

健康教育

学校歯科今昔	伊藤泰紀……………2
桜井っ子が育つ4つのストーリー	石川満……………9
心身共に健康で、すすんで健康 づくりに取り組む児童の育成	大関保……………14
自分でつくろう自分の健康(1)	小林毅士……………17

1992年度健康推進学校表彰校祝賀パーティー

〈朝日新聞社提供〉



＝学校歯科今昔＝

－杉並区に於ける会の歴史と現状－



伊 藤 泰 紀

杉並区開業（歯科）
元（旧）杉並区歯科医師会専務理事
都立西高等学校校医

「東京府歯科医師会東京市杉並区支部会」これが現在の「社団法人 東京都杉並区歯科医師会」発足時の名称です。略称「杉歯会」とさせていただきます。

杉歯会には昭和8年の第1回総会から昭和15年の第

11回総会までの資料が、会計報告も含めてほぼ完璧な姿で残っています。珍しいものですから原文のまま記載しておきます。

東京府歯科醫師會東京市杉並區支部會 第一回定時總會報告書

昭和八年六月十一日杉並區役所樓上會議室ニ於テ開催シタル本會第一回定時總會ノ概要左ノ通り御報告申上候

東京府歯科醫師會東京市杉並區支部會

昭和八年七月十日

會長 平 林 恒 夫

東京府歯科醫師會東京市杉並區支部會第一回 定時總會 要項

總會 順序

開 會

1. 挨拶 假支部長 下 條 有 策 君

報 告

1. 設立總會ヨリ今日迄ノ經過報告 假幹事

議 事

1. 第一號議案 會則制定ノ件

1. 第二號議案 昭和八年度歳入歳出豫算案

1. 第三號議案 役員選挙

1. 建議案二件

閉 会

建議案議事

建 議 案 (一) 可 決

杉並區學校歯科醫專任嘱託制實施期成運動ニ關スル件 畠田詮二君説明

杉並區學校歯科衛生ハ最近全區小學校ニ涉リ學校歯科醫ノ設置ヲ見ルノ運ビト成リ漸次向上ノ機

運ニ向ヒツヽアルハ歡喜ニ堪ヘザル處ナリ然レドモ現行開業醫ヲ以テ囑託トナスノ方法ハ業務ノ遂行其他兒童口腔衛生ノ特殊的研究等ニ欠陥アルヲ免カレズ依テ現行制度ヲ改メ專任囑託制トナシ是等欠陥ヲ補ヒ以ツテ學校齒科衛生ノ完璧ヲ期スルヲ急務ナリト信ジ速ニ是レガ期成運動ノ方法ヲ講ゼラレ度ク併セテ左記議案ノ決議ヲ望ム

記

本支部會ハ現行杉並區學校醫制ヲ改メ專任囑託制ト為スヲ以テ學校齒科衛生ノ徹底ヲ計ルニ最も適切ナル方法ナリト認メ之ガ速ナル實現ヲ期ス

以上

右提案候也

昭和八年六月十一日 提案者 平林恒夫 外十名

建 議 案 (二) 可 決

杉並區内兒童口腔診査後ニ於ケル治療費輕減ニ關スル件 小野貞一郎君説明

理 由

學校齒科衛生ノ目的ハ懇切ナル口腔診査ト共ニ其後ニ於ケル治療處置ヲ實行スルヲ以テ全キモノトス、今回當區區長ト學校齒科醫十七名ノ會合ノ節ニモ此ノ實行方法ニ對スル要望アリタリ、依ツテ當區内各開業醫各位一致其輕減診療ニ御讚同アランコトヲ期スルモノナリ。宜シク左記議案ノ決議ヲ望ム

記

當區内開業齒科醫一致協力輕費診療ヲ實行サレンコトヲ期ス

右提案者 小野貞一郎君 外十六名

右は建議案(一)ノ実行委員兼任ニテ金額其他ノ決定ヲナス事トス

初代会長(平林)によれば「昭和7・8年当時 学校歯科医任命の問題は、杉並区ばかりでなく全国的に、顕在的・潜在的な同業者間の葛藤を生み、他方学校歯科衛生そのものも形式に流れ、実効はあがらずと言う状態で何とか前向き改善策をとる声が、同業の一

部ばかりでなく、教育関係者からも上げられていた」とのことです。

専任囑託制はどうなっていたのでしょうか 第5回総会報告書を見てみましょう。

昭和十年一月開催

東京府齒科醫師會東京市杉並區支部會
第五回(臨時)總會報告書

昭和九年度杉支發第一八一號

東京府齒科醫師會東京市杉並區支部會

會長 村 山 寛 彌

昭和十年二月十日

本支部會第五回(臨時)總會概要左之通御報告候也

東京府歯科醫師會東京市杉並區支部會

第五回（臨時）總會要項

日 時 昭和十年一月二十七日自午後二時三十分至午後八時

場 所 東京市杉並區役所會議室

報 告

學校齒科醫專任嘱託制實施期成實行委員會ニ關スル報告

1. 昭和九年十月十三日附ニテ同委員長大山邦幹君ヨリ本支部會長宛ニ提出セラレタル「委託セラレタル事項ノ貫徹ノタメニ努力シタルモ内外ノ事情ヨリシテ即時實施困難ト認ムル」旨ノ報告書全文ヲ佐々木幹事朗讀シコレヲ報告ス 滿場異議ナクコレヲ承認ス

1. 次イデ同委員長大山邦幹君ヨリ左ノ如キ經過及び結果報告アリ

（概要）委託セラレタル事項ノ實現ノタメ委員會ニ於テ種々協議ノ結果先ズ區當局ノ意向ヲ質シタル處「發展途ニアル本區トシテ各方面ニ多大ノ經費ヲ要シ、今俄カニ學校齒科ニ對シ其經費ノ増加ヲ許サズ、翻ツテ考フルニ本區二十數校ノ小學校ニ對シ專任齒科醫ヲ置クトスレバ最小限度三名ヲ要シ、而モ相當ノ待遇ヲナサネバナラス、現在ノ豫算ヲ以テシテ一名ヲ置クニモ不足スル状態ナル故實施困難ナリ」ト而モ假リニコレヲ實施センカ、經費以外ニ左ノ如キ困難ヲ伴フ

1. 專任嘱託醫ハ區ノ吏員トナリ支部會トハ何ノ關係モナクナル結果統制上支障ヲ來ス
2. 專任嘱託醫ハ自己ノ職務遂行上必要ナル設備ヲ要求シ、コレニ依ッテ治療行為ヲモ行フニ至ル、其結果ハ會員ノ開業状態ヲ益々困難ニ導ク
3. 定期診査ハ四、五月中ニ行フベキモノニシテ、全區ヲ少數ノ專任醫ニテ行フハ不可能ナリ、強ヒテ行ヘバ粗診ヲ免レヌコトナル、斯クテハ齒科衛生ノ本旨ニ背反ス
4. 當方ヨリノ要求ニテ實施サレタル以上如何ナル弊害アリテモ輕々シク變更ハ不可能ナリ
5. 他科ノ校醫トノ關係ヲモ考慮セザレバ徒ラニ他ニ迷惑ヲ及ボスベキ事モ生ズ
6. 專任醫ガ他日職ヲ辭シテ、特ニ力ヲ盡シタル學校ノ附近ニ開業スル如キ場合ニハ同業者過多ノ本區ヲ益々混亂ニ導キ弊害ヲモ生ズ

以上ノ理由ニヨリ本案ハ即時實施不可能ナルニツキコレニ代ルベキ方法ヲ以テ學童ト會員相互ノ幸福ヲ増進セラレンコトヲ希望ス

右報告ヲ滿場異議ナク承認ス

公立小學校齒科醫其他ニ關スル決議

本支部會第五回（臨時）總會ハ杉並區内公立小學校齒科醫其他ニ關シ左ノ十項ヲ決議ス

1. 本支部會々員ハ學校齒科醫タルト否トヲ問ハズ杉並區内公立小學校ニ於ケル齒科衛生ニ關シ同等ノ責務ヲ有スルモノトス
2. 本支部會ニ學校齒科醫嘱託審議委員會ヲ設置ス
學校齒科醫嘱託審議委員會ニ關スル規定ハ總會ノ議決ヲ經テ別ニ之ヲ定ム
3. 本支部會長ハ公立小學校齒科醫ノ推薦ヲ委嘱サレ若クハ其二關スル諮問ヲ受ケタル時ハ之ヲ學校齒科醫嘱託審議委員會ニ諮リ其決議ニ基キテ推薦若クハ答申ヲナスベキモノトス

4. 本支部會ハ各小學校ニ配屬スベキ會員ノ割當ヲナシ會員ハコレニ從ツテ児童ノ口腔診査其他ヲ行フモノトス
5. 公立小學校齒科醫ハ其囑託手當ヲ凡テ本支部會ニ寄與スルモノトス
6. 本支部會ハ各公立小學校齒科醫ニ對シ一ヶ年金拾圓也ヲ贈呈シ尚本支部會ヨリノ割當ニ從ツテ定期口腔診査ニ從事シタル會員ニ對シテハ一回金壹圓也ヲ頒ツモノトス（缺席會員ニ對スル配當金ハ其割當校ノ出席會員ニ頒ツモノトス）
7. 第五項ノ囑託手當ハ前項ノ支出ニ充當シ殘餘ハ本支部會ノ積立金トシテ之ヲ保管ス本積立金ハ總會ノ議決ヲ經ルニ非ザレバ之ヲ使用スルコトヲ得ズ
8. 杉並區内公立小學校ニ於ケル齒科衛生ノ達成ニ就テハ常に本支部會衛生部ニ於テ其統制ヲ圖ルモノトス
9. 公立小學校以外ノ公私立學校並ビニ幼稚園齒科醫ニ關シテハ本決議ヲ準用ス
10. 前項以外ノ齒科囑託若クハ齒科醫業ニ關スル特殊ノ契約ニ就キテハ前項ニ準ズ

残念な事に専任囑託制は実現しませんでした。然し後段の決議は今日の学校歯科医会会則の中に脈々と続いています。殊にこの会計処理は賛否両論ありながらも、形を変えて現在も学校歯科医会を支えているのです。

そして第8回総会、昭和12年に「杉並区学校歯科医会規定」が出来ました。短いものです。

杉並區學校齒科醫會規程

- 第一條 本規定ハ「公立小學校齒科醫其他ニ關スル決議」第六項ニ基キテ之ヲ制定ス
- 第二條 本會ハ杉並區内公立小學校齒科醫並ニ學校齒科衛生ニ關與スル本支部會々員ヲ以テ組織ス
- 第三條 本會ハ事務所ヲ本支部會事務所内ニ置ク
- 第四條 本會ニ左ノ役員ヲ置ク
 - 會長 一名
 - 副會長 一名
 - 理事 若干名
 會長ハ會務ヲ統理シ副會長之ヲ補佐ス
 理事ハ會務ヲ分掌ス
- 第五條 會長ハ本支部會々長之ヲ兼任シ其任期ハ支部會々長ノ任期ニ準ズ
 副會長及理事ハ區内公立小學校齒科醫並ニ本支部會衛生部幹事中ヨリ互選シ各其任期ニ準ズ
 理事ハ會務ヲ處理スルタメ互選ニ依リ常任理事ヲ置クコトヲ得
- 第六條 會長ハ毎年一回其取扱ヒタル會務ノ主要事項ヲ本支部會定時總會ニ報告シ其承認ヲ經ルヲ要ス
- 第七條 本規定ハ本支部會總會ノ議決ヲ經ルニ非レバ之ヲ變更スルコトヲ得ズ

これが、歯科医師会と学校歯科医会との関係を決定づけた最初のあり方でした。即ち、同一会長下の2つの会となってしまうのです。多くの歯科医師会が社団法人になっている現在、東京都学校歯科医会のレベルで、やっと近年社団法人として独立出来た経緯を見ても、地区での学校歯科医の独立しての活動が低調なのはやむを得ない事なのでしょうか。

昭和16年以降、終戦をはさんで資料は皆無です。一説によれば終戦時に記録を残しておいては、不都合が生ずるのではないかと心配から、焼却されてしまったとのことです。

昭和22年、杉歯会は社団法人となりました。当時は混乱期ではありましたが、区と折衝して学校歯科医の任免を会としての制度によるものとした記録がありません。

昭和32年（社団）第15回総会に於て、学校歯科医会は杉歯会と分離し、独立した会として総会も独自に開催する様になりました。それでも会長は兼任でした。

そして昭和60年、現行の会則となり、初めて会長も別々となったのです。この様に、会務としての内的充実・熟成を図りながら、どんな活動、研究をして来たのでしょうか。

杉並第九小学校は手帳を持ち、高井戸東小学校は手帳を持たず健康手帳保持群と非保持群の歯牙動態調査による年次比較（永久歯と乳歯の総合計）

年度	手帳の有無	悪化した比率						治療処置で良くなった比率		
		健全歯→う歯		充填歯→う歯		う歯→充填歯				
51	杉並第九小有	本	本	%	本	本	%	本	本	%
		1,986	→177	9	567	→102	18	919	→264	29
52	高井戸東小無	本	本	%	本	本	%	本	本	%
		1,678	→138	8	437	→57	13	499	→122	24
53	杉並第九小有									
				11			15	579	→218	38
54	高井戸東小無	本	本	%	本	本	%	本	本	%
		2,144	→87	4	587	→56	10	501	→105	21
51	杉並第九小有									
				5			18	734	→216	29
52	高井戸東小無	本	本	%	本	本	%	本	本	%
		1,555	→110	7	461	→51	11	269	→77	29
53	杉並第九小有	本	本	%	本	本	%	本	本	%
		2,322	→71	3	743	→95	13	379	→80	21
54	高井戸東小無	本	本	%	本	本	%	本	本	%
		1,895	→121	6	419	→45	11	286	→80	28

健全歯がう歯になり、処置充填までの管理状態の比較

年度	病態	学校		杉並第九小学校健康手帳保持者				高井戸東小学校健康手帳非保持者			
		健全歯	う歯	永久歯	乳歯	永久歯	乳歯	永久歯	乳歯		
51	健全歯	本	%	本	%	本	%	本	%		
	う歯	66	11	109	14	47	9	90	13		
	充填歯	64	97	33	30	40	85	56	62		
52	健全歯	745		838		1,169		526			
	う歯	108	14	172	21	58	5	29	6		
	充填歯	82	76	152	88	32	55	18	62		
53	健全歯	1,324		520		1,008		224			
	う歯	64	5	53	10	77	8	31	14		
	充填歯	85	133	43	81	29	38	12	39		
54	健全歯	1,816		160		1,407		202			
	う歯	53	3	18	11	88	6	33	16		
	充填歯	37	70	10	56	32	36	14	42		

＝「歯の健康手帳」＝
独自に作成した手帳を配布し、それにより児童生徒の口腔の健康管理、保護者による健康状態の把握、予防と早期治療にどの様な結果をもたらしたかの研究を目的に51年より55年まで調査を行いました。

一度処置充填した歯牙が再びう歯となり再治療充填されたもので理想的管理状態を示す。

年度	病態	学校		杉並第九小学校健康手帳保持者		高井戸東小学校健康手帳非保持者	
		歯別	永久歯	乳歯	永久歯	乳歯	
51	う歯	本	%	本	%	本	%
	充填歯	91		674		68	402
52	う歯	105	115	681	101	72	106
	充填歯	110	88	807	157	182	184
53	う歯	124		486		147	140
	充填歯	222	179	656	135	202	137
54	う歯	138		172		142	145
	充填歯	321	233	256	149	186	132

結 論

研究用健康手帳を持つグループと持たないグループについて、地域を異にした二ヶ所の小学校児童を4年にわたり経年的調査研究して来た結果、次の様な事が明らかになった。

- ① 健康手帳を持つグループと持たないグループの経年的比較の結果、健康手帳を持たないグループより持つグループの方が、う歯への抑制効果が経年的に良くなる傾向を強く認められた。
- ② 健康手帳を持つことによって関連する学校側、臨床医側、保護者の各位の関心、協力等の影響によりその効果の変動幅が多少左右される傾向がある様に見られる。
- ③ 健康手帳を持たせることにより、各方面に学校病う歯に関心を惹起させることが出来たならば、区全体として現状よりは更に良い効果が期待される。

= 「う蝕活動性試験」=

昭和58年研究に着手した上記試験は、59年「カリオスタット」60年は「RDテスト」を用いて行なわれました。結果は下記の報告がなされています。

結語 ①

杉並区立3小学校の第三学年中2クラスを対称として、1クラスは充分に歯口清掃を指導し、他の1クラスはコントロールとして、日常生活のまゝで夫々日時を同じくして「カリオスタット」を用いて「う蝕活動性試験」を行った。その結果下記の結論を得た。

- 1) 全体としてブラシ指導組は、三回の平均値はそれぞれ 2.51; 2.17; 2.04 であって、徐々に減少する傾向を示す。それに対して指導なし組はそれぞれ 2.71; 2.35; 2.53 であって二回目は減少して来たが三

回目は増大したので不安定な傾向を示す。

2) ブラシ指導組と指導なし組の間には、三回とも指導組の方がCAT値が小さいという結果が出、しかもブラシ指導が進んだ三回目では $t=3.87p<0.01$ で統計学的な有意差が認められた。

3) 男、女、及び指導組と指導なし組別についてみると、三回とも指導組(女)、指導組(男)、指導なし組(女)、指導なし組(男)の順にCAT値が高くなり、一般に女子の方が口腔清掃は良好である事が分った。又ブラシ指導に於ても女子の方が確実に教えを守って指導に従う事がうかがえる。特にブラシ指導が進んで三回目になって来ると上記の事が明確化してはつきりと統計学的な有意差が認められる。

4) 各組別にみてもブラシ指導した組が明らかにCAT値が減少して行き、ブラッシングの効果が明らかに認められるという結果を得ることが出来た。以上の結果から今後教育の場にこのカリオスタット(最近RDテスト「昭和」が開発され、この方が実際の運用には便利であり学童の興味も引くと思われる)を用いたブラッシング指導や、口腔衛生の思想を教育する事が、児童生徒の健康管理に大変役立つであろうと確信します。

結語 ②

杉並区立の3小学校、第三学年の2クラスを対象として、1クラスはブラシ指導を充分に行い、他の1クラスはコントロールとして日常生活のまゝで夫々日時を同じくしてRDテスト「昭和」を用いて「う蝕活動性試験」を行った。その結果下記の結論を得た。

- 1) 全体としてブラシ指導組と指導なし組の間では各回ともブラシ指導が確実にRD値が低くブラシ指

導組のう蝕活動性の低い事を示している。しかし乍らカリオスタットの場合と異り、ブラシ指導組の中で回を重ねる毎にRD値が低下するという結果は出なかった。これは個人差が出やすいという特徴を示していると思われる。

2) 男、女、及び指導組、指導なし組との間では特にはっきりとした結果は得られなかった。やはりRDテストのばらつきの出易さが示されていると思われる。

＝「歯と顎の不調和現象の観察について」＝

－ディスクレパンシーについて－

近年顎の大きさと歯の大きさの不調和が目立ち、そのため歯がきれいに並び切れない現象が多く見受けられます。この現象をディスクレパンシーと呼びますが、この原因として種々の要因があるのですが、その中でも特に重要な因子と考えられているのが食物の硬さが昔に比べて軟らかくなり、そのためよく噛んで顎を充分に使うという基本的運動が、時代と共に減少の一端を辿り、その結果として顎が小さくなって来たという訳であります。その辺りを考慮に入れて現代の児童・生徒達が、一体どの様な性状の食物を食べ、或はどんな食物を好み又は嫌っているかを調べ、更には食物の性状と大いに関係ある不正咬合や顎の関節の異常などを同時に調査して、それらの相関関係をも考察したいと考えます。

上記考察で始められた調査研究は遂に、杉並区委託事業となったのです。これは学校歯科医会にとって画期的なことで社会的認知を受けたと言うことなのです。報告〔Ⅲ〕によると

「歯と顎の不調和現象」に関する研究は、昭和61年度の一般研究を皮切りに本年をもって6年の経過をみるに至りました。

特に平成元年度からは杉並区委託事業として、杉並区立小・中学校の児童・生徒を対象に不正咬合の出現頻度や清掃状態そして歯肉炎との関連や咬合接触のあり方について調査し、検討を加えてきました。昨年度は同様の調査を都下西多摩地区にても行い、その結果を比較検討する事により、私達の住む杉並区の児童・生徒の現況を客観的に把握する事ができました。本年度は、同様の調査に加え、新たに下記の2点を追加して研究を行いました。

第1点は、咬み合せが運動能力に与える影響について、第2点は、児童・生徒の咬合様式について検討を加えました。その方法としては、まず正常咬合と思われる群、不正咬合と思われる群のそれぞれについて、

握力・背筋力を測定し、また咬合不可能な状態における筋力の低下の割合を調べました。

また、同様の分類で、乾パン1個を食べてもらい、その所要時間と咀嚼回数を調べ、同時に個人の咀嚼パターン分析を試みました

本調査の報告は毎年の杉並区学校保健会でなされていますが、調査終了の本年（平成4年度）最終報告書が出る予定です。

一方、デイス調査の事後措置として、相談も受けています。平成4年1月18日の相談日には4名の相談者があり、相談内容は、歯肉炎についての疑問、不正咬合についてなどで矯正科への紹介の要望などもありましたが、紹介については現在の所、実現に至っていません。同相談日は2月、3月と平成4年度内にあと2回行なう予定になっています。

昭和8年から連綿と継続している、学校歯科医としての活動、担当医として児童生徒の健康保持に務めることは勿論、毎年の歯の衛生週間行事、学校保健会での研究協議などを遅滞なく消化していく現状は、歯科医師会の内部から見てもその努力は高い評価に値するものと考えられます。

学校歯科医会は歯科医師会と同一の会員構成であり、歯科医師会の会務も毎年に増加して行く今日、会員の平均年齢も高まりつゝあり、現在発揮されているエネルギーが持続され、更に高揚充実することが理想ではありますが、次第に困難になって行く懸念があります。絶えず会務の見直しをしながら同時に事業の遂行に当らねばなりません。それには又、関係の諸団体、諸機関、学校などの御協力が欠かせません。各地区の学校歯科医会、歯科医師会は各々に努力を続けております。今後共、更なる御協力、御指導をお願い致しまして稿を終え責を果します。

本稿作成に際し、杉並区学校歯科医会理事杉沢啓三先生には大変お世話になりました。有難うございました。

尚、参考にした印刷物は下記の通りです。

「杉並区歯科医師会五十年史」

月刊「杉歯」（杉並区歯科医師会雑誌）

杉並区学校保健会総会要項 第23回、第24回。

（歯の健康手帳）

う蝕活動性試験（う蝕予測試験）報告書、Ⅰ、Ⅱ、
歯と顎の不調和現象の観察についてⅠ、Ⅱ、Ⅲ。

桜井っ子が育つ4つの ストーリー



愛知県安城市立桜井小学校
校長 石川 満

1 学校と地域の概要

本校は、岡崎平野の中心、安城市南部の農村地帯にある。東南には矢作川の清流が流れ、四季折々の自然に恵まれるとともに、古くから栄えた地域でもあり、古墳や古寺、中世の城址など、遺跡や史跡も多い。また、安城市が「日本デンマーク」と呼称された時期は、その一端を担った地区でもある。かつて旧桜井町にあった3つの学校を統合して、昭和35年に1町1校の大規模校として発足したのが始まりである。その後、児童数の増加が著しく、昭和56年には学区を二分して、北部に新設校を分離独立させた。最近では、児童数が徐々に減少してきている。現在 706名20学級、職員数30名となっている。



本 校 正 門 風 景

2. 本校の教育目標と健康教育

本校では、昭和62年度以来健康教育に取り組んでいる。健康教育とは、知・徳・体のよりよい調和をめざすことといえる。このことは、本校の学校教育目標である「自主創造性に富み、健全な心と強い体をもった子」にも合致することである。本校では、めざす健康

の姿を「たくましき」と「ゆたかさ」としておさえ、この2つを21世紀に必要な健康の姿ととらえ、様々な活動を通じて、その育成をめざしている。

3. ストーリーのある教育活動の組織と実践

実践の中から、私たちは、①自主性・主体性の育成の大切さ。②個々の活動の見直しと、活動相互の関連づけ・体系化の必要。③家庭・地域との連携強化、地域一体となった健康づくりの推進。以上の3つを課題として自覚した。

そして私たちは、これら3つの課題を解決する手だてとして、「ストーリーのある教育活動の組織と実践」を考えた。「ストーリー」とは、活動相互の関連づけ、体系化であり、「目標へ至るための筋立て」を意味する。

学校で行われる活動は、一つ一つ目的をもって取り組まれている。しかし、それらの活動の関連づけや体系化という面が弱いと、その場限りの活動に終わってしまう。教育活動は、それぞれの活動の意味や目標への見通しをしっかりとって進められてこそ、その成果も大きい。「ストーリー」を意識することにより、目標の明確化と役割意識の自覚が図られる。明確な目的意識をもち、自らの役割を自覚して行動するところから、自主性・主体性も生まれるといえる。

この「ストーリー」を構成するにあたって、私たちは、次の2つの視点を重視している。

(1) 「2つのS」と「2つのD」

<2つのS>

- ・スケール 活動の規模・期間・内容等をどう考えるか。
- ・システム どのような活動集団・活動の場を考え、どう組織化するか。

<2つのD>

- ・ドラマチック 感動が与えられるか。
- ・ドリーミー 夢がもてるものであるか。

(2) 「日常活動」と「節目となる活動」

子どもの成長は、「継続する中で育つもの」と、「時と場に応じて集中的に取り組むことによって育つもの」との二面性がある。この両面が相まってはじめて、真の成長が遂げられる。このような考えに立って、これらにかかわる活動を工夫し、教育課程の上に位置づけている。前者を「日常活動」、後者を「節目となる活動」と呼び、それらの充実をめざし、研究的な取り組みを進めている。

4. 全体計画



5. 柱となる4つのストーリー

「教育活動にストーリーをもたせ、ドラマチック・ドリーミィな展開をさせることにより、『たくましさ』と『ゆたかさ』が育つ」との考えのもと、本校では、柱となる4つのストーリーを設定している。

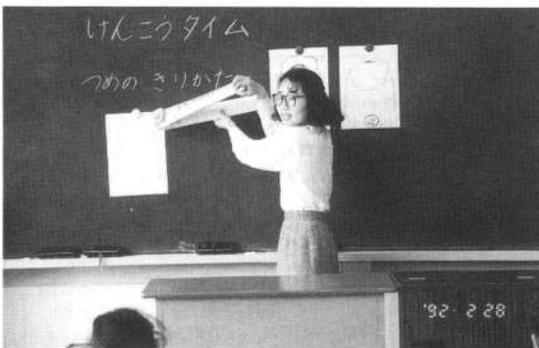
まず第1は、健康の基盤づくりにかかわるストーリーである。第2は、自主性・主体性にかかわるストーリー、そして、第3は、情操、第4は、家庭愛・地域愛にかかわるストーリーである。

6. ストーリー1 「みんなで考え、実践する健康づくりのための日常活動」



さわやかタイム

朝の「さわやかタイム」では、ストレッチを基本にした体操により、体の目覚めを起こさせるとともに柔軟性を高めている。火曜日には、保健・安全の知識や技能を身につける「健康タイム」、隔週の木曜日には「歌声集会」を実施している。2時限終了後の放課は、27分間とっており、外で思い切り遊ぶことを通して体力づくり、仲間づくりをねらっている。給食をおいしく食べ、食後は、放送に合わせて歯みがきを実施している。こうした活動を日課に位置づけ、健康づくりの日常活動として定着させている。

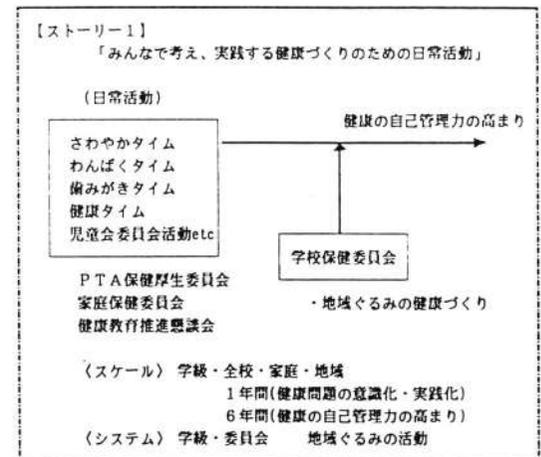


毎週火曜日15分間の「健康タイム」

また、学校・家庭・地域が、日常活動としてそれぞれ健康づくりをすすめるとともに、ともに考え合う場として、学校保健委員会を重視している。学校保健委員会の年間の活動を通じて、健康問題の意識化・実践化が図られ、6年間の継続の中で、個々の子どもたちの自己管理力の育ちや地域の全体の健康づくりにつながっていくというストーリーを考えている。



地域ぐるみで話し合う学校保健委員会

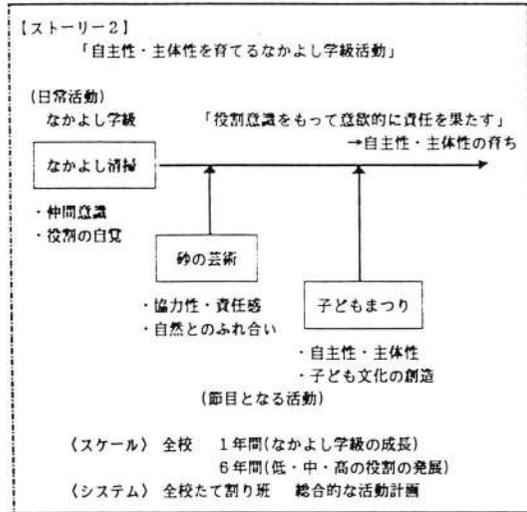


7. ストーリー2 「自主性・主体性を育てるなかよし学級活動」

全校をたて割りとした「なかよし学級」を組織し、その「なかよし学級」の活動を1年間続けるなかで、子どもたちが意欲的に、自分の役割を自覚して取り組むようになることを自主性・主体性の育ちと考えている。日常活動としての清掃活動(なかよし清掃)と、節目となる活動としての「砂の芸術」(矢作川河原で行う全校での砂の造形活動)、「子どもまつり」の場面を通して、自主性・主体性の育成を図っている。



矢作川の河原での「砂の芸術」



「子どもまつり」での「おみこしコンテスト」

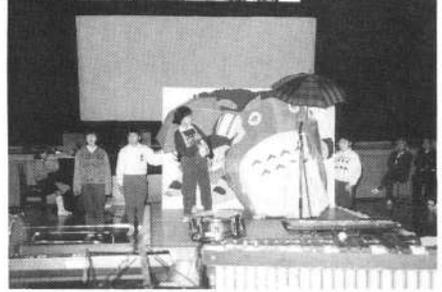
8. ストーリー3 - 「心を拓き、心と心をつなぐ歌声活動」 -

声を出すことに抵抗をなくし、1日の生活の始まりに、自分の思いを少しでも気楽に出せるような心の突破口の役割を果たす。そんな場として歌を歌う活動を位置づけている。毎朝、教室から聞える各学級の明るく元気な歌声が、隔週の木曜日の歌声集会には、全校の歌声となって響き合う。全校でそろって歌う喜びに始まり、徐々に歌声が大きくなり、歌える喜びに変わ

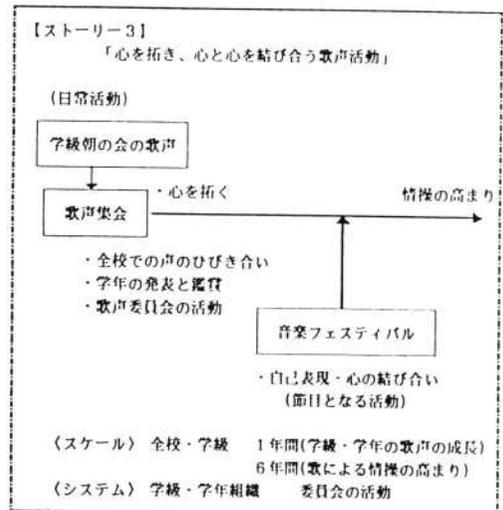
る。また、響き合う歌声の美しさに注目できるようにもなる。さらに、年1回、歌声集会の集大成として「音楽フェスティバル」を開催している。ここでは、歌を通して子どもたちが思い切り自分を表現する場である。全校が心と心をつなぐ結び合う場でもある。歌声集会や音楽フェスティバルは、親にも開放しており、毎回多数の方が参観にくる。ゆたかな情操や表現力の育成ばかりか、親子のふれ合いにもつながっている。



ひびけ！全校の歌声
— 隔週木曜日の歌声集会 —



音楽フェスティバル



9. ストーリー 4

— 「地域とのかかわりを深め、地域愛を育てる
ふるさとふれ愛活動」 —

低学年の生活科や中学年の地域学習として学んだことを、高学年では総合活動として発展させている。5年生は、矢作川の自然を絵や詩にあらわし、さらにそれを自作の歌作りに、6年生は、地域の歴史を調べ、調べたことを「親子桜井めぐり」で生かし、郷土劇の創作へ発展させている。いずれも、学芸会で発表し、参観した保護者をはじめ多くの人に感動を与えている。地域に親しみ、地域を知り、地域に働きかけることによって、地域愛が育つことをねらっている。

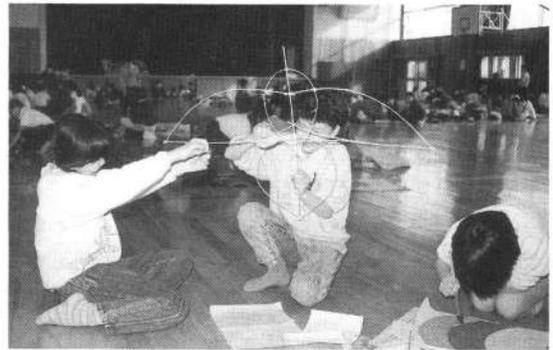
地域を素材とした各学年の学習や活動とともに、親子や地域の人との「ふれ愛」も、ふるさとづくりの重要な視点である。「親子桜井めぐり」や「桜井たこづくり」等の活動は、本校の伝統行事ともなっている。



子どもたち自作自演の郷土劇（学芸会）



親子桜井めぐりー親子で地域の史跡めぐりー

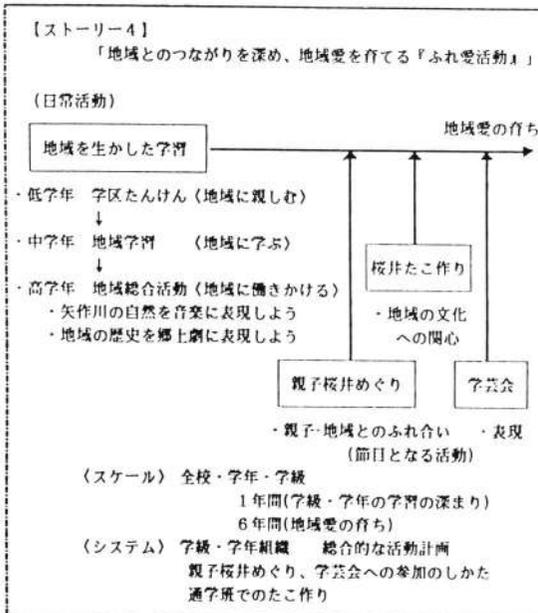


伝統の桜井たこづくり

10. おわりに

どうしたら、21世紀を健康で心豊かにたくましく生きていく人間を育てることができるか。これが私たち桜井小学校の掲げる「健康教育」の課題である。私たちはこの課題を小学校教育の1サイクル6年間をめどに、私たちなりの結論と成果を得たいと取り組み始めた。当初、13項目中3項目しか全国平均を上回っていなかった体力テストが、平成2年度においては、10項目ほどに増えた。う歯の治療率向上、低視力者やぎょう虫卵保有者の減少なども見られた。一方、「あらゆる活動が自主性・主体性をもって取り組めるようにならなければ、本物にならない」ということも実践を通してわかった。

昭和62年度からちょうど1サイクル6年間を終えた現在、たくましく成長してくれた6年生を見つめて、私たちなりに、進めてきた方向はまちがっていなかったという確信を深めている。と同時に、生涯を通じて生きて働く健康の自己管理能力の育成は、本人の自主性・主体性や家庭・地域の教育力に一層大きくかかわっており、今後さらに研究実践を重ねていくことの大切さを感じている。





心身共に健康で、すすんで健康 づくりに取り組む児童の育成



茨城県笠間市立笠間小学校

校長 大関 保

1. 学校と地域の概要

本校は笠間市（城下町、門前町、芸術の町）の中心に位置し、笠間藩校「時習館」跡に、明治6年に立てられた、歴史と伝統のある学校であり、幼稚園・中学校と隣接しているため、幼小中一貫の教育も推進できるよい環境である。

全校児童924名の大規模校であるが、校庭が広く（1.5ヘクタール）、自由に伸び伸びと遊ぶことができ、心身共に健康な体づくりを目指した教育が行われている。

校舎のまわりには、桜・つつじを中心とした大木が多く、花壇との組み合わせにより、年間を通じて花々が咲きそろっている。「花とほうぎの学校」で県知事賞を受け、現在は県のモデル校に指定されている。情操面でも落ちついて学習できる環境にある。

地域住民のほとんどが本校の卒業生なので、保護者の学校教育に対する期待は大きく、学校行事やPTA活動には協力的で、発展性のある活動を行っている。学校保健活動の母体である学校保健委員会もこうした協力体制の中、満9年になる。

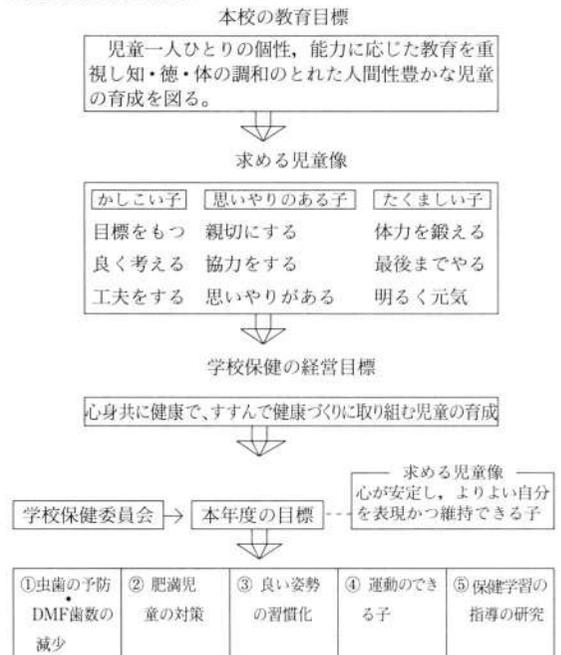
2. 本校の健康教育の実際



「心の健康が保たれることで、体も健康になる」という考え方にに基づき、健康のパロメーターを「元気なあいさつ」と考え、全職員であいさつ運動に取り組んでいる。目を見てのあいさつは、児童と教師の人間関係、家庭・地域との連携を深める役割をはたしている。

また、職員相互の連絡により、情緒問題も早期に対応できるよう心掛けている。

(1) 学校保健の経営



(2) 健康推進のための組織活動

①校内保健部会

保健・安全・給食の3部から成り、校内の問題の早期発見・対応に力を入れている。学校保健の具体的実現のため、次の5項目を重点に推進している。

ア. むし歯予防

- 早期治療の促進（コーナーの利用）
- 歯磨きのできる子の育成

- 歯の保健指導の実施
- 歯みがきタイムの完全実施



給食後の歯みがきタイム

イ. 肥満児対策

- 自己目標の確立とその取り組みへの援助
- 3者（親・子・養教）面談の実施
- ピョンピョンクラブの運営
- 学級担任の常時指導・管理（体育・給食・校外学習時）

ウ. よい姿勢の習慣化

- 机に座っている姿勢の矯正
- 腹筋・背筋強化の運動の導入
- 鉛筆の持ち方、書写の方法の点検
- 歩行時の姿勢（背筋を伸ばす）

エ. 運動のできる子の育成

- 疾病異常者の管理区分の完全実施
- 運動場の分割化（利用計画）
- 休み時間の戸外遊びの奨励
- さか上がり、上り棒の奨励

オ. 保健学習・保健指導の充実

- 段階的指導，健康手帳の活用
- 学年内の統一歩調による保健指導の実施
- 「なぜ・なに」と疑問に思った事を、保健指導に役立てるよう努力
- 病気の予防で「エイズ教育」を実践

② 学校保健委員会

学校保健の向上には地域ぐるみの対応が必要であるという基本理念に基づき、9年前に組織され、年3回開催されている。校内職員だけでは解決できない問題を、家庭・地域が一体となって対応していく為に、学校保健委員会が中心になって対処していく必要がある。

最近「より健康な体をつくる為に」というテーマで公開型の会を開き、多数の父母の参加があった。

③ P T A 広報委員会

長年に亘り「こどもとくらし」というテーマで、こどもの健康委員会における問題解決の具現化の一つの策として考えている。

昨年は、現在の食生活を見直してみようと1クラスを選出し、学級研修とタイアップし、「おやつ選び」をし、おやつの好き嫌いを見つけ、父母への問題提起をしている。

〈おやつ調べ〉

去る10月12日2年1組の皆さんの協力を得て、おやつの調査をしました。テーブルの上に次のようなおやつを並べて、一人ずつ好きなものをとってもらおうのです。

かたいお菓子：するめ、ごませんべい、豆、落花生、くり。

やわらかいお菓子：スナック菓子、チョコレート、ビスケット、マシュマロ。

ポテトチップスやスナック菓子、チョコレートなどがまづなくなり、昔ながらのおやつ、ふかしいも、落花生、するめ、豆などはほとんど残りました。この結果はだいたい私達の予想した通りでした。

また先生の御協力を得て、子供達にいくつかの質問をしてみました。

★「甘いものとしょっぱいものとどっちが好き？」に対しては「しょっぱいもの！」という答。これはたぶんポテトチップスやスナック菓子などを指していると思われる。

★「やわらかいものとかたいものとどっちが好き？」に対しては「かたいもの！」という答えが圧倒的でした。これはちょっと調査の結果と矛盾するなあと考えたのですが、子供達はポテトチップスなどサクサクした歯ざわりのものを「かたい」としているようです。

★「今まで食べたものの中で一番かたいなあと考えたものは？」に対しては、ほとんど「するめ」と答え「おせんべい」と答えた子もいました。印象としてはかたいものをよくかんで、食べた経験が少ないのかなあ、という感じがしました。

子供達はおやつが大好きで楽しみにしているの、健康の面から考えても、おやつの選択は必要だし、いろいろ工夫してみる価値があるように思います。

(3) 特色ある活動

①肥満児指導

食事内容と運動量の両面から検討し、指導している。特に、運動能力をいかに向上させるかという「自己目標」を立てさせ、その実現の為の援助をしていくとい

う方法をとっている。「自己教育力」を身につけることに重点をおいている。

<肥満児管理のマニュアル>

⑦対象児童

- 健康診断で「肥満」または「肥満傾向」と診断された児童
- 並びに「村田式肥そう度で30%以上で、逆上がりが出来ない児童」

④方針

本人および家族が指導を希望しかつ本人が努力しようとする心が確立できてから、運動療法を取り入れて実践していく

⑦方法



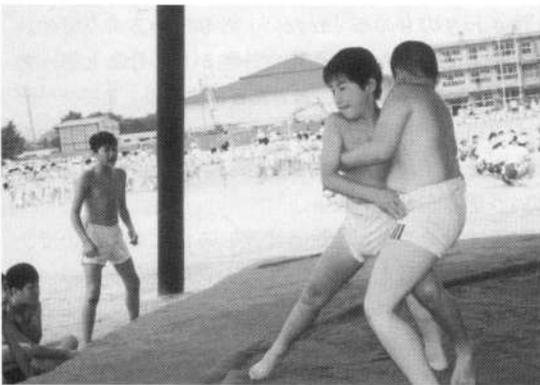
②サーキットトレーニングコース

児童の運動能力には個人差があるので、地形を利用したサーキットトレーニングコースが設置されている。自己目標により、弱点は2～3度行ったり、力を付けたい所は何度も行えるようになっている。コース内には次の遊具があるので、学年を通して楽しんで運動することができる。遊具は①タイヤ②ろく木③うんてい④階段⑤ジャンボ滑り台⑥はん登棒である。

利用時間は、体育の始めや業間体育等である。

③校内すもう大会

市内の各小中学校にすもう場があり、毎年すもう大会が開かれており、年1回、校内すもう大会も開かれ、すもうに親しんでいる。



負けるながんばれ(校内すもう大会)

すもうの指導と肥満児指導は一見反対のように思われるが、「運動のできる子の育成」の目標に基づくもの

である。

④校内マラソン大会、校内なわとび大会

業間や体育時に練習をして、クラスマッチ方式で大会を行っている。

⑤業間体育

「自由に自発的に遊ぶ」ことを重視し、業間体育は自由遊びの形態をとっている。しかし、冬期は持久力を向上させるため、全児童・全職員で、各自のペースで7分走を行っている。



業間運動

⑥保健学習・保健指導の充実

最近マスコミを賑わしているエイズに対して、平成3年度より6年生に伝染病の予防の単元で指導している。100%予防できる伝染病としてのとらえ方で安心感を与え、差別の心が育たないように心掛けている。

また、それに付随して「性に関する指導」にも力を入れ学年毎に行っている。

⑦クリーンタイムの設置

環境問題を念頭に、まず自分たちでできる環境対策から、校地内外の一言ゴミ拾いを実施している。毎月第3土曜日に、学級毎設定した場所のクリーン作戦を行っているので、最近では、ゴミがほとんどない状態になってきている。

4. おわりに

健康推進は人づくりの推進であり、学校教育の根幹である。「心身共に健康で、すすんで健康づくりに取り組む児童の育成」の健康目標の実現のため、学校・家庭・地域が一体となって地味な取り組みを行ってきた。この度このような対策が認められ「すこやか賞」を受賞し感激もひとしおである。受賞を新たな出発点と考えて、健康教育推進を重視する伝統を今後も守り、さらに、地域や他の学校へも啓蒙を図っていきたい。

自分でつくろう自分の健康(1)

一進んで健康づくりに
取り組む子どもの育成一



岡山県邑久郡長船町立行幸小学校

校長 小林 毅 士

1 地域と学校の概要

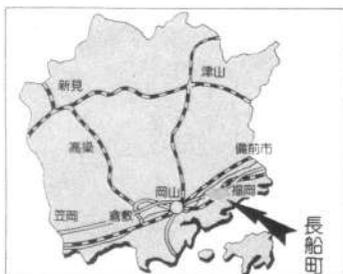


学校の正門

本町は岡山県の東南部に位置し、東西7.5km、南北6.7km、総面積29.30km²である。東北部は備前市、南部は邑久郡邑久町、西部は吉井川の清流を境に岡山市と赤磐郡瀬戸町に接している。

本校は明治35年に創立され、現在は水田が多く残る静かな住宅地の中にあり、児童数は481名、15学級の中規模校である。

学区は長船町の西部を占め、平坦地の農村である。しかし、専業農家は極めて少なく、収入源を他に求める傾向のうえ、最近、企業誘致、住宅開発による住宅



長船町の位置

団地の増加など漸次活況を呈し、都市化の傾向が見えている。

文化の歴史は古く、平安時代後半から室町時代末期にかけて「刀剣王国」として栄えた。特に「福岡一文字」とよばれた福岡、「備前長船」と呼ばれ、備前刀の代名詞にまでなっている長船がそれである。

このような歴史の表舞台に名をとどめている地区をもつ本学区の人々の教育に対する熱意は高いものがあり、学校教育に対しての理解も深く協力的である。

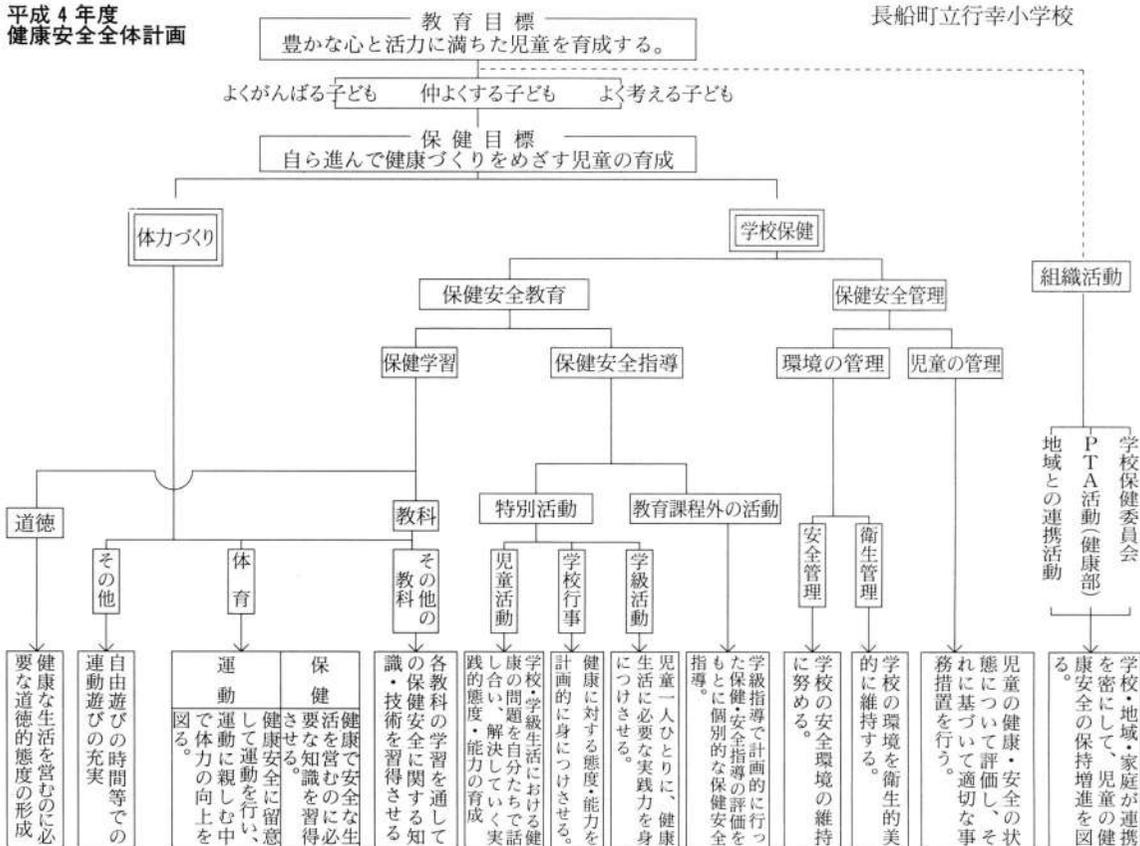
2. 本校のめざす健康教育

本校では、豊かな心と活力に満ちた子どもの育成をめざし、学校教育目標のめざす児童像を全教育活動の中で実現する取り組みをしている。学校保健を全教育活動の中に正しく位置づけてすすめていくとともに、組織活動にも積極的に取り組み、家庭や地域との連携や協力の中で推進している。

特に、昭和58年度から続けて「よい歯の学校」の表彰を受け、歯科保健活動を中心に学校保健活動全般にわたって積極的な実践を積み重ねてきた。さらに、平成元年度から小児成人病予防健康診査（親子健診）が始まり、行政の保健活動との連携も深まってきており、本校が掲げる健康教育の目標に向かって着実に成果をあげてきている。

(1) 健康推進のための全体計画

保健目標の具現化をめざし、全教育活動の中に学校保健活動を浸透させるとともに、学級活動、体育の時間の充実、ゆとりの時間の活用、日常の指導、学校と家庭や地域との連携を大切にしながら全職員の共通理解のもとに推進している。



(2) 健康推進のための組織的活動

①学校保健委員会

児童の健康問題を解決し、一層の健康増進を図るためには、学校内はもとより学校と家庭、さらには地域との協力体制をつくり、共通理解のもとに活動を進めていかなければならない。そのために、学校保健委員会を柱にして、各組織が相互に関連しながら機能する保健活動をめざしている。



学校保健委員会

②児童保健委員会

全校児童の健康への関心、意識を高めるための効果的な活動について話し合い、常時活動（石けん液の補充）や健康調べの集計、歯みがき集会や校内テレビ放送への出演など健康意識を高める活動に取り組んでいる。



小児成人病予防健康診査

(3)特色のある実践活動

① 小児成人病健康診査

本町では、平成元年度より保健課、教育委員会を中心として小児成人病予防健康診査を実施している。そ

ほけんだより NO. 7 行幸小学校

成人病(おとなの病気)は、子どものころから日本人の死亡の原因は……?

- 第1位 ガン 悪いガン細胞が増えちゃう病気
- 第2位 心筋梗塞 心臓の血管がつまってしまう病気
- 第3位 脳卒中 脳の血管が切れたりつまったりする病気

これらは、3大成人病といって、おとなの人がなる病気なのですが、よく調べてみると、子どもの頃から始まっていることがわかってきたのです。おとなになって、これらの成人病で早死にしないために、子どもの頃から予防することが大切です。

成人病の原因は……?

インフルエンザやはしかのように人からうつされてなるのではなく、長い間の生活の積み重ねで起こるのです。



② 歯科保健の取り組み

本校は、昭和58年度以降毎年、よい歯の学校として表彰を受け、り患率は全国平均をかなり下回り、年々減少の傾向にある。具体的な実践としては、歯みがき指導、保健委員会の自作劇による啓発、歯の健康カレンダー、給食後の歯みがきなどである。



歯みがき指導

(次号へ続く)

れにともない、地域との連携を図りながら、学校保健委員会やほけんだよりなどで児童や保護者に小児成人病予防に関する啓発および生活指導を行っている。

どうすれば成人病を予防できるの?

◎① 太りすぎを防ぎましょう。
太りすぎていると、高血圧や糖尿病になりやすいし、血管が狭くいたみます。砂糖(甘いもの)や脂質(油っこいもの)を食べすぎたり、運動不足になったりすると太りやすくなります。みなさんは、特におやつについてよく注意してください。甘いお菓子やジュースはもちろん、スナック菓子も油で揚げているものが多いのです。食べる量も、種類もよく考えてみてください。手作りのうすあじのものなどは最高ですね。



◎② 塩分(塩からいもの)を少なくし、うすあじにしましょう。

塩分をたくさんとっていると、高血圧になりやすいです。高血圧が続くとだんだん血管がもろくなり、古い水道管のようになり、つまったりやぶれやすくなったりするのです。

塩分をひかえるためのヒント

- ① ラーメンやうどんのおつゆは全部飲まず。残しましょう。おつゆには、とても塩分が多いです。
- ② つけものやおひたしにかけると、しょうゆは、少し薄めて使う。

◎③ すきらいしないで、いろいろな食べ物を組み合わせて食べましょう。

1日に30種類以上の食品を食べるようにしましょう。00×100だ!7じゃだめヨ!

◎④ たばこはすわない、お酒は飲まない。
子どものみなさんにとっては、あたりまえのことですが、おとなになってからもたばこをすったり、お酒を飲みすぎるとたいへん、成人病になりやすいのです。心身健康で長生きしたい人は、おとなになってからもたばこもお酒も、ひかえめに……。



1992年度健康推進学校表彰校祝賀パーティーで児童の大合唱

<朝日新聞社提供>

1992年度健康推進学校 すこやか大賞1校・すこやか賞11校

◇ 大規模の部 (18学級以上)

	学 校 名	
全国優秀校すこやか大賞	愛知県安城市立	桜井小学校
全国優秀校すこやか賞	山形県尾花沢市立	尾花沢小学校
全国優秀校すこやか賞	茨城県笠間市立	笠間小学校
全国優秀校すこやか賞	山口県下関市立	向山小学校

◇ 中規模の部 (7~17学級)

全国優秀校すこやか賞	岐阜県東白川村立	東白川小学校
全国優秀校すこやか賞	岡山県長船町立	行幸小学校
全国優秀校すこやか賞	富山県小矢部市立	大谷小学校
全国優秀校すこやか賞	島根県鹿島町立	東小学校

◇ 小規模の部 (6学級以下)

全国優秀校すこやか賞	愛知県田原町立	田原南部小学校
全国優秀校すこやか賞	鹿児島県上屋久町立	永田小学校
全国優秀校すこやか賞	和歌山県白浜町立	北富田小学校
全国優秀校すこやか賞	岩手県二戸市立	上斗米小学校

育ちざかりの
ひと粒!



体力をつけ健康を保つ

歯・骨を丈夫に……

カワイ肝油ドロップ



河合製薬株式会社

東京都中野区新井2-51-8