が増える傾向にあるので注意したい。（H27年度同じ）**

○出席停止をした疾病

インフルエンザA 64人（発症率10.9%）インフルエンザB 27人 H27年度 49人発症率7.9%・H26年度10.2% 感染性胃腸炎 27人 H27年度27人→毎年罹患する生徒も多い。

その他の感染症として、流行性角結膜炎1人・溶連菌感染症1人・流行性耳下腺炎1人・インフル疑い5人。インフルエンザBは5月～6月に多く、インフルエンザAは1月に59人が罹患した。特定学級で多数発生。クラスから部活生徒へ感染した。2年生に罹患者が多かった。

**感染症については、全職員で共通実践の予防を実施する事で、罹患率低下につながっている。**

**※体調が悪くてもとりあえず学校に登校する生徒がいるので、自分の体としっかり向き合っ、判断できる能力を育成したい。**

# (1学年) 健康課題



- 肥満傾向生徒が多い



来年度に向けてその解決方法は・・・  
いつ・誰が・どこでどのような方法で実行すれば解決できますか？



肥満傾向生徒対策	
いつ	保健体育の授業 家庭科・学級活動
誰が	保健体育教科担任 家庭科教科担任 学級担任
方法	保健体育時での運動量の確保 家庭科・学級活動における食育の充実

## (2学年) 健康課題



### ●生活習慣の乱れ

(就寝時刻の遅さ)



来年度に向けてその解決方法は・・・  
いつ・誰が・どこでどのような方法で実行すれば解決できますか？



#### 適正な睡眠時間の確保

いつ	保健体育保健分野 学級活動・学年懇談・学級懇談 講演
誰が	保健体育教科担任・学級担任・学年主任 保護者 講師
方法	保健体育保健分野で学んだ知識を生活の中に生かせるようにする 学級担任による継続的な指導・学年会 保護者へ協力依頼

## (3学年) 健康課題



- 1 肥満傾向生徒が多い
- 2 けがが多い



来年度に向けてその解決方法は・・・  
いつ・誰が・どこでどのような方法で実行すれば解決できますか？



1 生活習慣の改善		2 けがの防止	
いつ	新年度当初から年間を通して定期的に指導を実施	いつ	日常的に実施
誰が	学校 (授業・学活を中心に全ての教育活動) 家庭・本人	誰が	学校 (担任・教科担任) → 共通実践 本人 → 指導を実践化
方法	○発育測定を定期的の実施し、記録を行い体重の目標数値を立てチェックする → 自分手帳活用 ○栄養のバランスも考え、適正な食事がとれるよう指導する (家庭科と保健体育との連動) → 全職員で共通実践	方法	○正しい姿勢で生活させる (座位・立位) ○保健体育科の授業の中で、正しい体の使い方・運動の仕方を指導する ○刃物や火を扱う授業の前に継続的に使い方を指導する。

# 平一中 健康課題



- 1 肥満傾向生徒が多い
- 2 就寝時刻が遅く、適正な睡眠時間が確保できていない



来年度に向けてその解決方法は・・・  
いつ・誰が・どこでどのような方法で実行すれば解決できますか？



1 肥満傾向生徒対策		2 適正な睡眠時間の確保	
いつ	授業（保健体育・家庭科・学活など） 健康診断 発育測定（年4回）	いつ	日常的に実施
誰が	担任・教科担任・養護教諭を含む全職員 保護者 生徒	誰が	全教職員 保護者 生徒
方法	○定期的な発育測定 ○自分手帳の活用 ○食育の充実 ○授業で得た知識の実践化	方法	○就寝時刻・起床時刻の目標数値を決める （11時就寝・6時起床） ○昼寝時間の設置 ○ノーメディアデーの設置

# 平成29年度健康診断日程 (2/10現在)

## <身体測定日程(学年で計画実施)>

### <学校医による健康診断日程>

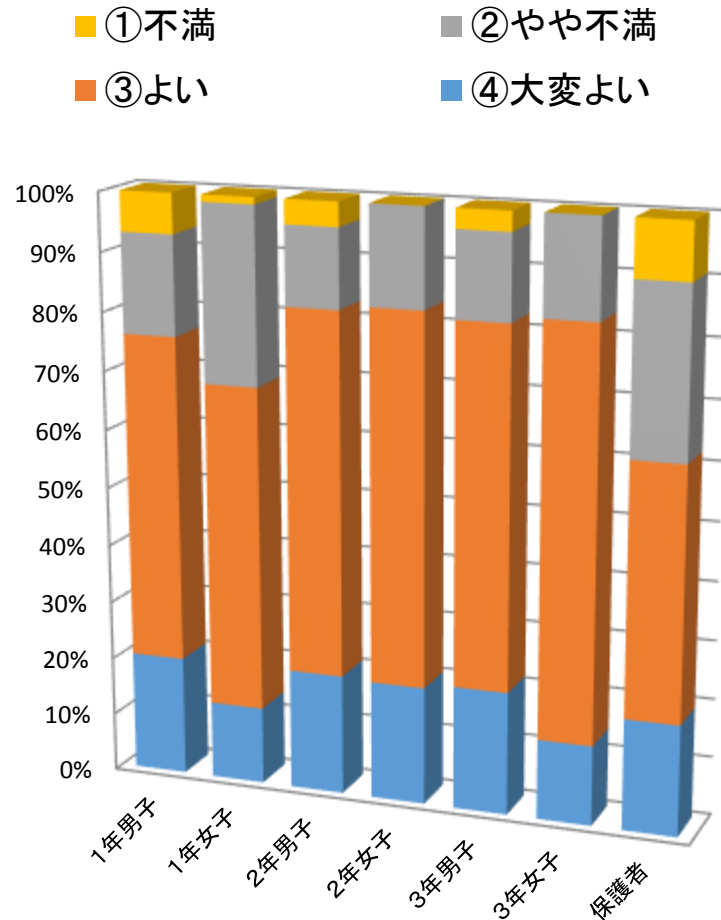
月	日	曜	時間	項目	対象者	場所・その他
5	22	月	13:00~	内科健診	1年生	中野Dr. (女子)
				結核健康診断・四肢の状態を含む		渡邊Dr. (男子)
5	23	水	13:00~	内科健診	2年生	中野Dr. (女子)
				結核健康診断・四肢の状態を含む		渡邊Dr. (男子)
5	24	金	13:00~	内科健診	3年生	中野Dr. (女子)
				結核健康診断・四肢の状態を含む		渡邊Dr. (男子)
4	27	木	13:30~	眼科検診	1・2・3年生全員	柔剣道場室 清水Dr. 全校で1時間
6	29	木	8:30~	歯科検診(結果通知に学年、組、番号、氏名を記載準備)	1・2・3年生全員	柔剣道場室
				歯科協力医2名が参加予定		中山Dr. 1学級20~30分程度
5	11	木	9:10~	耳鼻科検診(H28年度新事業)	1年生	第一理科室 大田Dr.

月	日	曜	時間	項目	対象者	場所・その他
4	20	木	1・2校時	身体測定	1年生	柔剣道場室
				身長・体重・視力・聴力測定		スタジオ(聴力) 学年の計画で実施
4	21	金	1・2校時	身体測定	2年生	柔剣道場室
				身長・体重・視力測定		学年の計画で実施
4	25	火	1・2校時	身体測定	3年生	柔剣道場室
				身長・体重・視力・聴力測定		スタジオ(聴力) 学年の計画で実施
4			放課後・昼休み	色覚検査	1年希望者	4月10日希望書配付13日回収

未定  
 尿検査(全員)  
 貧血検査(2年・前年度要精密検査者)  
 心電図検診(1年全員・希望者)

# 思春期保健講座

## H28思春期保健講座満足度 (2.9点/4)

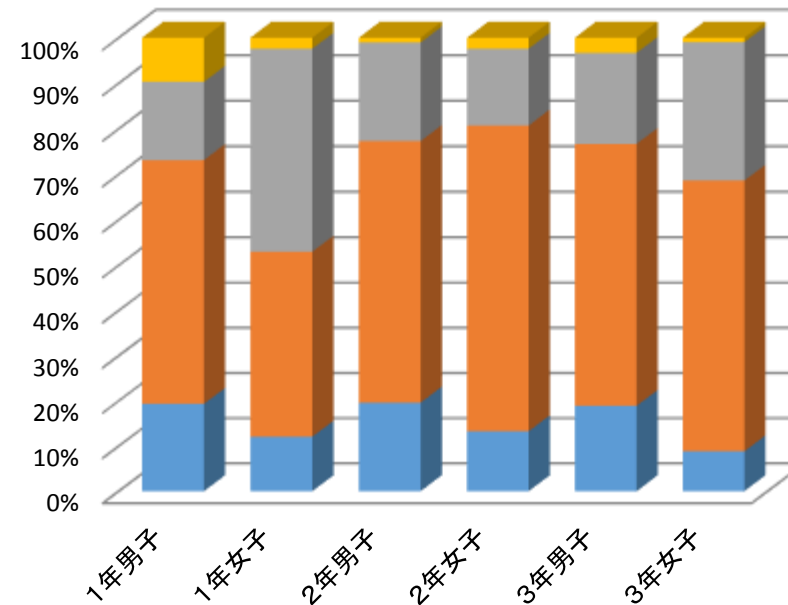


## ●感想から

- ・放送設備の不具合で、後ろの席はよく聞こえず残念という意見が多かった（保護者からも多数）
- ・話だけでなく、映像があった方がわかりやすいという意見が多かった。
- ・家庭で話すきっかけになったという保護者の意見もあり、来年度は参観日等で多くの保護者が参加できるように考えたい

## 講演の内容 (理解度 2.2点/4)

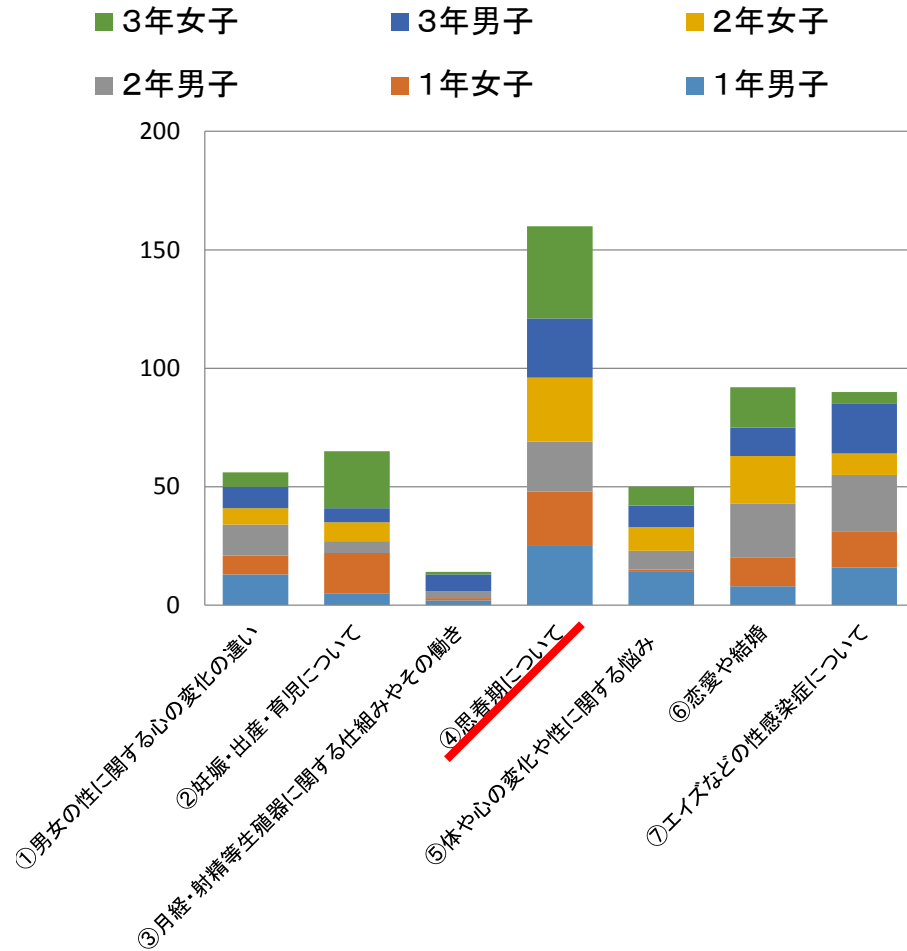
- ④よくわかった      ■ ③だいたいわかった  
■ ②よくわからなかった      ■ ①全くわからなかった



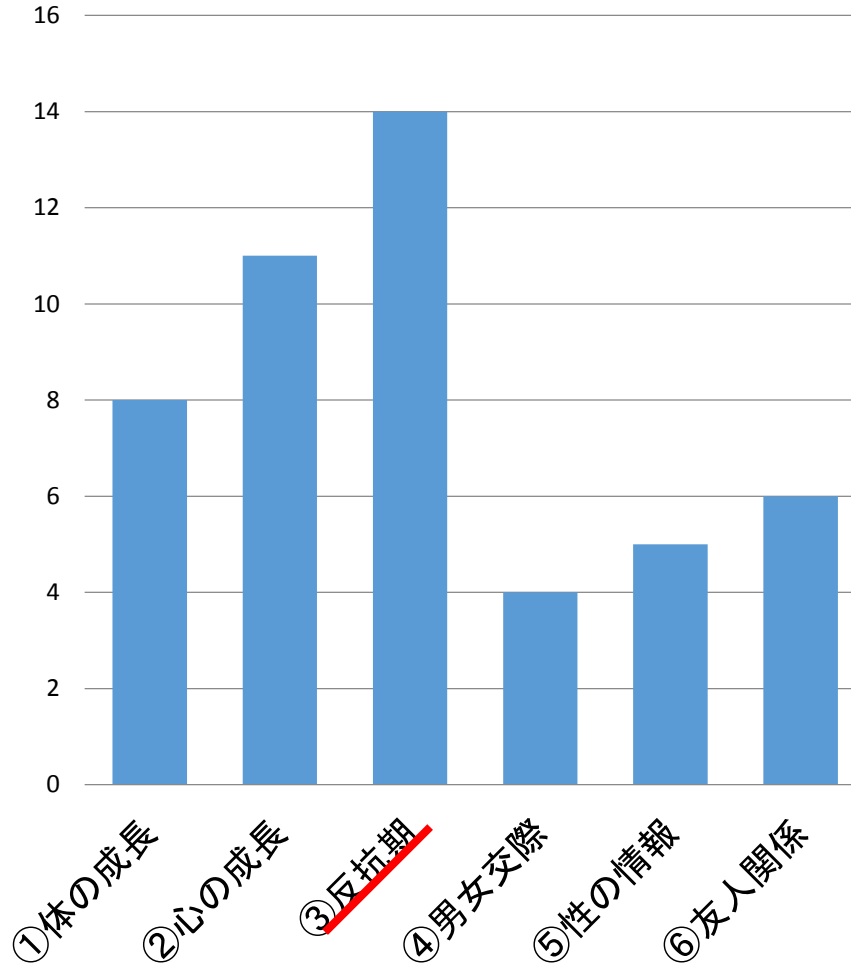


# 生徒今後知りたい内容

- ①思春期について
- ②恋愛・結婚
- ③エイズ等の性感染症



# 保護者の聞きたい講演内容 (複数回答21人)



◎ 次年度の日程・内容 (予定)  
 日程：7月7日(金) 授業参観日      内容：思春期の心や体の変化に関する内容