

令和7年度

学校保健委員会



品川区立伊藤小学校

令和8年3月 紙面開催

目 次

I. 学校保健委員会とは

II. 令和7年度定期健康診断と環境衛生検査結果

- ① 発育測定
- ② 内科検診
- ③ 視力検査
- ④ 眼科検診
- ⑤ 耳鼻科検診
- ⑥ 歯科検診
- ⑦ 環境衛生検査

III. 来室統計、欠席状況、出席停止数について

IV. 児童保健委員会の活動内容

V. 保健指導について

I. 学校保健委員会とは

(1) 法的根拠

平成 20 年 1 月の中央教育審議会答申「子どもの心身の健康を守り、安全・安心を確保するために学校全体としての取組を進めるための方策について」で学校保健委員会は、学校における健康に関する課題を研究協議し、健康づくりを推進するための組織である。学校保健委員会は、校長、養護教諭・栄養教諭・学校栄養職員などの教職員、学校医、学校歯科医、学校薬剤師、保護者、児童生徒、地域の保健関係機関の代表などを主な委員とし、保健主事が中心となって、運営されることとされている。学校保健委員会を通じて、学校内の保健活動の中心として機能するだけでなく、学校、家庭、地域の関係機関などの連携による効果的な学校保健活動を展開することが可能になることから、その活性化を図っていくことが必要であると述べられている。

(2) 学校保健委員会とは

学校における健康問題を協議し、健康づくりを推進する組織のことである。様々な健康問題に適切に対処するため、家庭・地域社会等の教育力を充実する観点から、学校と家庭、地域社会を結ぶ組織として学校保健委員会を機能させることが求められている。

(3) 本校の運営方針

① 運営方針

児童の抱えている健康問題を把握し、健康問題を解決する方法について地域、家庭と連携して研究協議する会であり、年 1 回開催を原則とする。

② 学校の教育目標との関わり

教育目標 「よく考える子」「人を思いやる子」「健康で粘り強い子」

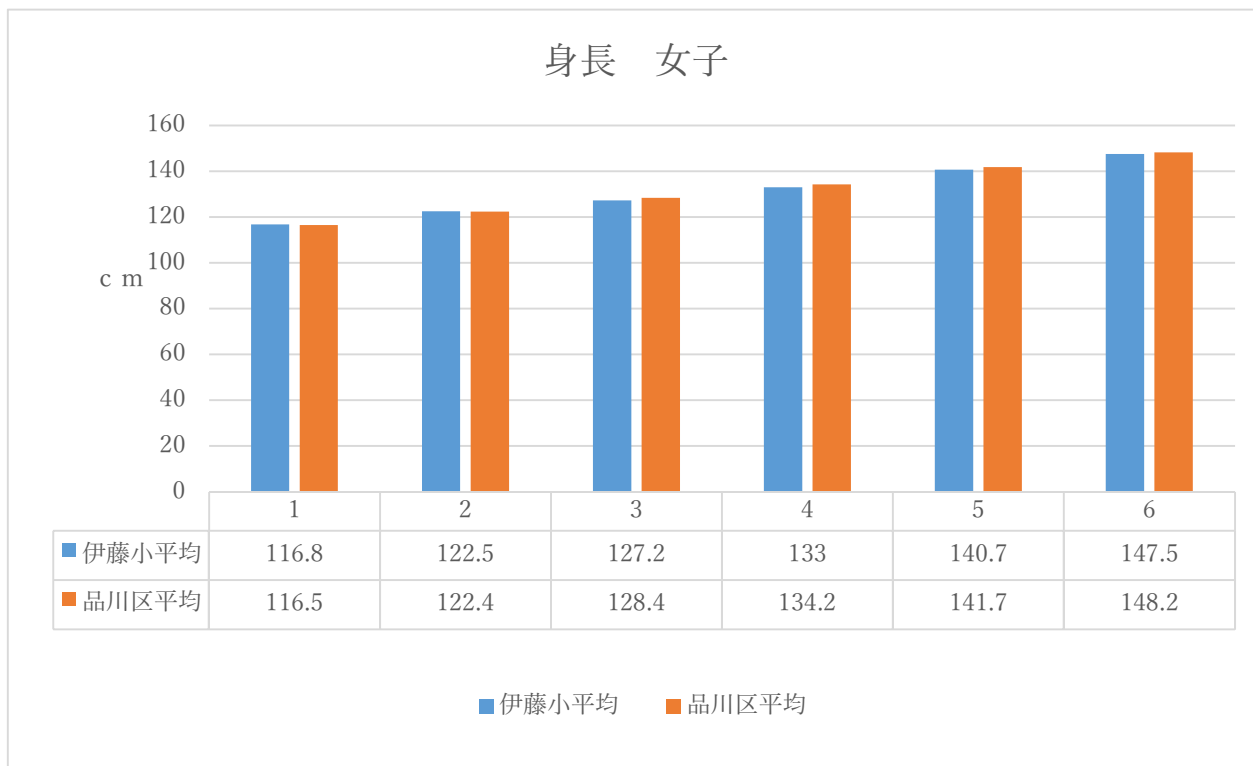
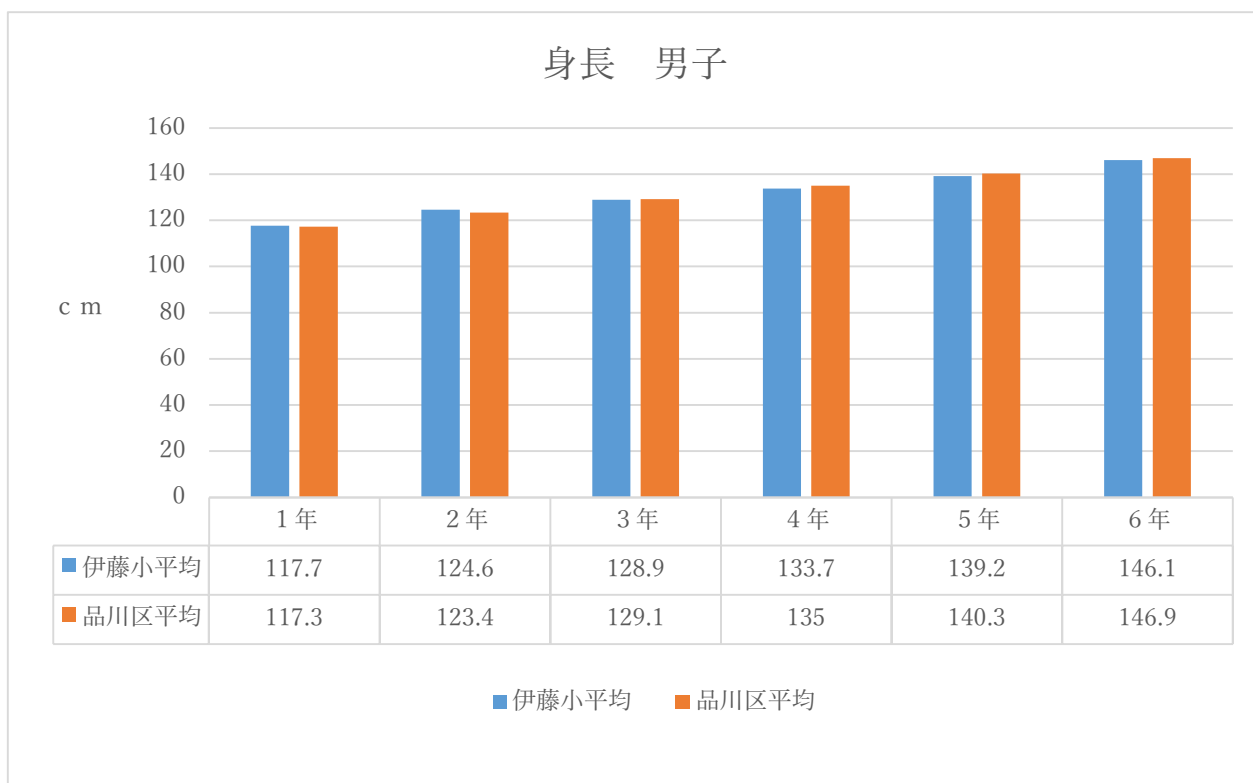
子どもたちが自分で健康問題を解決して、健康で明るい毎日を送るための支援を家庭・地域と学校とが連携して行っていく。

③ 運営組織

校長・養護教諭・保健主任・体育主任・栄養士・学校医・学校歯科医・学校薬剤師

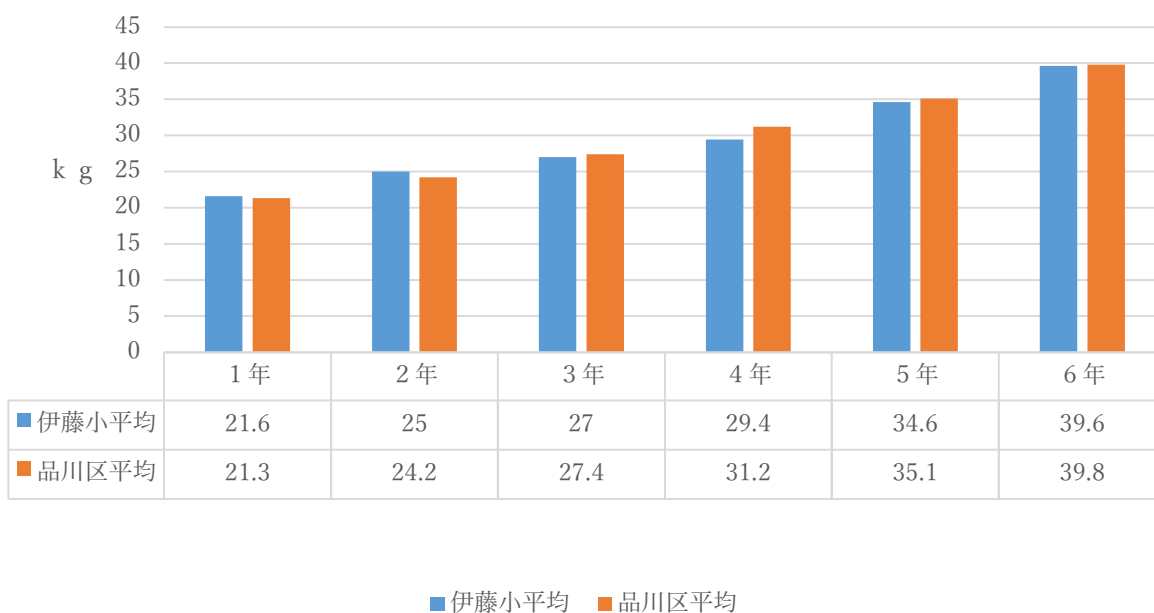
Ⅱ. 令和7年度定期健康診断結果

① 発育測定 ※毎学期に1回実施しており、本データは1学期の結果である。

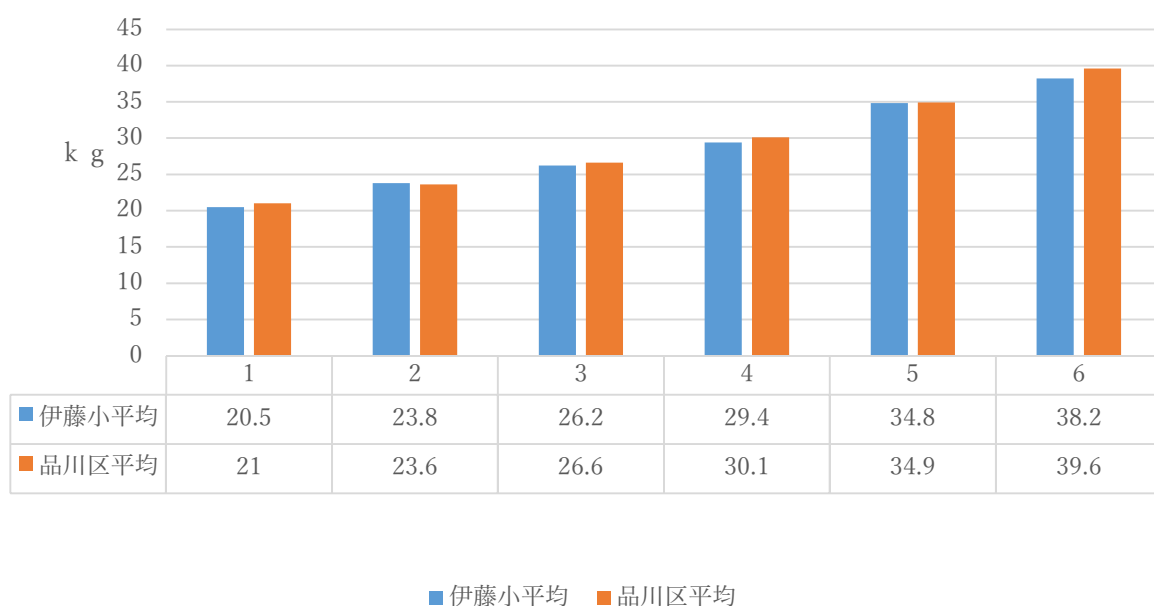


*男女ともに品川区の平均値と差はあまりないが、1年生と2年生は品川区の平均を上回り、3年生～6年生は品川区の平均値を下回る結果となっている。

体重 男子



体重 女子



* 体重も身長と同様、男女ともに品川区の平均値と差はあまりないが、1年生男子と2年生は品川区の平均値を上回り、1年生女子と3年生～6年生は品川区の平均値を下回る結果となっている。

* 身長、体重ともにどの学年も大きな増減は見られなかったが、2学期、3学期の発育測定時には、体重が大幅に増加している児童がおり、長期休業中の生活リズムや食事、運動不足等が関係していると思われる。長期休業前には、生活習慣について保健だよりや学級等で啓発している。

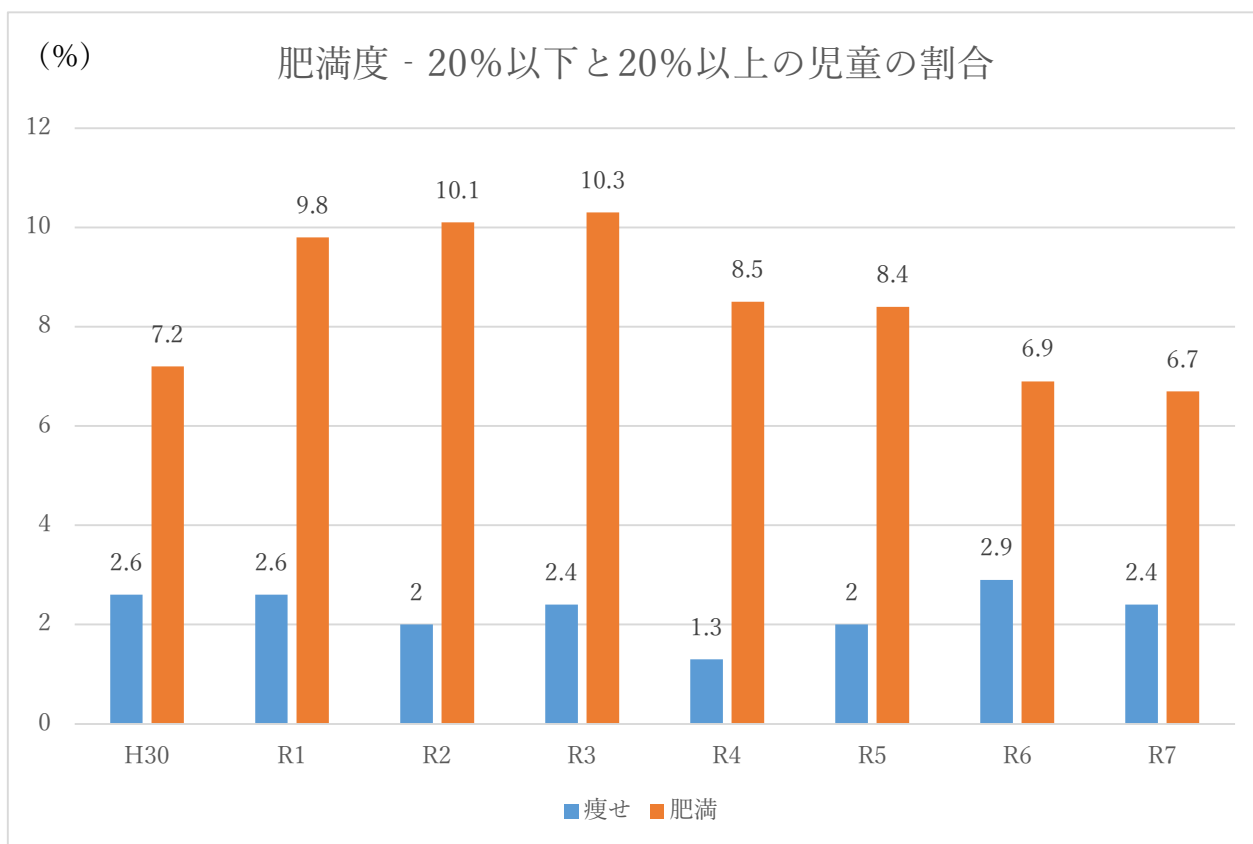
○肥満度…成人の肥満判定はBMIを用いるが、6歳～18歳は肥満度で計算する。

$$\text{肥満度} = \frac{\text{現在の体重} - \text{標準体重}}{\text{標準体重}} \times 100$$

肥満度の目安

判定	痩せ傾向		普通	肥満傾向		
	-20%以下			20%以上		
	高度痩せ	痩せ		軽度肥満	中等度肥満	高度肥満
肥満度	-30%以下	-29%～-20%	-19%～19%	20%～29%	30%～49%	50%以上

※肥満度は健康カードに記載しており、目安は健康カードの表と同じものである。



* 上記の表は全校児童に対して肥満度が-20%以下の痩せ児童の割合と、20%以上の肥満児童の割合を平成30年度～今年度まで比較したものである。

* 肥満傾向の割合が多かったR2～R3は、新型コロナウイルスが流行し始め外出が制限されたことから運動不足や過度な食事によって増えていたと考えられる。現在は流行前の生活に戻ったため年々減少している。

* 痩せ傾向の割合はR4からR6まで増加傾向だった。これは年々SNSが普及し誰でも発信でき視聴できるため、憧れや理想から体型を気にしている児童が増えていることも考えられる。過度な減少については、児童と保護者ともに声掛けを行っている。

② 内科検診

内科検診では、心音や体格、骨格、皮膚の状態等を診ていただいておりますが、今年度特に多い所見や目立った所見はみられなかった。

学校内科医 萩澤 進 先生より

子どもがインフルエンザ・胃腸炎などに罹患すると、家族に感染しないよう、対策が必要です。以下の4点に気を付けて感染対策を行っていただければと思います。

①手洗い：最後はペーパータオルなど使い捨てのもので手を拭くと効果的である。

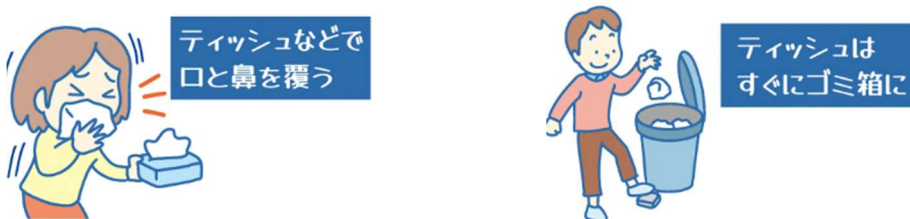
消毒液より手洗いを優先し、手洗いができないのみ消毒液を使用する。



②マスクの正しい着用



③咳エチケット=ティッシュがない時は、袖などで口・鼻を覆う



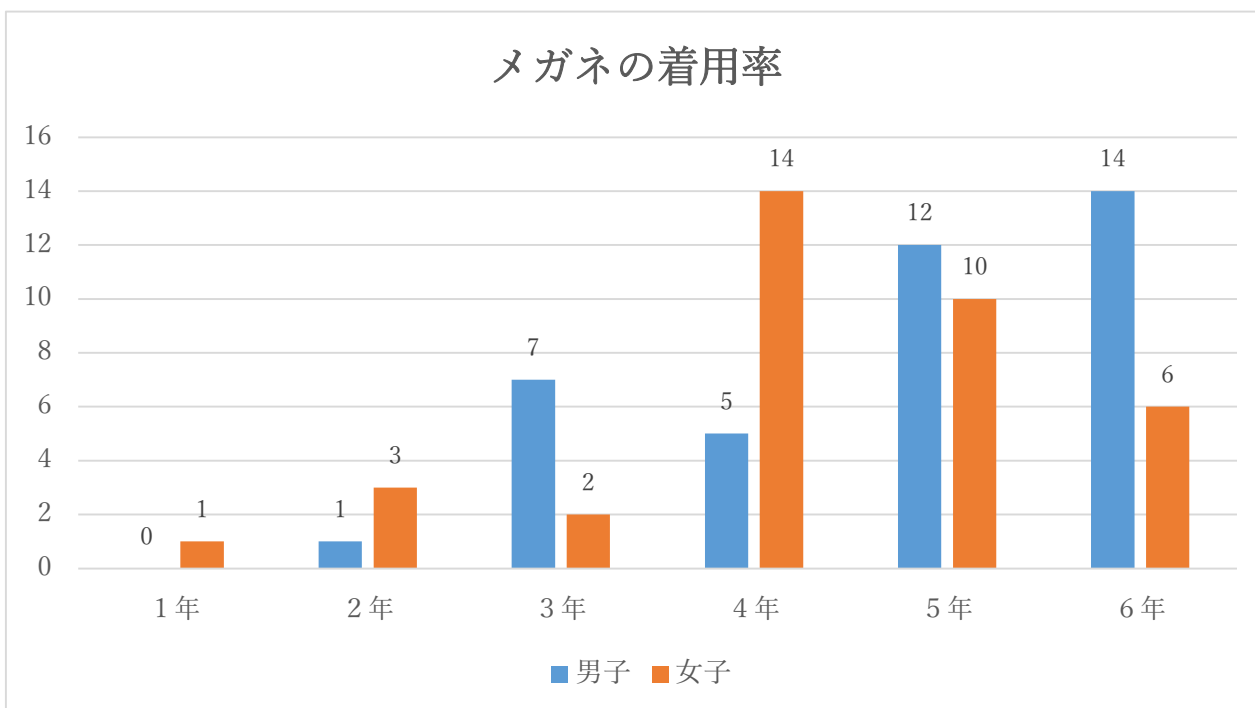
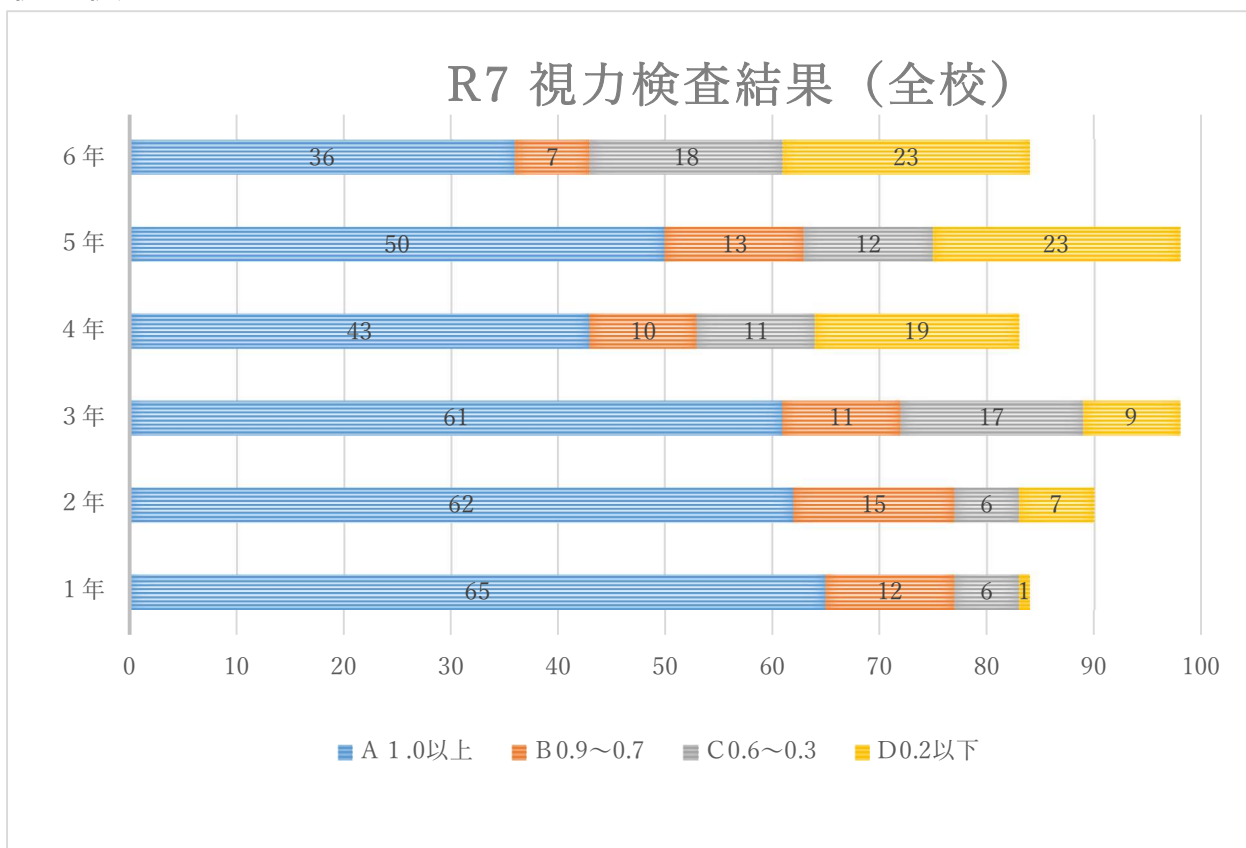
④環境整備 = 換気と手が触れる場所の消毒(胃腸炎の時は次亜塩素酸：金属注意)



次亜塩素酸は100倍希釈のハイター・ブリーチ

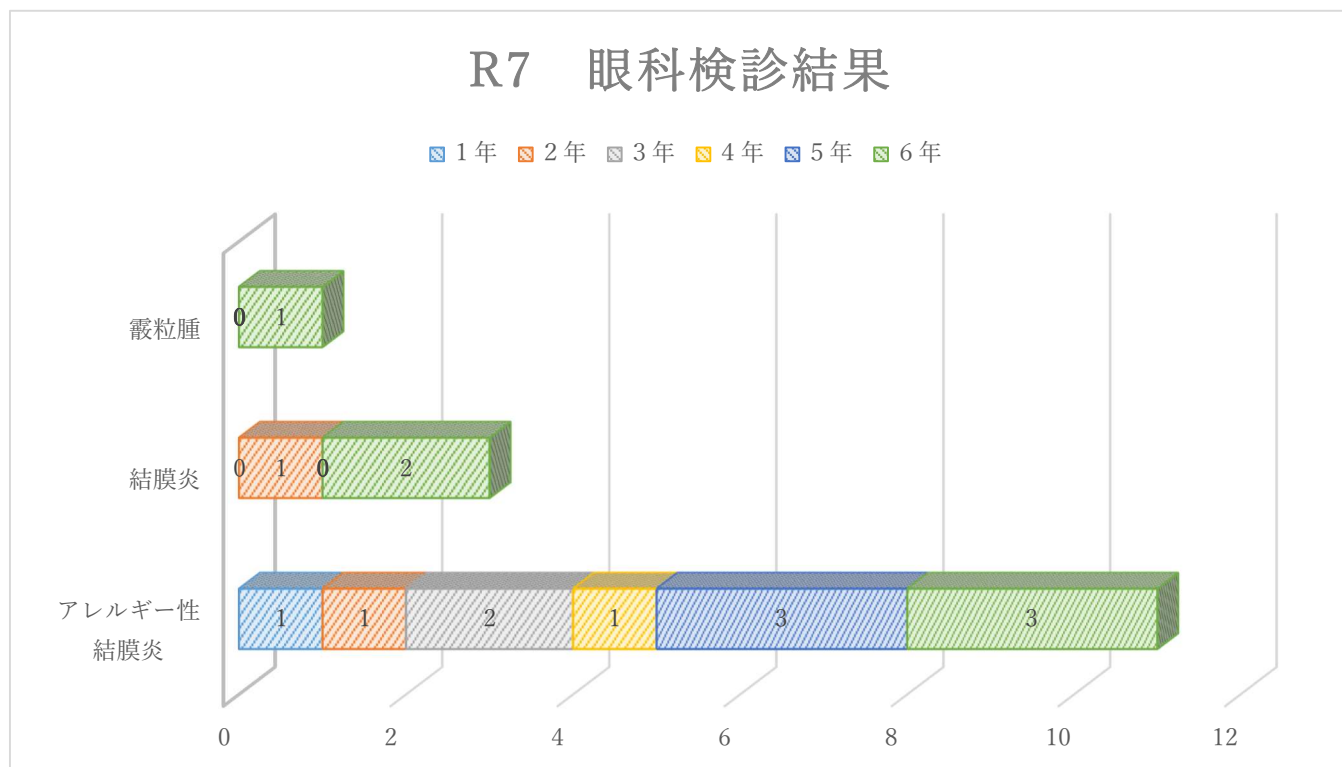
⑤可能なら生活空間分離：食事・就寝場所を別にするなど(出来る範囲で)

③ 視力検査



* 学年が上がるにつれて視力が低下しており、メガネの着用率も上がっている。この傾向は毎年変わっておらず、デジタル化が進みスマートフォンやタブレットを長時間使用することや、生活において近視作業が増えていくことから考えられる。

④ 眼科検診



*花粉の飛んでいる春に健康診断を行うため、アレルギー性結膜炎の児童が多い結果となったが、学校全体で11名だったため、眼科検診において特に目立った所見は見られなかった。

学校眼科医 姜 哲浩 先生より

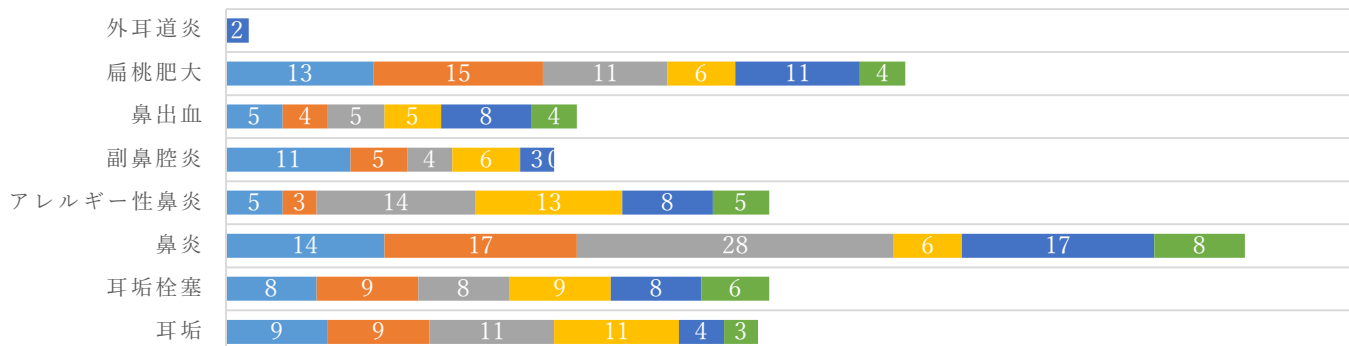
目のかゆみや違和感等があれば、軽度のうちに受診された方が回復も早くなります。特に花粉等によるアレルギー性のものは、お子様だと目を掻きむしってしまうこともありますので、早めに御受診ください。

視力につきましては、学習や電子機器の使用などの近視作業を長時間行うと、目に負担がかかり視力の低下につながるため、好ましくありません。時間を決めることや、こまめに目を休めることも大切です。また、電子機器を使用した遊びだけではなく、外での遊びを増やしていただければと思います。

⑤ 耳鼻科検診

R7 耳鼻科検診結果

■ 1年 ■ 2年 ■ 3年 ■ 4年 ■ 5年 ■ 6年



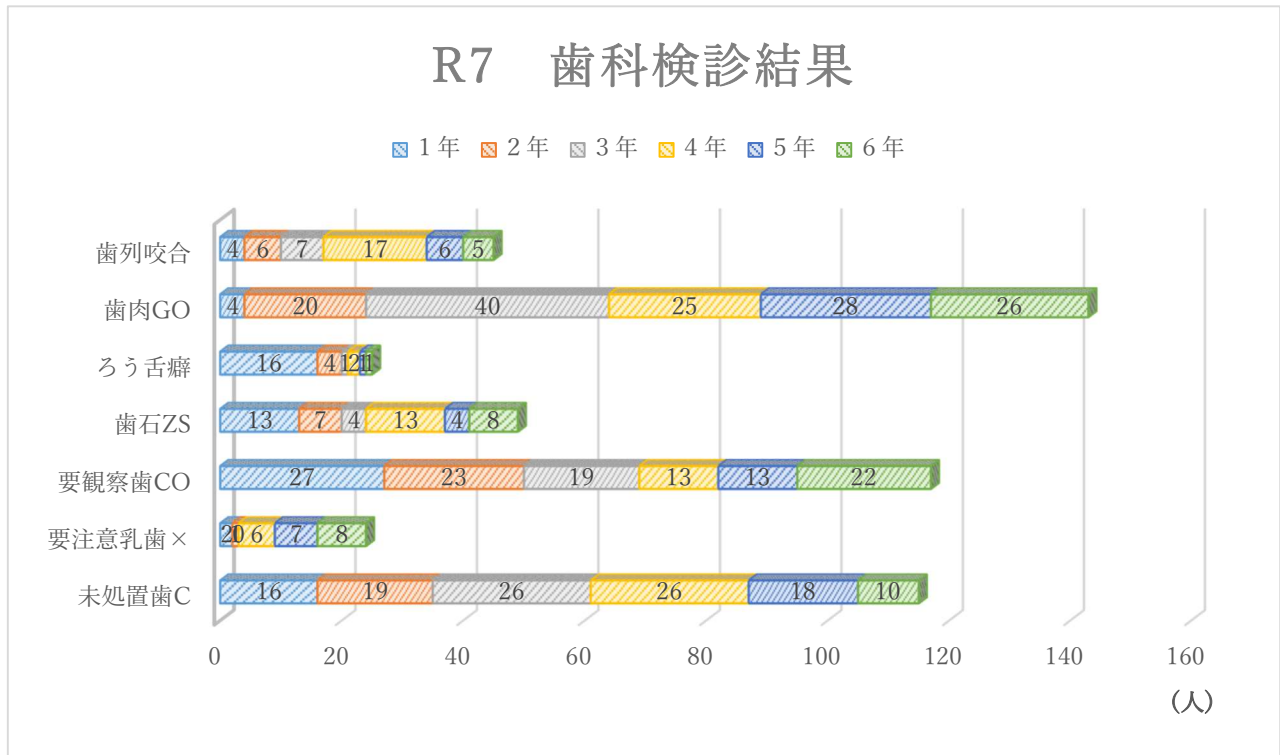
	耳垢	耳垢栓塞	鼻炎	アレルギー性 鼻炎	副鼻腔炎	鼻出血	扁桃肥大	外耳道炎
■ 1年	9	8	14	5	11	5	13	
■ 2年	9	9	17	3	5	4	15	
■ 3年	11	8	28	14	4	5	11	
■ 4年	11	9	6	13	6	5	6	
■ 5年	4	8	17	8	3	8	11	2
■ 6年	3	6	8	5	0	4	4	

- * どの学年も鼻炎やアレルギー性鼻炎が多い結果となった。花粉が飛ぶ時期であることや、季節の変わり目であることが、増加の理由として考えられる。
- * 毎年耳垢栓塞や耳垢の所見が多いが、今年度は比較的少ない結果となり、例年より減少していた。検診前の耳掃除など保護者の方に協力していただけたことで、このような結果につながったと考えられる。
- * 鼻出血は、ほとんどの場合一時的なもので大事には至らないが、副鼻腔炎やアレルギー性鼻炎、まれに腫瘍の可能性があるので、受診をお願いしている。

学校耳鼻科医 林 崇弘 先生より

検診の結果、耳垢塞栓とアレルギー性鼻炎と多い印象でした。耳垢塞栓についてですが、耳のかゆみや耳閉感が続く場合は、お近くの耳鼻咽喉科医へ受診することを検討ください。耳垢塞栓を摘出すると、自覚症状が改善することが多いです。また、2月上旬から関東にスギ花粉が飛散しています。症状が軽いうちに、耳鼻咽喉科やかかりつけの小児科医へご相談ください。

⑥ 歯科検診



* 全学年で歯肉炎と未処置歯(虫歯)の所見が最も多く、特に中学年に多い結果となった。歯が生え変わり歯の高さが違うことで磨きにくく、歯磨きが行き届いていないことや、生え始めの歯はエナメル質が弱いため、歯肉炎や虫歯になりやすいと考えられる。

学校歯科医 田中 睦 先生より

令和7年度の歯科検診のデータから、前年度と同様に歯肉炎の症状のある方、また、初期虫歯に罹患している方、虫歯とみなされてはいたが、未治療である方、不正咬合である方が一定数いらっしゃいました。特に、中学年になって保護者の方の手が離れたくらいに仕上げ磨きの習慣もそろそろ終了でしょうか、という辺りで本人磨きへの上手な移行が難しく結果が伴わずに口の中の環境が急に乱れてしまった方もいらっしゃったように思います。

本人磨きを成功させていくポイントとしましては、保護者の方に促されずに学校の課題を自ら率先して取り組めるタイプの方でしたら、本人任せで全く問題ありません。しかしそのような方が中学年位の年齢にどの程度の割合でいるか、データはありませんが、それ程多くはいないので今回の結果となっているような気も致します。いずれは自立していくまでの移行期を楽しみながら暖かなお声掛け、あるいは御家族皆さんで歯磨きに取り組む時間を設けたりなどの工夫をしてみてくださいね。

⑦ 環境衛生検査

子どもの心身の健康を守るために、安心・安全な学校生活を送れるよう、環境衛生検査を行っている。検査内容は下記の通りである。また、学校薬剤師は薬育や薬物乱用防止について児童生徒に指導や助言をしている。

～検査内容～

- ・教室環境検査 年2回
- ・水泳プール水質検査 年2回
- ・給食室検査 年2回
- ・化学物質検査
- ・飲料水水質検査
- ・ダニ検査
- ・騒音検査

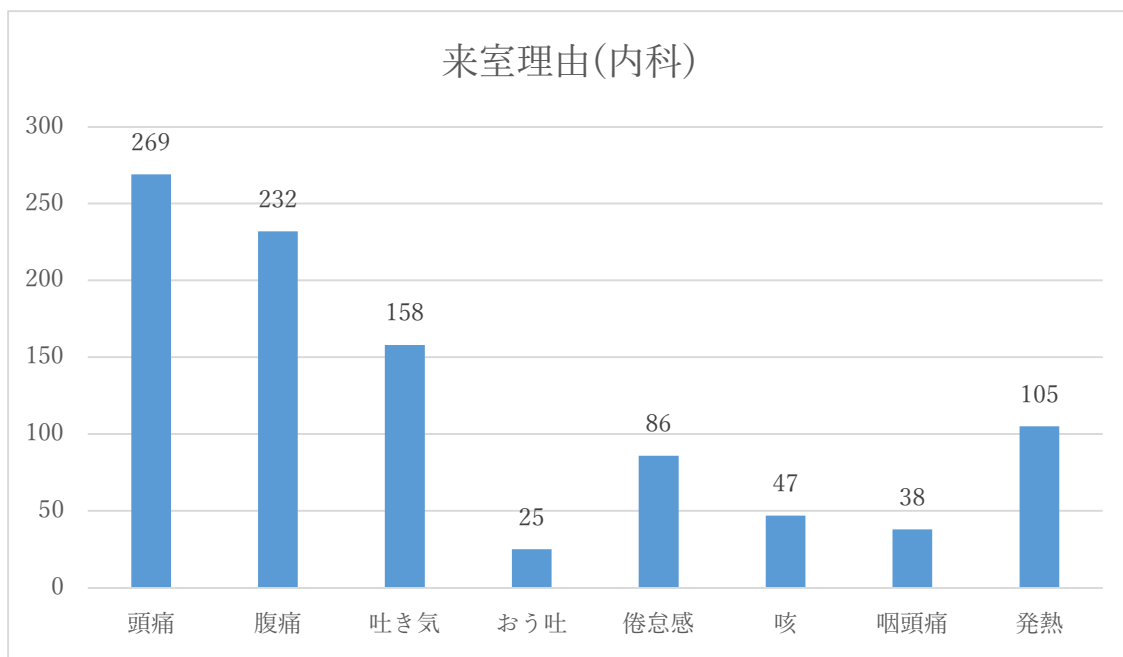
*検査の結果、数値が高いものもあったがすべて正常の範囲内であり、すべての検査において異常は見られなかった。

学校薬剤師 栗原 雅子 先生より

今年度の環境衛生検査では数値が高いものもありましたが、基準以下で再検査などはありませんでした。それ以外の活動として、毎年3学期に5年生対象に薬育授業（薬の正しい使い方の授業）を実施しています。身近にある飲み物を使った実験など行い、薬に対する知識を深めてもらいます。また6年生には、薬物乱用防止の授業を実施しています。薬物やオーバードーズ、エナジードリンクの過剰摂取がなぜいけないのか、体と心に及ぼす影響について学習します。お子さんから話を聞いて御家庭内で話題にさせていただけたら幸いです。

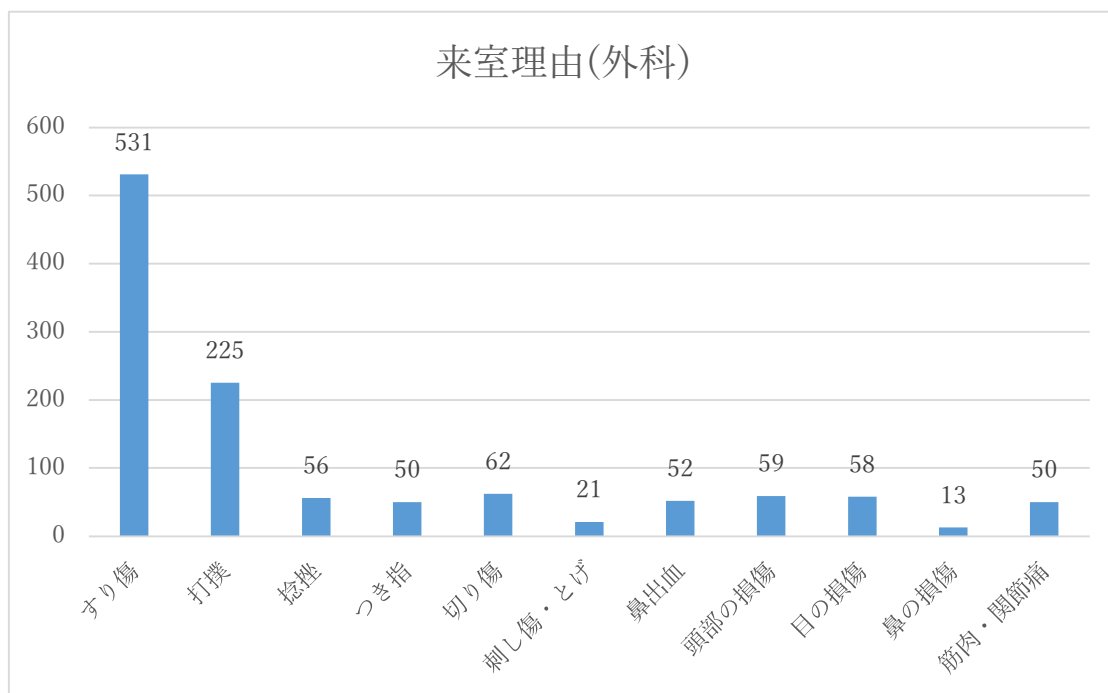
IV. 来室統計、欠席状況、出席停止数について

※以下の結果は全て令和7年4月7日～令和8年2月20日までのものである。



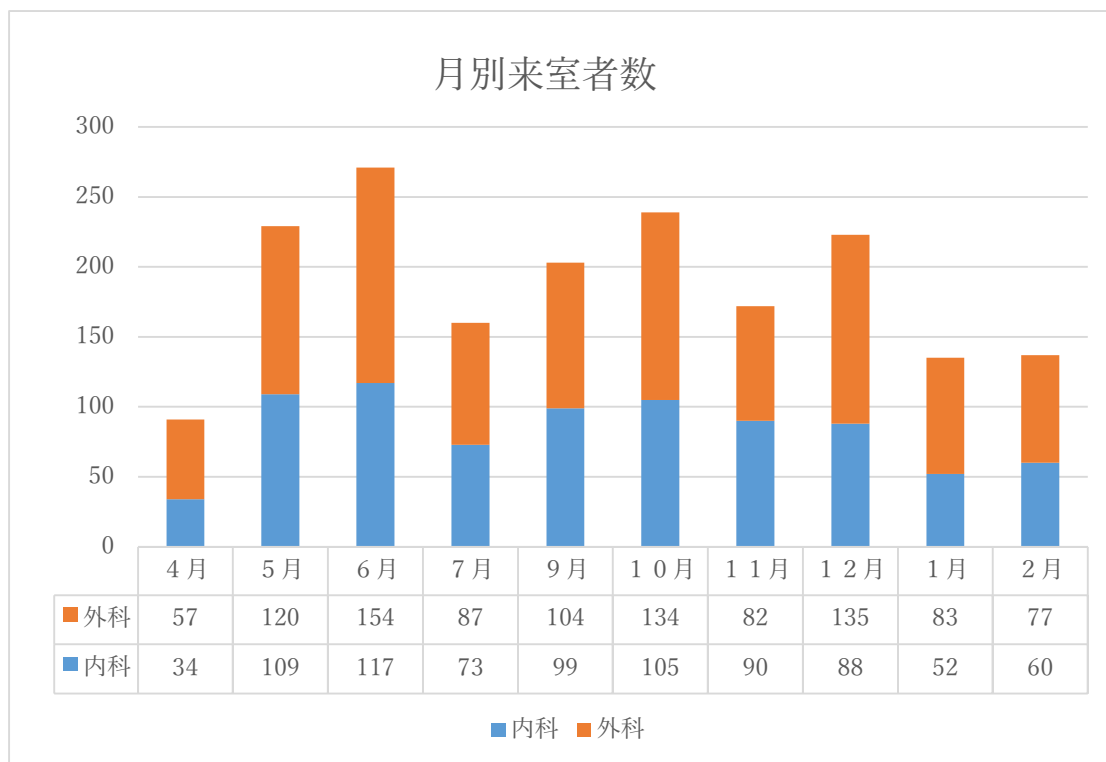
* 内科的要因で最も多い来室理由は頭痛であり、次いで腹痛、吐き気となった。今年度は様々な感染症が流行していたということもあり、発熱者も多くいた。

* 頭痛の原因は、気圧や気温の変化によるものや、睡眠不足、水分不足である可能性が考えられる。だいたいの児童は休養することで回復し、授業復帰ができていた。



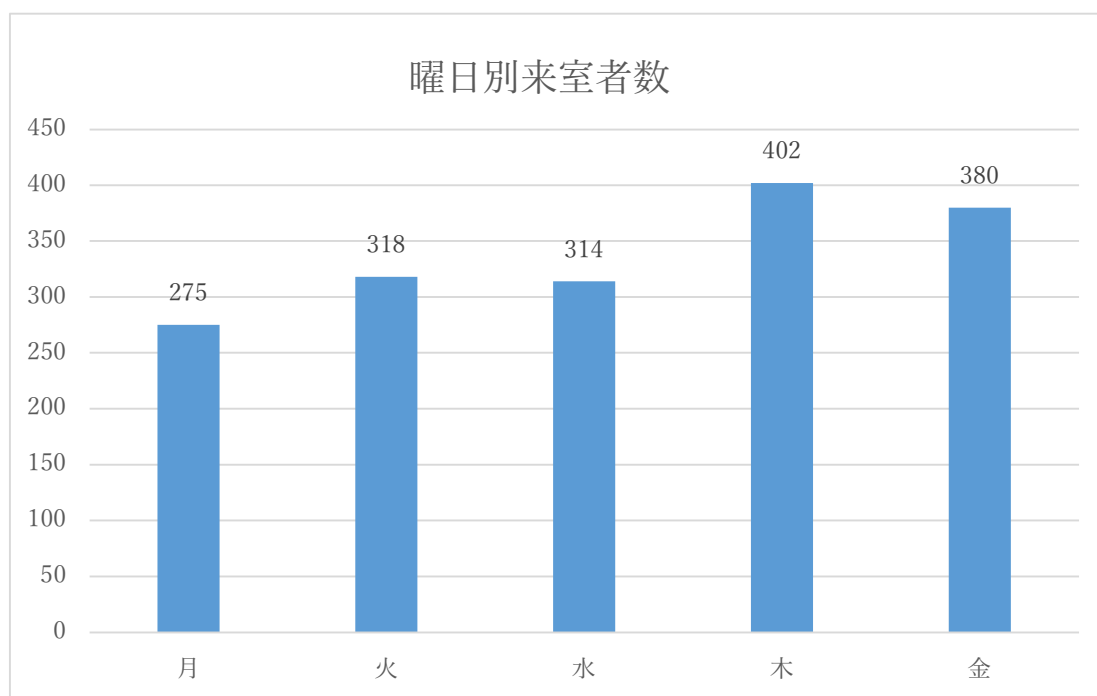
* 外科的要因で最も多い来室はすり傷であり、次いで打撲、頭部の損傷となった。

* 頭部の損傷は、外遊びや廊下等を走っていてぶつかってしまう場面が多かった。頭のケガについては特に詳しく聞き取りを行い、同じことが起こらないよう指導、助言をしている。



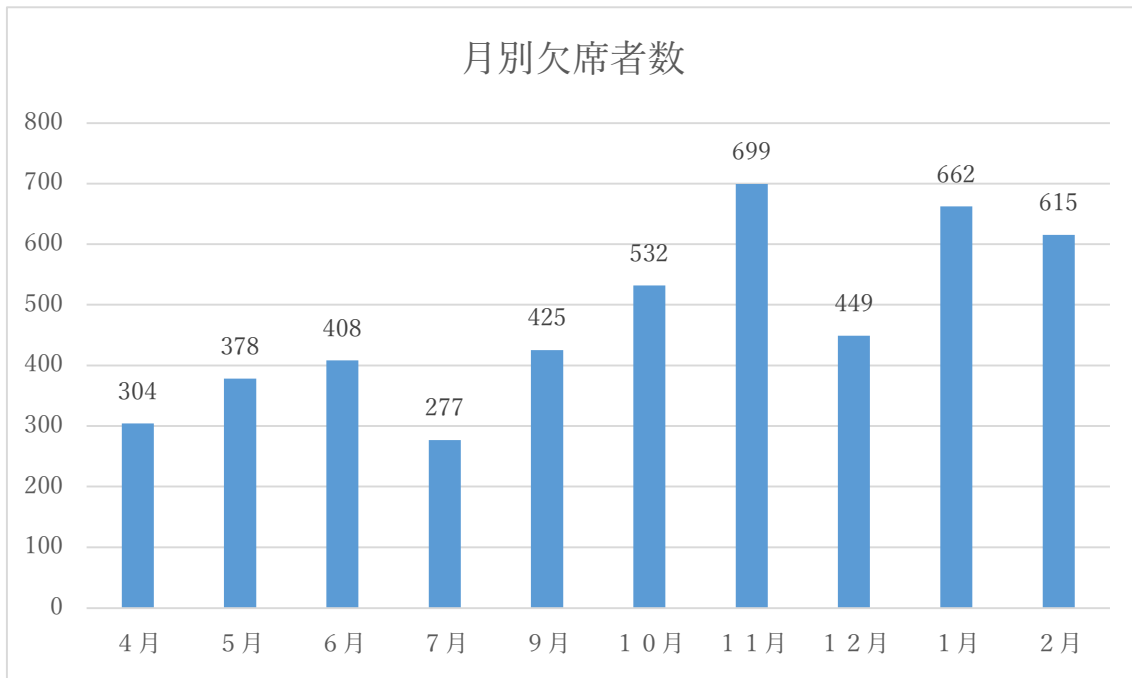
* 月別で最も多い来室は6月となった。暑さやスポーツフェスティバル後の疲れなどで体調不良者が多く来室した。

* 5月、6月、9月～11月は季節の変わり目や、気圧の変化等で内科的来室が多かった。



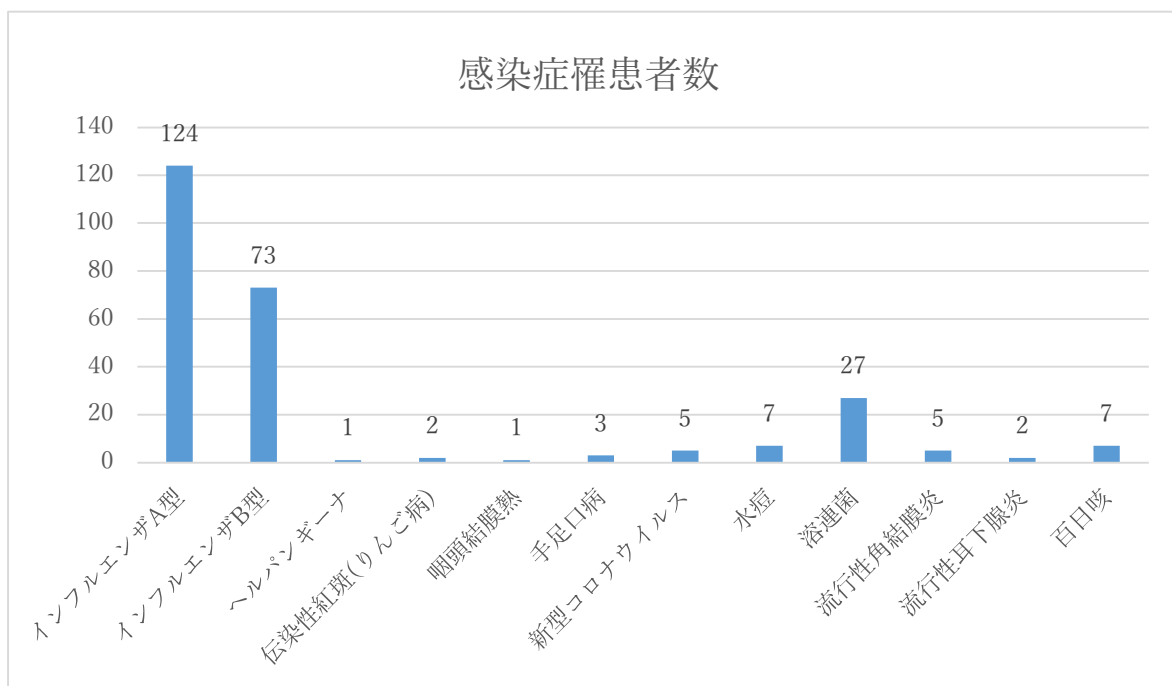
* 木曜日の来室が最も多く、週の後半であることから疲れが出ている児童や、2年生～6年生は6時間授業の日が多いことが関係していると考えられる。

* 週の初めである月曜日は児童が落ち着いて過ごしている様子が見られ、休日にリフレッシュでき休養できていた様子が見られた。



* 欠席者数は11月が最も多い結果となった。インフルエンザA型が流行していたこともあり、発熱や体調不良での欠席が多かった。

* 次に欠席者数が多かったのが1月であり、次いで2月となった。この時期はインフルエンザB型が流行していたことや、胃腸炎での欠席者が多かった。



* 今年度はインフルエンザが流行し、学級閉鎖となったクラスが7クラスあった。

* グラフの通り、様々な感染症に罹患した児童がいたが、インフルエンザ以外は感染拡大することとはなかった。

* 学校においては、外遊びから戻ってきたときや給食前は特に手洗い、うがいをするように声掛けを行っており、特に流行しているクラスにはマスクの着用を促している。

IV. 児童保健委員会の活動内容

児童保健委員会の活動内容は、トイレや水道の石けん補充、健康に関する啓発ポスターの作成、動画や放送でけがや体調不良に関する注意の呼び掛け、児童集会の運営、健康週間の企画等を行っている。

毎週の活動として、週に2回、自分の担当箇所の石けんの量を確認し、補充している。

毎月行われる保健委員会では、伊藤小学校では今どんな健康問題があるか話し合い、学期ごとに取り組みをしている。今年度1学期には熱中症予防のためのポスターを作成することや、お昼の放送の時間に気温や湿度についてお知らせし、昼休み以降の外の活動について注意の呼び掛けを行った。2学期には12月に行われた児童集会の企画運営を行い、全校児童で遊びながら健康について知るきっかけとなるよう、クイズ形式にして集会を行った。3学期には感染症や風邪の予防のために、1週間手洗いハンカチチェックを各クラスで行い、成績の良かったクラスに表彰状を送った。各クラス意識することで見直すきっかけとなった。

児童が中心となり、児童自身の視点から健康課題を見付け、意見を出し合いながら話し合うことで、児童全体が課題意識と解決への意欲を高めている。

【話し合いの様子】



【石けん補充の様子】



【児童集会の様子】



【表彰の様子】



V. 保健指導について

本校では、より専門的な指導ができるよう、学校歯科医、学校薬剤師と共に保健指導を行っている。時間の関係上、全学年に実施することは難しいが、学校歯科医には歯科指導を、学校薬剤師には薬物乱用防止授業、薬育授業をしていただいている。

【歯科指導】

学校歯科医と歯科衛生士の方に来ていただき、大人の歯(永久歯)と子どもの歯(乳歯)の違いや、歯の王様とも呼ばれている6歳臼歯(第一大臼歯)について学習した。また、動物の中には歯が何回も生え変わったり、爪のように伸びる歯もあるとクイズ形式で知り、人間は永久歯からは生え変わることがないため、歯の大切さについて考えることができた。

その後は実際に歯ブラシを持っていつものように歯を磨き、染め出しを使って赤くなったところ(磨き残し)を鏡で確認した。歯を磨くときのポイントを教えてもらい、実践をしながら学ぶことができた。生え始めの永久歯はむし歯になりやすくなっているため、正しく丁寧な歯磨きが重要であることを学び、日頃の歯磨きの仕方について見直すきっかけとなった。

歯磨きのポイント！

- ①歯ブラシは鉛筆持ちをする
- ②ゴシゴシせず優しい力で小刻みに動かす
- ③磨く順番は奥歯から反対の奥歯にかけて1本ずつ
- ④歯に合わせて縦磨きと横磨きをする
- ⑤仕上げ磨きをしてもらう(特に低学年)
- ⑥できる人はフロスをする



【薬物乱用防止】

学校薬剤師に来ていただき、薬物乱用とは違法薬物を使用することだけでなく、身近にある市販薬を本来の用法とは違う飲み方をすることも含まれていることを学んだ。そして、違法薬物は限られた人達だけの問題ではなく、日常生活の中に潜んでおり身近な人が持っていたり、勧めにくる可能性があるなど、決して他人事ではない問題であることを知った。また、薬物の使用を勧められてもきっぱり断ることや、悩みがあった際は一人で抱え込まず、誰かに相談することが大切であると教えていただき、最後に薬物乱用防止のための3つの約束をした。

3つの約束！

- ①しない(手を出さない)
- ②させない(周りの人を誘わない)
- ③流されない(きっぱり断る)



【薬育】

学校薬剤師に来ていただき、薬の用法や形状が違うのは体に吸収される早さが変わることや、届けたい場所まで効果が薄れないようにされていること、年齢や性別、体重によっても工夫がされていることを学習した。

その後、正しい薬を飲み方について知るために以下の実験をした。

実験①(薬を飲むときの水の量について)

薬を飲むときに、どのくらいの量の水を飲めば良いのかがわかる実験をした。

指先に水を付けてカプセルを触ると、カプセルが指先にくっついた。水を何度か付けると指から離れた。薬を飲むときにつばや少量の水で飲もうとするとのどにくっついてしまい、体の中まで届かないため、薬の効果が得られないことを知った。このことから、薬を飲む際は最低でもコップ1杯の水を飲むことが大切だとわかった。



実験②(薬を飲むとき何で飲むのが良いか)

薬を飲むときはなぜ水で飲むのが良いのかがわかる実験をした。

水の入ったビーカーに薬(鉄剤)を入れると薬と同じ色になったが、お茶の入ったビーカーに薬を入れるとお茶が真っ黒になった。そしてよく見ると、お茶の入ったビーカーは2層になっており、薬が分離していることがわかった。

次にペットボトルに入ったコーラに薬(胃薬)を入れたところ、ボコボコと泡立ち、コーラが溢れて出てきた。

このことから、水以外の飲み物で薬を飲むと、薬の種類によっては成分が変化したり、思わぬ反応が起こるなど、かえって体に負荷がかかってしまうことがあることがわかった。そのため、薬を飲むときは正しい薬の効果が得られるよう、お茶やジュースではなく水で飲むことが大切であると学んだ。

