

健康教育

- ☆ 北海道の農村・小都市における給食未実施校の弁当調
査とビタミン補給対策…………… 2
- ☆ 子どもの健康…………… 6
- ☆ 我が校の健康教育…………… 8
- ☆ 〈随想〉私の健康教育…………… 11
- ☆ くとも式下腿長測定器の考案…………… 13



入学式スナップ

—組分けがすんで式場へ—

東京都世田谷区立八幡小学校

NO 43



北海道の農村・小都市における給食未実施校児童の弁当調査とビタミン補給対策

北海道教育大学教授

理 学 博 士 細 井 敬 三

1. は じ め に

僻地校の多い広大な北海道には給食未実施校がまだ多数存在しており、そこでの児童生徒の弁当内容は栄養上きわめて低いものです。弁当の低栄養量は児童生徒の発育・体力や学業に悪い影響を与えています。冷害がひとたび発生すると、被害地域の児童生徒のふだんの粗悪な弁当はいっそうみじめな状態に低下し、被害の甚だしい地域では飢餓水準に陥り、多数の欠食児童生徒が続出します。

ところが、北海道における児童生徒の弁当は栄養上一体どんな水準なのか、どんな欠陥をもっているのかという調査がきわめて不十分です。道教育庁の漁村小・中学校児童生徒の弁当調査資料等があるほか、農村、山村、小都市等での調査はほとんどないといった状態です。

そこで筆者はまず弁当調査の必要性と重要性を痛感し、ここ数年来農山村、小都市の給食未実施校児童生徒の弁当調査

にとりくんできました。ここに最近（1967年、1965年）の調査結果を発表して弁当の実態を明らかにし、さらに調査結果にもとづいて児童生徒のビタミン補給対策について若干私見をのべて参考に供したいと思います。

2. 弁当調査方法と結果

調査事項（摂取栄養量、主食ならびに献立の種類、摂取食品の数量、価格等）、調査方法は文部省調査方式によりました。

調査対象は米作純農村地区の石狩当別町蔵岱（わらびたい）小学校、農村地区の石狩当別町の当別小学校、僻地農村の石狩管内厚田郡厚田村望来小学校、小都市の江別第二小学校のそれぞれ第4学年1学級でした。

つぎに調査結果について考察を加えながら述べましょう。

摂取栄養量

弁当の栄養量、学校給食所要栄養量基準にたいする比率、

表 1 弁当栄養量、学校給食栄養量基準にたいする比率

栄 養 量 価 格 調 査 対 象 区 分		人 員	熱量 Cal	蛋 白 質		脂肪 g	カルシ ウム mg	ビ タ ミ ン				価格 円	調 査 年月日
				動物性 g	総量 g			A 1.U.	B ₁ mg	B ₂ mg	C mg		
農 村	農 当 別 蔵 岱 小	10	484	4.2	11.4	4.0	57	198	0.19	0.14	3.0	31.49	昭 40.6.23
	当 別 別 小	43	462	6.3	13.3	5.4	42	184	0.15	0.17	0.6	34.35	
	望 来 小	16	445	6.1	12.9	4.5	70	209	0.17	0.22	1.5	31.22	
	全国 7 県 7 校 平均		471	5.1	13.1	5.0	49	109	0.16	0.14	1	23.00	
小 都 市	江 別 第 二 小	37	531	10.1	17.8	8.4	74	257	0.26	0.27	2	45.58	42.7. 7
都市近郊	全国 5 県 5 校 平均		534	9.2	17.4	8.8	76	332	0.18	0.22	2	35.52	39.6下旬
学 校 給 食 所 要 栄 養 量 基 準			650	10.5	25.0	11.0	350	875	0.60	0.60	35.0		
給 食 基 準 量 に たい する 比率	蔵 岱 小 %		75.5	40.0	45.6	36.4	16.3	22.6	31.7	23.3	8.6		
	当 別 小 %		71.1	60.0	53.2	49.1	12.0	21.0	25.0	26.7	1.8		
	望 来 小 %		68.5	58.1	51.6	40.9	20.0	23.9	26.7	36.7	4.3		
	農村 全国 平均 %		72.5	48.6	46.0	45.5	14.0	12.5	23.3	23.3	2.9		
	江 別 第 二 小 %		81.7	96.2	71.2	76.4	21.1	29.4	45.0	45.0	5.7		
	都市近郊 全国 平均 %		82.2	87.6	69.6	80.0	21.7	37.9	30.0	36.7	5.7		

価格は表1に示すとおりです。

表1に示すように、北海道農村児童の弁当栄養量は、地域、調査対象校によっていくらかの差がありますが、農村全国平均栄養量とほぼ同じ水準を示しています。当別小は蔵岱小や望来小よりもややまさっています。

蔵岱小の調査は大冷害の翌年昭和40年6月23日に実施したので、弁当栄養量は動蛋、蛋白質、脂肪の点で他校や全国平均よりも低くなっています。

江別第二小の弁当栄養量は都市近郊全国平均栄養量とほぼ同じ水準ですが、動蛋や蛋白質の点で全国平均よりかなり上回っています。動蛋摂取量10.1gは給食基準量10.5gに近いです。これはよいことです。

弁当栄養量は総体的に不足が認められますが、特に注目に値するのはカルシウムと各種ビタミン摂取量が極度に少ないことです。ビタミンAとC、カルシウムはまさに飢餓水準です。

弁当栄養量と学校給食所要栄養量基準との比較は図1に示

すとおりです。

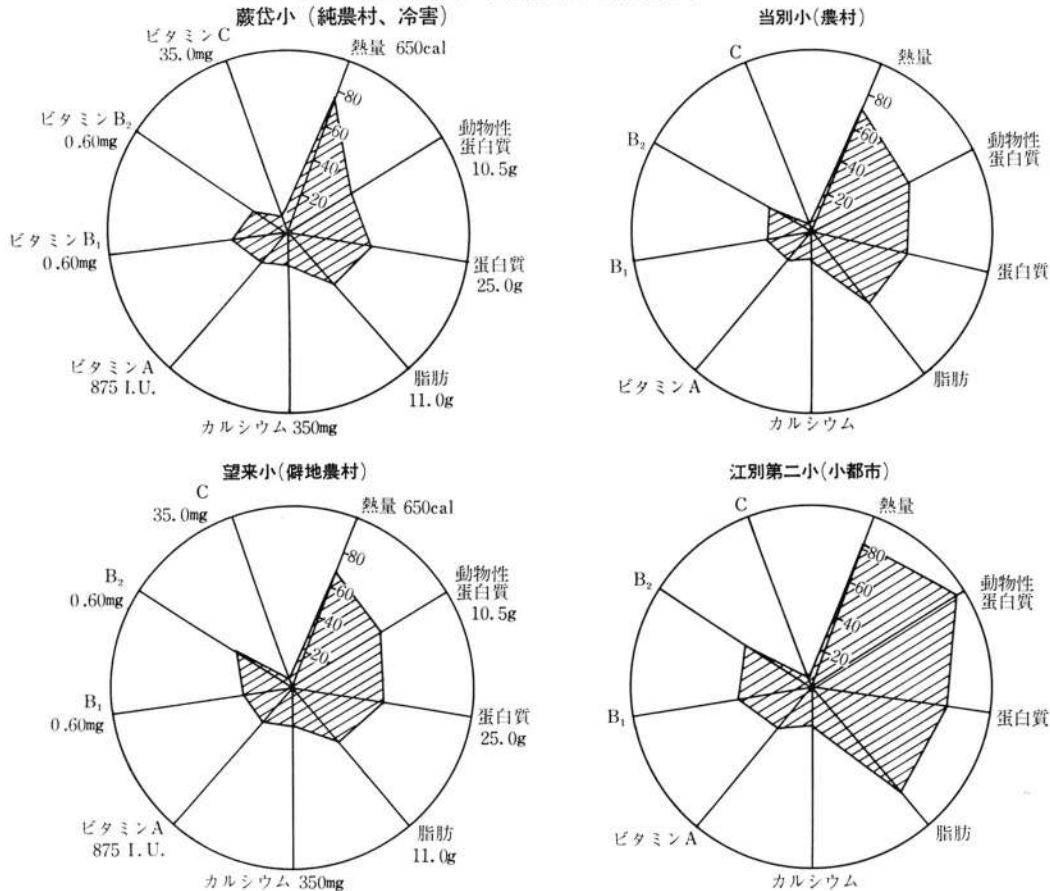
図1から明らかなように、農村児童の弁当の動蛋、蛋白質、脂肪は給食基準量に比較すると、なかば飢餓水準であり、各種ビタミンは飢餓水準で、Cは皆無に等しいほどです。

小都市江別第二小の児童の弁当栄養量をみますと、動蛋は基準量の96.2%に達しており、熱量、蛋白質、脂肪は基準量のそれぞれ81.7%、71.2%、76.4%ですが、カルシウムと各種ビタミンは農村児童の弁当と同様に基準量に比較すると、飢餓水準です。ビタミンCは小都市でも皆無に等しいという嚴重な欠陥をあらわしています。

弁当栄養量が基準量に比較して概して問題にならないほど低水準であることが、図1から明白に見てとることができます。

北海道の農村と小都市の給食未実施校児童の弁当栄養量は、栄養学的観点から考察すると、児童年令と発育の要求に適合したものでなく、きわめて低い水準であり、具体的にいえば、蛋白質不足、脂肪不足、カルシウム不足、各種ビタミン不足

図1 弁当栄養量と学校給食所要栄養量基準との比較



(注)
3. 2. 1.
円は学校給食所要栄養量の基準を表わす。
円に達しない箇所は、基準量より摂取量の少ないことを示す。
内側の斜線の部分は弁当栄養量を示す。

ン不足であり、特にカルシウム、ビタミンA、Cの極端な不足（飢餓水準）です。

食品摂取状況

イ、主食の摂取状況

弁当の主食として白米飯を持参したものは、蔵岱小90%、当別小81.4%、望来小100%、江別第二小97.3%でした。

菓子パンを持参したものは、当別小では18.6%に達し、農村全国平均9.4%より上回っていましたが、望来小では皆無でした。

江別第二小の白米飯持参者は97.3%に及び、都市近郊全国平均75.0%よりもはるかに多くありました。

主食の米麦量については、農村3校ともに139~100gが第1位であり。全国平均第1位99gよりまさっていました。

江別第二小の米麦量の第1位は全国平均と同様に139~100gでした。

米麦量の最高値と最低値との格差（100：2.5—59）がきわめて大きいのが目立ちます。米麦量99g以下の比率をみると、農村は小都市よりも高いという結果です。

ロ、料理の種類、おかずの食品数、動物性食品数

おかずに最も多く使用される料理は、農村の場合普通漬物ですが、当別小では漬物が第2位（23.4%）で、焼物（卵や魚）が第1位（27.3%）です。これは都市近郊の場合に似ています。当別小は農村地域にありますが、札沼線当別駅のある農村のまちの小学校ですから、農家子弟が非農家子弟より少ないのです。第3位は煮物、第4位は魚肉ソーセージ、練製品です。

小都市江別第二小では、焼物が25.9%で第1位、その他が21.2%で第2位、煮物が15.3%で第3位、漬物は14.1%で第4位となっています。焼物、煮物が漬物よりも多いという傾

向は、都市近郊の全国的傾向と一致しています。

おかずの1人当り摂取食品の数は、当別小では3品のものが最高ですが、他の3校では2品のものが最高です。

おかずのないものが、当別小の場合34.9%に及んでいます。これは、菓子パンのものの（全体の18.6%）がおかずを持参しないので、おかずのないものの比率を高めているからです。おかずのないものが、蔵岱小では10%、望来小では12.5%に及び、農村全国平均5.3%より上回っています。

江別第二小ではおかずのないものが5.4%で低くなっています。

動物性食品の数については、蔵岱小や望来小では1品のものが最も多く、それぞれ全体の50%、56.3%を占め、ついで2品のものであり、3品のものはありません。当別小と江別第二小では、2品のものが第1位で、それぞれ全体の30.2%、56.8%を占め、ついで1品のもの（27.9%、18.9%）、3品のもの（7.0%、5.4%）の順です。

動物性食品を全然持参しないものが、当別小、蔵岱小の場合には比較的に多く（34~40%）見られます。

当別小では牛乳給食を実施しており、さらにカワイ肝油ドロップを1~2年生に全員服用させ、3年生以上には希望服用させています。当別小ではおかずを持参しないものでも牛乳1合はみな飲んでいますが、したがって、当別小のおかずを持参しないものは、蔵岱小や望来小のおかずを持参しないものとは、事情が異なります。そのうえ肝油ドロップの補給です。

蔵岱小の場合は冷害の翌年に調査したので、冷害の影響が調査結果に反映しており、望来小は貧しい僻地農村部にある学校ですから、おかずが概して悪いのです。

おかずの点では江別第二小は農村地区3校よりもまさって

表 2 料理の種類、食品の数、動物性食品の数

区 分 学 校 名		調 査 人 員	料 理 の 種 類										お か す の 数				お か ず の な い も の	動 食 物 性 数			動 の 物 な 性 い 食 も 品 の	
			煮 物	焼 物	炒 物	揚 物	和 物	漬 物	佃 煮	魚 肉 ソー セー ジ	練 肉 製 品	そ の 他	計	1 品	2 品	3 品		4 品 以 上	1 品	2 品		3 品 以 上
農 村	蔵 岱 小 %	(10)	17.6	29.4				41.2	5.9		5.9	100	20.0	50.0	10.0	10.0	10.0	50.0	10.0		40.0	
	当 別 小 %	(43)	13.0	27.3	2.6	6.5		23.4	2.6	11.7	13.0	100	7.0	20.9	25.6	11.7	34.9	27.9	30.2	7.0	34.9	
	望 来 小 %	(16)	3.4	27.6				31.0	10.3	20.7	6.9	100	31.3	25.0	25.0	6.2	12.5	56.3	25.0		18.7	
	全 国 平 均 %		17.8	16.4	6.6	4.3	1.4	25.1	10.4		18.0	100	28.6	42.3	16.9	7.9	5.3	51.2	19.2	2.8	30.1	
小都市	江 別 第 二 小 %	(37)	15.3	25.9	2.4	3.5	2.4	14.1	5.9	9.4	21.2	100	13.5	43.2	27.0	10.8	5.4	18.9	56.8	5.4	18.9	
都市近郊	全 国 平 均 %		20.4	20.7	15.1	4.2	0.3	13.6	10.4		15.3	100	30.8	21.1	28.1	20.0		38.9	33.0	2.2	25.9	

います。そのうえにカワイ肝油ドロップを低学年生に全員服用、高学年生に希望服用（学級の約2/3服用）させています。

3. ビタミン補給対策

農山漁村、小都市の給食未実施児童生徒の弁当栄養量はなぜ低いのか、弁当改善を妨げている要因、条件はなにか、という問題は重要問題です。この問題について筆者は栄養調査の長期経験から次のように考えています。

(1) 農民、漁民、労働者の大多数の貧困、失業と半失業の存在。この貧困と失業（生活保護世帯、失対労務者）に結びついた食生活低水準、摂取栄養低水準。

(2) 昼食は簡単にありあわせで、弁当はごはんにつけものという、勤労人民のあいだに長年月来継承してきた粗食の習慣。

農山漁村では、貧困と粗食の習慣とかの共通要因のほかに、都市よりも悪い条件があります。特に農山村には次のような条件があり、子どもたちの弁当改善に悪い影響を及ぼしています。

(1) 動物性食品を初め各種食料品を都市とは異なって手軽にいつでも買えず、安価に購入できないこと、食生活水準向上の条件の欠陥。

(2) 農家主婦の長時間農作業、家事労働の重荷によって食物調理のための時間とエネルギーがわずかしかないこと。主婦は農繁期には暗いうちに起き、1日12～14時間以上の農作業をつづけ、家事雑用も加わり、疲労とたたかいながら働きます。子どもらの弁当のおかずの時間をかけてつくることができず、放任状態にさえ陥ります。このため、農繁期には、1週間おなじおかずがつづくこともめずらしくありません。漁家の主婦も農家の主婦と同じです。

(3) 農山漁村における食生活や栄養の知識と関心は都市より低いこと。

以上の要因や条件が弁当を低水準におき、その改善を妨げているのです。こうしたきびしい状況のなかで、当面やらなければならない弁当対策、いまずぐ実現できるビタミン補給対策等について私見をのべたいと思います。

(1) 学校側の弁当にたいする栄養指導

農山漁村、辺地の子どもらは弁当のおかずを強くほしがっています。そこで弁当の野菜欠乏野菜不足をなくしたり、おかずの食品数を増加したり、動物性食品を忘れずに持参させたり、果実をもたせたり、料理にもっと工夫をこらしたりして、おかずの質と量をゆたかに向上しなければなりません。こうした栄養指導を学校側はやっていますが、それを断固として強化すべきであると考えます。

弁当改善のために学校側が児童生徒、父兄にたいして懇切な、忍耐強い指導を強化すれば、1部のものはかなりよくな

り、弁当改善の成果は全般的にいくらかあがるでしょう。つまり栄養指導の効果はある程度期待できます。だがしかし、農山漁村、都市低所得層等の児童生徒の弁当を、栄養指導だけによって、いまずぐ1人残らず徹底的に大巾に改善することはできません。

農民、漁民、都市低所得層の食生活を低水準におく諸条件は、学校側や保健所とかの単なる栄養指導によるだけでは到底取り去りうるものではありません。ここに児童生徒、父兄にたいする栄養指導の役割には一定の限界があるのです。

それにもかかわらず、弁当の栄養指導はしつづけなければなりません。

(2) 学校完全給食実施

弁当問題の根本解決策は学校完全給食実施です。完全給食になれば、弁当問題は解消です。教育委員会や学校側の学校給食計画は、計画どおり運ばず、遅延につぐ遅延です。農山漁村辺地の学校給食問題は、施設設備資金の負担の面で自治体の財政困難、国の援助不足等の関係上すぐ解決できずに懸案になっている現状です。弁当調査結果は完全給食の実現を強く要求します。

(3) ビタミン保健栄養剤の補給

ビタミン保健栄養剤の補給は、給食未実施校児童生徒の弁当のビタミン欠乏やビタミン不足を補うための、すぐ採用できる容易な一つの方策です。ビタミン剤補給の最善策は全児童生徒にたいする無償補給であり、補給の次善策は個人負担による現行のやりかたです。

給食未実施校でビタミン剤を補給していない学校は、弁当の栄養指導の強化とともにビタミン補給対策を講ずる必要があります。

肝油ドロップ（1粒中 A3000 I.U., D₂ 300 I.U.）でビタミンを補給する場合、北海道の多くの小学校では低学年児童には全員補給、高学年児童には希望補給を採っています。希望補給の場合、弁当のおかずの貧弱な児童は概して肝油ドロップを服用していませんが、おかずの比較的によい児童が服用しているという傾向が見られます。おかずが貧弱で肝油ドロップをのませたい児童は一般に貧困家庭の子弟です。おかずのよい児童とおかずのわるい児童との摂取栄養上の格差が、学校という教育の場でビタミン摂取上の面において大きくさせているのです。貧困者子弟だけが無償補給ということになると、子どもの自尊心をきずつけ、教育上よくない、とある校長先生はいっています。

給食未実施児童生徒全員にたいして無償補給を早急に実行に移すべきである、と筆者は訴えます。

1968.1.12



子どもの健康

武蔵野音楽大学幼稚園長

菊 田 要

子どものエネルギー

ぼくの部屋から園庭を見ていると、いろんな遊具で遊ぶ子どもの姿が見える。鉄棒にとびついた女の子が、片足をかけてそのまま転回を始めた。2回3回とつづけて10回ぐらいやるとびおると、澄ました顔でケロリとしている。この子だっておそらく入園当時はこわごとと、さわって見ていた子にちがいない。それが1年たつともうこうなる。このデングリかえしは、女の子の方が好きなようで、よくやっているのを見る。

雲梯などでも、背丈の2倍ぐらいの高さを、平気でリズムをつけてわたっていく。途中でとびおってもキャッキョッとふざけている。もしぼくの場合、身長1.7mとすると、3, 4mぐらいのところからとびおるわけで、とてもいまはできそうにない。それに鉄棒でクルクルまわることだって、2度もやったら目がまわるだろうし、椎甲板ヘルニアにでもなるか、2〜3日は動けないだろう。寸時もじっとしていないで動きまわるこの子どものエネルギーには圧倒される。

子どものくふう

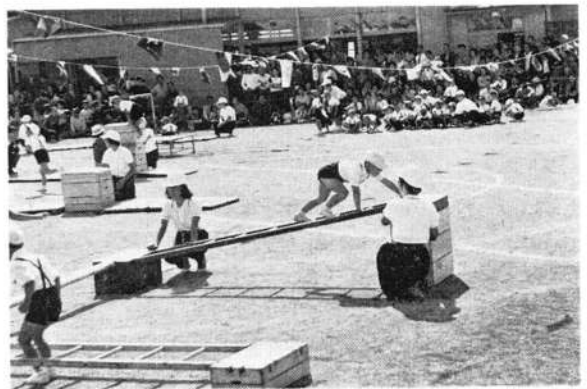
子どもは遊具本来の目的に添う使い方もするが、また遊具の機能をフルに活用するくふうもする。すべり台を逆に登っていくとか、吊輪を二つあわせてまわしておいてぶら下り、からだをぐるぐる回転させてみたり、ジャングルで鬼ごっこをしたりする。この生活の知恵ともいうべきものはすばらしく、おそらく創造発見への素地になっていくことだろう。天狗の面がアメリカでは帽子掛になっているそうだが、日本のおとなでは古い概念にとらわれて、とても考えられない。子どもには新しく発見して、機能を生かしていくことを考える自由さがあるからやりかねない。

ぼくの幼稚園へ来る遊具屋が、ここの幼稚園くらい遊具を利用しているところは、ちょっとないですねえと喜んでくれる。毎朝の集まりをしたあと、どの組も必ずどれかを使って、30分は運動させることにしている。だからできないとはずかしいので、どの子もふだんやるようになる。やっているとうれしいから、次から次へと自分でくふうしてやっていくのである。

それに、子どもは本来握る力が強いから、まず落ちることはない。なにかでよっぽど自分のペースが乱されない限り、そんな心配はないといってよい。だからそうとうあぶなっかしいようなことをやっても、安心して見ていられるのである。

運動会の種目に

ことしの運動会に、マット、ラビットハング、跳箱等を運動場のまんなかに引張り出して、子どもの演技を説明づきでやってみた。これはある意味では、甚だおもしろくない種目であるはずだったが、この演技中の20分間は、集まった人たちを引きつけ集中させたのである。ふだんの保育中に、このような道具を使って、このような目的をふまえて指導してい



ることを、わかってもらおうとしたのだが、他の競技とちがった、つまり異質の感動を与えたのであった。小さい子が、口を結び目をかがやかして一所けんめいやる姿がいじらしくもたのもしく思えたのであったらしい。ことし始めて公開した種目だが、これは大成功であった。予想されない効果をも生み、ぼくたちみんなで喜んだわけである。

積極的な訓練へ

都会の子どもの体力は、地方の子どもにくらべて劣っているといわれる。特に懸垂力と走力とが弱い。木登りもできないし、道をいきなり駆けだすわけにもいかない。狭いところでこそそそと遊び、おもてへ出ると交通事故の心配ばかりしなくてはならないことは、あわれである。せめて幼児には思う存分走らせたいし、運動できる場所を与えてやりたいものである。

痛ましい子どもの交通事故がふえて、毎日のように暗いニュースをきき、胸のふさがる思いである。一瞬にして生命を失い、あるいは取返しのつかない廃疾になることに、なんともいえない憤りを感じるのは、ぼくひとりではあるまい。一方には信号を守るなどのいわば消極的訓練もおろそかにしてはならないが、他方、積極的な訓練も忘れてはならないと思う。つまり事態に即応して身を処し得ることである。危険にあってはヒラリと身をかわせることができるようになることである。1cmのちがいで避けられることはあるわけだ。

そのためには、平常からからだを動かして、適応できる行動力を身につけさせることである。それには鉄棒でござれ、雲梯でござれ、ブランコ、すべり台であろうと、なんでもこなして、からだ全体を柔かにもみほぐしながら、伸ばしてやることだと思っている。マットの上で平気で転回できる子の方が、できない子よりは対応することが、すばやくできるといえよう。

精神衛生のこと

もうひとつ忘れてはならないのは、精神衛生の面からも考えてみることである。心がのびのびとひろがりを持った自由な状態にあるよう、いつも気をつけていかなくてはならない。こわいぞこわいぞと、おどかしてばかりいたら、ちぢかんでしまって、からだもちぢかんでしまう。心が萎縮したら、からだも異常に緊張してしまって、思うように動けなくなってしまう。適応もなにもあったものじゃない。身を処すどころのさわざじゃなく、呆然となすがままに任せてしまう

結果になる。どんな場合にぶっかっても、きつと切りぬけていけるぞという自信の方が大切だ。精神的な抑圧が邪魔になってしまうと、ふだんの実力を出せない例がしばしば見られる。オリンピックや、ユニバーシアードで、日本選手が自分の記録まで出せなかったのもその理由らしい。つまり構えずぎてしまって、アメリカの選手のようにリラックスできない。プレーをエンジョイしていく姿勢を、ふだん大切にしなければならない。

精神と肉体とは不可分のものだということは、だれでも知っている。幼児の指導には特にその心構えが大切である。健康の保持とか、体育のことを考えるとき、一面からだけ見て精神的な面をおろそかにし勝ちのように思う。幼稚園で、幼児を対象にしてじっとみつめていると、そのことが痛切に感じられる。

子どもの適応性

マクルーハンはこんなことをいっている。活字文化は視覚を通し、コトバは聴覚を通して直線的に伝えられてきた。思考も直線的に考えられてきた。しかし、現代の電波文化はからだ全体、即ち五官を通して伝達されるものであると。そういえば子どもたちのとらえ方が、いつもからだ全体で受け止めているような気がする。

たとえば教師の話にしても、子どもがひとりで聞くととき、みんなで聞くととき、園庭にいるとき、保育室で聞くととき等々の条件でかなりちがうようである。まわりのふん囲気に影響されることが強い。劇あそびのとき、役わりをきめてやると、けっこうその役にはいっていく。母親になった子が先生になった子に、いつも子どもが、お世話になっています、といい、先生になった子が、いいえ、たいへんいいお子さんで、といったりする。まったく驚いてしまうことがある。

この、周囲の条件に適応していけるものが子どもにはある。おとなは、まわりの人の目とか態度が気になり、うまくやらないと笑われるなどの心配が先に立ち、かたくなって自由にやれない。長い生活でこびりついた夾雑物が多くなっているからであろう。子どもは純粋でそれがない。

教育とは、まず環境に適応し得る子どもにすることである。その環境を改善できるように進めていくことができるようにまですることはもちろんだが、それには、まず適応することが手始めだと思っている。

む す び

幼稚園は、デラックスな施設に子どもをあずかり、怪我のないよう安全を保っていくことだけではない。ひとりの人間が、一生を通してのパーソナリティがかたまるといふこの時期に、積極性を失ったら教育がなくなってしまう。

健康管理についても、そっといたわり、風にもあてないようにして、もやしを作ることではない。安全な状況のなかで、エネルギーを思う存分發揮させ、子ども自身の積極性をのばしてやることであらう。

からだは野蛮に、精神は文明にといわれるが、逞しい子どもほどよく食べて、エネルギーを蓄えていく。バランスのとれた栄養はエネルギーのもとである。それには精神的な抑圧を取り除いてやるのが前提であらう。

小じんまりと、バランスを失った頭でかちに育ってしまうと、健全な社会を構成する一員にはならないだろう。この心とからだのアンサンブルこそ、幼児教育の基本的なねらいではないかと思っている。



我が校の健康教育

秋田県能代市立淳城第三小学校長

柴田 卯吉

はじめに

能代市と言えば昔は、製材業は日本一、東洋一の規模のある大工場のある事で、地理の教科書等にも紹介されていましたが、その後全国的に知られたのは、二度の大火で全国の方々から救援の手をさしのべられ、旅に出て「能代」と言えばこの事が言い出されることが再度ありましたので恐縮いたしておる次第です。

我が校（淳三小）は明治34年の創立で当時は淳城尋常小学校と称しておりましたが能代町が発展し、学童の数が多くなるにつれて昭和4年昔の位置から現在の位置に移転し、戦後現在の校名にか変わったわけであります。能代駅より徒歩で西へ6～7分位の場所にあり、学級数26学級（内精薄学級2、養護＝虚弱学級2を含む）職員数40名（内内務員、給食員その他8名を含む）児童数980名の規模の学校です。父兄の職業は種々ありまして、目立って多いと言う職業の家庭はありませんが、大体中位の生活程度の方が多いようです。全国的な傾向かと思いますが、父母の教育に対する関心が深く会合の集まりも多く、活発な動きをしております。

◎本校の健康教育の沿革

言うまでもなく、教育の中に当然丈夫な身体を育てる仕事は重要な位置を占めているわけであって、特に健康教育と大きく取り上げることがおかしいと言う反論もあるかと思いま

すが、地域の実状によっては、心身の中に身の教育に重点をおくこともあり得べきことだと思います。昭和7年七代目の校長作左部象湖氏が本校に赴任したときに当校の学童の体位が他の二校（能代以前能代港町と言った当時、町内に三校あった訳ですが）に比較して劣ることから、学業にも、対抗競技にも影響があり、ひいては学校全体の志気に関する事で重大なことである。まず児童の健康教育が本校の重大な仕事だと着目したことからはじめます。

以来36年間代々の校長、職員がその志をついで着々効果をおさめ、次のように周囲からその実績を認められている次第です。

◎健康教育に関する各種団体からの表彰状等

年月日	事 項	団 体 名
昭和9.11.15	学校衛生の進展に寄与しその功績顕著なり	学校衛生表彰会 帝国学校衛生会
10. 5. 16	保健室建築費寄付	秋 田 県 知 事
11. 6. 14	歯科衛生に力を尽しその功績顕著ならず	学校歯科衛生表彰会
25.10.22	学校保健優良校	日本学校衛生会
32.10.17	学校保健の普及と向上に多大の成果をあげた	文 部 大 臣
37.11.13	秋田県準健康優良校	秋田県教育委員会 秋田県学校保健会

40. 7. 3	給食優良校	秋田県教育委員会
40.11. 8	秋田県準健康優良校	秋田県教育委員会 秋田県学校保健会
40.11.17	花いっぱいコンクール優良校	花いっぱい運動の会
41. 5.12	学校環境緑化優良校	新生活協議会
41.11.10	秋田県準健康優良校	秋田県教育委員会 秋田県学校保健会
42.	健康優良校秋田県一	秋田県教育委員会 秋田県学校保健会

◎健康優良児

年 度	事 項	団 体 名
昭和24	秋田県準健康優良児 男女	
27	秋田県準健康優良児 女	
29	郡・市歯の優良児 女	
29	秋田県健康優良児 女	
33	秋田県準健康優良児 男女	秋田県教育委員会 秋田県学校保健会
38	秋田県準健康優良児 女	秋田県教育委員会 秋田県学校保健会

◎養護学級について

作左部校長が、全校的な健康教育を推進して行く手始めに着目したのは、一年生に入って来た児童の中から身体虚弱の児童を選定して特別な指導をして、普通児なみにして二年生に送ることから始まりました。昭和7年は一年生1学級だけ、昭和8年には前の一年生をそのまま二年の養護学級、さらに一年生にもおく、昭和8年からは毎年養護学級は2学級ずつとなったわけで、三年生になると二年生全体（4学級）を解体して、普通学級に養護をうけた児童を平均に配置して普通児なみの教育をする。

1. 養護学級入級児童の選定基準

- 発育並びに栄養不足 ○腺病質 ○異常体質
- 貧血 ○疲労しやすく回復がおそい ○かぜにかかりやすい
- 病気の回復期にある ○小食、偏食がはなはだしい

これを発見するには校医の診断、家庭の意見、幼稚園・保育所の受持ちの所見、教師の所見（入学前の身体検査当日の動作等も含めて）等を総合して入級予定者名簿をつくり、保護者の承諾を得て学級を編成した。

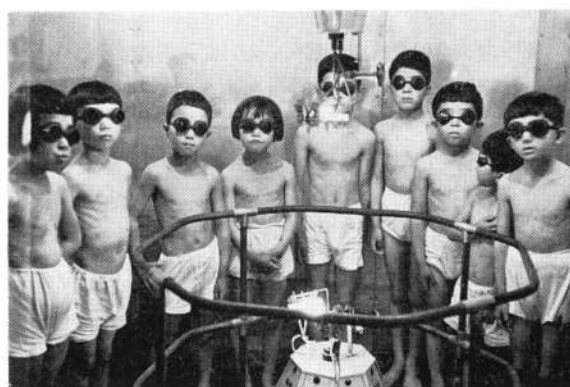
2. 養護学級を終了した児童数

昭和41年度末で1,177名となっている。この終了者の中から国体（札幌大会）の秋田の体操選手として体操県秋田の輝かしい一ページを飾った選手も出ているし、能代市内の体

操、陸上競技の本校選手として出場し優勝の栄を勝ち取った選手が最近3年間に29名に達していることは、ますます本校健康教育の基礎を作っていることに自信を深めている。

3. 養護学級の教育計画

詳しいことは紙数の関係でできないが、一年生も二年生も22名前後、学科は一年も二年も他学級なみであるがそれに積極的な施策としては、一週延べ135分を養護体育として他級より多く時間を取っている。すなわち「歯みがき訓練」毎昼食後、「姿勢矯正体操」「乾布まさつ、風浴」「太陽灯（ゼムス紫外線燈）照射」10分、「肝油の服用（これは全校の希望者も実施、約850）」「土曜日のおやつ（完全給食A型であるため土曜日はないので）ミルクとパンを与える」「夏季休業中の特設養護学校6日間。これには全職員が手分けして仕事を分担する。海浜学校、入浴などあるため」「昼食後のうがい、これは家庭でも習慣づいている。」「体温検査、一年生のときだけ全員月曜日1年間」「毎朝個人ごとに1人ずつ今日の自分の健康状態を発表させる」「学校医の特別健康相談日特設、一年生年3回、二年生年3回」



（太陽灯照射）

◎養護学級以外の普通学級はどんなことをしているか

「年2回の健康相談日特設」「理髪（無料月1回半日、恩恵を受ける児童1回15～16人くらい、これは特志の人の奉仕による作業員4人）」「児童会保健部員による週1回（木）容儀、清潔検査」「校地の危険物拾い毎月1回、第三木曜」「保健部だより年10回発行」「健康カードの活用、これは毎月1回、健康診断の結果、毎月の体重の変化をグラフにして家庭に通知し認印をもらう」

◎本校児童の体位の状況

（身長、体重、胸囲の全県平均、全国平均との比較）

41年度末の結果をみると、秋田県はこの三種目については全部全国平均より上回っている、秋田県平均より下回

わっているものは一年男の胸囲、三年男の胸囲、一年女の胸囲、二年女の胸囲の四つとなっていて、胸囲のせまいところに問題がある。

運動能力については全県、全国との比較をとる段階にはきていない。

◎本校の学校給食の沿革

健康増進のためには特に幼・少年期の食べ物が大切であるので、その大きな役割りを果たしている本校の給食の歴史を概説したい。

年 度	事 項
昭和10	戦前養護学級の希望者に副食給食実施（貧困児には給食実施）
23	給食設備竣工
26	給食婦3人となる
34	完全給食実施のための給食室竣工（現在のもの）
37	P T Aに給食専門部を設ける
39	完全給食A型＝現在の姿となり調理従事員4名
40	秋田県学校給食会より表彰される

◎その他（P T Aの活躍）（能代市医師会の応援）

- 昭和10年1月衛生室寄付（16坪）当時金額で750円也、一切寄付による。
- 夏季養護学校の開設時には毎年、海浜学校の用具の運搬、幕舎の設置には、各部員が分担して協力してくれる。
- ゼムス紫外線灯の寄付（昭和16年）16万円也
- P T A専門部の中に「保健部」があり、部員24人がおり年4回ぐらいの会合を開き、主として環境衛生の中で学校側の手の届かないところを応援をしている。カーテンの洗濯、小備品の購入、校地の整備、健康診断結果の話し合いと対策
- 昭和41年度から能代医師会では、本校を能代市の学校保健モデル校として応援することになり、講師の派遣、臨時健康相談にあたることにしている。

◎学校としての健康なからだ作りの問題点の大きなもの

「う歯を持っている児童の対策」「統計上からみて、胸囲が県平均よりせまいことの対策」「留守家庭が年々多くなるので、そこから来る健康指導上の諸問題」の三点で、ますます健康教育の実をあげるため解決をはかっていかなければならないと思っている。

ママの質問箱

前号はお茶の水女子大学教授平井博士の「子供らしくない子供」についてのお答えでした。

このたびは総合愛育研究所指導部長の松島博士です。

幼児期にも胃かいようが多い

○福岡県の一主婦

4歳6ヵ月の男の子ですが、1年くらい前から食後に必ずお腹が痛くなる。医者に診てもらって、胃の薬をいただきました。その後別のお医者さんに診てもらったら胃がただれているからと、別の薬をくださいました。

昼間は痛がらないようになりましたが、夜になると痛むらしく、子供に甘い主人にあたりちらします。痛むところは、胃のあたりで、もう1年以上になります。あまり長いので、子供の神経にさわりはしないかと心配です。

△松島先生のお答え

幼児期だと、しばしば、こういうことがあります。この場合は病気のこともあり、病気でないこともあります。どちらかという病気でないことが多いのです。

病気でないときは、へその回わりが痛む、疲れたとか、暇で暇でしようがないとか、またいろんな不満があるときなどにへその回わりが痛くなる。この場合は食事とは余り関係はありませんが、食事をすると必ず痛いということは、もしかすると神経性ではないかと思われませんが、幼児期でも胃かいようや、胃下垂などが多いので、むしろ胃かいようではないかと思います。

胃かいようにポイントをおくとすると、大きな病院で詳しい検査をお受けになるとよい、ほかに胆石などもありますから専門医の診断が必要です。もし、なんでもなかったら神経性のものと思われれます。



〈随 想〉

私の健康教育

三重県上野市立友生小学校長

三重県伊賀学校保健会 会長

中 野 忠 孝

文化の発展は人間をますます虚弱化する重要な要素をもっている。

大自然の中から温室の中へ、夏は冷房から冷房へ、冬は暖房から暖房へ、日本の四季の人間生活は二季（春、秋）の生活へと、人為的に変革されつつあるのではなからうか。

私たちの子どもの時代を、畑で栽培された野菜に例えるならば、今の子どもらは温室栽培の野菜に等しいといっても過言ではないだろう。体位のすばらしい向上はみられるが、反面、逆に体力の低下もみられ、子どもらの自己意志の自由によって体力を鍛えるきびしさから避けよう避けようとしている。

私はいつも矛盾の原理を念頭においてもものを観、考える基本的態度をもっている。間違えたと云われるかもしれない。しかし私は正しいと信じて行動している。

私の学校では

- (1) 命を大切に子ども（身体）
- (2) 美しい学校にする子ども（環境）
- (3) 進んで学習する子ども（精神）

と、三つの努力目標をもってすべてをこの三つに帰納化し、演繹化している。そして「命を大切に子ども」をその最重要の目標として、毎日好むと好まざるとにかかわらず、子どもらの意識の中に徹底的に打込み、行動化、習慣化することに専念している。

そうして、それ以前に先ず教師自身徹底した自己自身の健康管理をすることが先決条件であるとしている。口ではいいやすいことであるが、一人一人の教師がこれをより行動化することは、なかなかたいへんなことである。

「己れ自身の健康管理ができないものに子どもの健康を論ずる価値はない」というのは、私の鉄則である。しかし生身の体である私らには、あまりにもきびしすぎるかもしれないが、教育者としての職能から当然の構えであるといいたい。

私の学校では第一項の「命を大切に子ども」が、ズバリ健康教育そのものである。

交通事故、水難事故等、一瞬にしてかけがえのない尊い子

どもらの生命が、毎日、日本のどこかで奪われている今日、命を大切にするどころか、ますます、時代の流れの中に命がそまつにされているのではないかとさえ慨嘆されるほどである。

「自分の命は自分で守るのだ」ということは、ものごころのついた子どもの時から、頭のズイまでたたき込んで、行動するところ常に意識化するよう習慣化することが、ぜひ大切であると私は強調したい。

それがためには体を守るために、その時、その場に、瞬間的にも反射的に適応する体を鍛えておくことが大切である。

健康であるということは、人間生活のあらゆる面で自らの命を自らの力で守ることのできる体をもつということが先決条件であろう。それがためには、どうしたら健康な体がつくれるか。

私は自然をぬきにした健康は考えられないと信じている。しかるに、時代の動きは急スピードでわれわれの目の前から自然をまっさつしてゆきつつある。科学の発展はその重要な反面の要素をもっている。

このような中であって私の学校では

- 自然と仲よく
なる子ども
- (1) 太陽と仲よくなる子ども
 - (2) 空気と仲よくなる子ども
 - (3) 水と仲よくなる子ども
 - (4) 土と仲よくなる子ども

健康の四大要素として、これを意識化し、自覚化し、行動化し、習慣化している。この中の一つでも欠けたら人間の生存は望まれない。

- (1) うす着を徹底して習慣化する。
- (2) 6年から10月までは、全員学校内では一切上ばき靴下ははかない。
- (3) 晴天時は必ず外に出て、体育は大空の下で裸足でする。
- (4) 水泳は、全員泳げるようになるため徹底した訓練をする。（市営プールまで、7km バスで）

以上のことなども、すべて自然と仲よくなる四大要素の行動

化に外ならない。

このような行動化によって、私の学校の子どもの中には、自転車のタイヤまでとはゆかなくとも相当に足のうらが厚くなり、冬中素足で通す子ども、シャツ一枚で通す子ども、うす氷の張る運動場を裸足で運動する子ども等が出てきている。もちろん、かぜに対する抵抗力はたいへん強くなり、かぜひきは極少になってきたことも事実である。

しかし、このようなきびしさは教師の構えいかんである。私自身20代の若さをもって、有言実行「やれば必ずできる」そしてより健康になるという自覚の域までもり上げるまで、行動をもって実践する勇気がなくては、とうてい達成できるものではない。教師としての使命観を今一度再認識する必要がある。子どもらのために……

私は、冬でも子どもらの前では「寒い」という言葉を使わず、「涼しい」という言葉を笑いながら使うようにしている。そして「子どもは風の子、大人は火の子」と、明確に大人と子どもの寒さに対する抵抗力の差を意識づけている。寒い日でも、「今日は少し涼しいな」というと、子どもらはふるえながらもニコニコと笑う。同じ寒さに対する受けとめ方が違う。

このように私は戦前の人間として、人一倍鍛えるきびしさをもつ人間である。事実、戦前は訓練主義の先頭を切った一人であった。（ただし子どもの人権を無視する行動はとらなかった。）

だから私の学校の健康教育は、徹底的に鍛えることをもって健康教育のすべてであると思ってもらっては大変である。もしそうであったら私は狂人であろう。

鍛えれば鍛えるほど、それと平行して体を守る面がなくてはならない。それゆえに、子どもらの成長のための食生活と衛生面には常に細心の注意を払っている。

子どもらの体は十分な栄養をとらし、その中で鍛えられるきびしさをもつことが肝要である。肥満児の増加は栄養過剰の、つくね主義過保護の育て方に起因する要素が多分にちるように思われる。

私の学校の子どもはみんな給食は好きである。そして、私の信条として肝油の服用を実施している。副食のサラに一粒の赤い肝油がそえてあることが、子どもらの給食への待ちこがれをいっそう意欲化している。給食のない土曜日には（乳酸菌飲料）を飲ませている。僅かのことであるが子どもらの世界での期待は大きい。土、日、夏、冬、春休みを通し、90粒入小缶を3回にわたって与え年中肝油服用を実施している。

肝油服用を私の信条と書いたが、私自身健康そのもので40歳までやってきたが、老眼の徴候に驚き、その防止を真剣に考えた結果肝油服用に踏み切った。以来5年余り老眼が出始

めてから10年間、その進捗を押え、今日昼間は眼鏡の必要性を感じないのは肝油の賜であると思っている。しかし私の肝油服用はおそすぎた。いたずらに己れの鍛練主義の健康を過信しすぎ、健康と栄養の研究を無視してきた私の当然歩むべき歴史的必然性であったのである。今は自分の体を守る面にすべて比重をかけている。

このような意味において、私は現在の子ども、将来成長していく子どもを見つめて、今与えてやるべきものは、教育者として決断をもって行動化していくことを痛感するものである。

私は「すべての子どもらに毎日肝油を……」否「すべての人間……」という信条をもち、その理想実現への礎石になろうと決意しているものである。このように私は今日の子どもらの健康を考えると、まだ無限の問題点が残されているように思われてならない。それを完全に実践できない私自身のふがいなさを思い、ただただ子どもらに申し訳ないと思う一念である。

このような中で、私たちは子どもらのより健康のため、何をやってやるべきか、最も大切なものは何か、必要なものは？ 等あらゆる面から検討研究して、これは必ず必要であると確信したならば、あらゆる障害を乗り越えて断行し、行動化していく決断力をもつことが、われわれ教育者の子どもらに対する最大の良心ではないのかと信ずるものである。

書きたいことは山ほどあり、系統的に具体的に筋を通しての意欲を多分にもちながら、まとまらぬものになってしまったが、私の健康教育の在り方なり、それに取り組む構えがどんなものであり、子どもらにどんなことをやり、子どもらはどんなになりつつあるかは、一応おわかり願ったことと思う。

ただ最後に重ねて、今日の学校教育の中における健康教育は、戦前に軽視された保健衛生に非常に比重がかけられ、消極的健康教育が著しく向上した反面、積極的健康教育が沈黙してしまって体力の低下をまねいているのではないか、真の健康教育は両者の調和を守り、鍛えるきびしい行動の中にこそ、より発展するものでなくてはならない。

この意味において、大自然の中にもっと野性的に鍛えるきびしさを取り入れることによって、調和のとれた、一段と力強い健康教育の推進をさせることが大切であると信ずる。

そして尊いかけがえのない命を、子どもら自身自ら守りぬいていく、強い子どもの育成に最大の努力を払っていきたいことを、子どもらに心から誓って筆をとどめたい。



く^{たい}とみ式下腿長測定器の考案

岐阜県大垣市立北中学校教諭

久 富 清 行

1. 下たい長測定器考案の動機

ア. 日本の児童生徒の発育が著しく向上しているのと同じように、大垣市内小・中学校の児童生徒の体格は近年きわめてよくなった。特に昭和33年を境にしてこのことがいえる。けれども、たしかに大きくはなったが、私が、昭和20年から昭和41年までの大垣市の児童生徒の体格を調査した結果では、発育が大きくなったことはたしかだが、やせ型細胸発育大の傾向で、現在もこの傾向に伸びつつある。発育が大きくなれば各校に配置されている机、いすは当然適合しなくなる。何とか適合する机がいすができないだろうかを考えた。適合させるには各種の方法がある。例えば、ある高さの机やいすを3～4段階くらいにきりかえれば理論的にはできるはずである。

イ. 机やいすの不適合が児童生徒に及ぼす害については、一般的に学習能率や作業能率の低下、不良姿勢、近視の誘因、内臓諸機能の低下等があげられている。そこで、実際に作業能率の面において実験をしてみたら次のようになった。(資料1) また、いすの高い場合は足がちゅうぶらとなり、ももの裏側1cm²当り200g程度の圧力がかかり、この圧力が長時間であると、足の指先温度は急激に低くなり、(実験では2～3度) ふくらはぎでは5分間で0.02mm～0.03mm程度太くなり、生理障害を起こしやすいといわれ、低すぎる場合は、足はいすの下に深く入るか、また前方につきだし、上体を調節するため上体は前かがみとなり両腕は机上におかれ、頭部の充血、目の充血がおこり近視の誘因となるといわれる。

ウ. 机、いすの適正については、学校保健の立場からさげばれてきたが、問題の性質上着手がとれているのが現状である。

机・いすの考案も大切であるが、現有の机いすをどうして適合させるかを考えた。

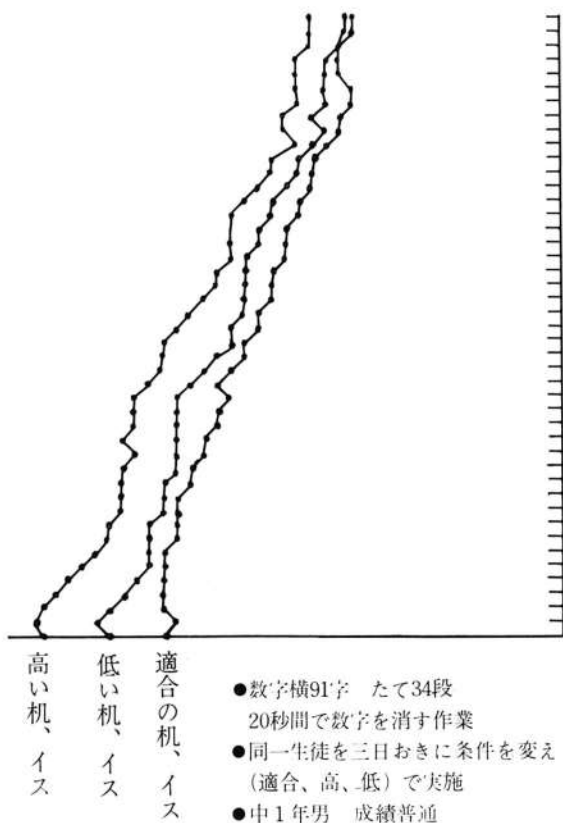
エ. 机、いすに関する基準は、大正10年にはいすは下たい長、机はそれに正座して、前膊を直角に曲げたひじの外側からいすの座面に至る長さにて2.1cm～3.9cmの調整数を

加えたものに下たい長(いすの高さ)を加えたものであり、机の高さにおいては調整数の点であいまである。

昭和27年ころは、整造基準が適合基準におきかえられている。すなわち身長法である。下たい長を測定する代りに身長分布または身長机面係数、身長座面係数より算出するものである。

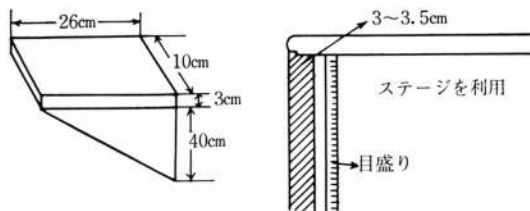
昭和41年の基準では、いすは下たい長、机は下たい長+坐高3分の1と明示されている。いずれにせよ簡単な方法で下たい長を測定することが先決であると考えた。

資料1



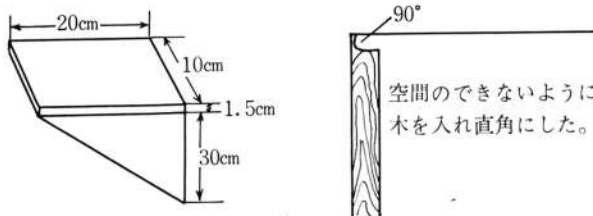
2. 考案の過程

A



欠点 用具が一枚板であるので、検査者の疲労度が高く下たいの横ぶれがあり、////部空間ができるので正確さを欠く。また長時間かかる。

B A上図の如くなるの欠点を補うために次の如くした。

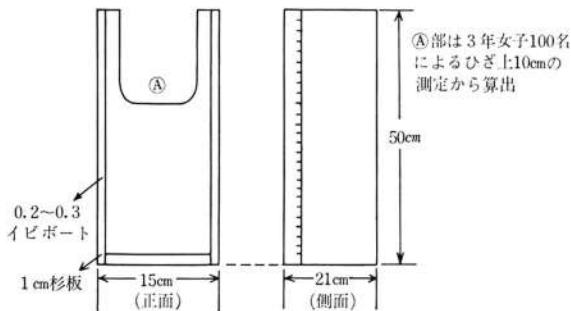


Bの欠点

測定時間10分間で40~60人

下たいの横ぶれはAと同じ、疲労度はAよりやや軽い

C AとBの欠点を補うために次のように改良した。



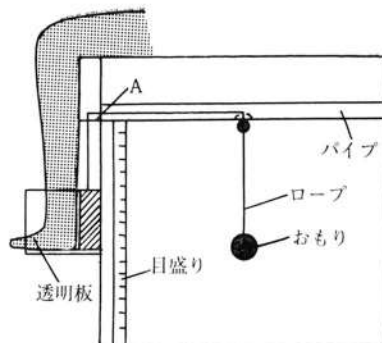
Cの良い点

下たいの横ぶれもなくなり疲労度も軽くなった。

Cの欠点

板が横にはってあるので、かがとが後板についているか、また足先だけつけており、足裏を密着させているかを見なければならず前から見る補助者がいる。

D Cの欠点を補うため検査者側を透明板にし重りをつけCを動くようにした。



Dの良い点

被検査者が自分で測定できる。

Dの欠点

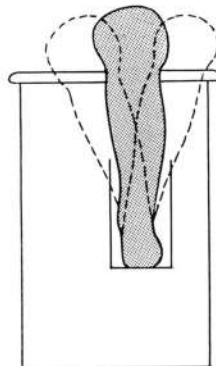
ロープのすべりが悪く、思うように下に（上に）こない。これはA部に滑車がないからである。

E AからDまでの欠点を補うために、次のようにして特許申請をした。

資料2

特長

- 1) 足乗せ台をハンドルで操作するので軽く、敏速である
- 2) 衝立てを立てているので脚が垂直にさがり適正な測定ができる。
- 3) 測定者側衝立てが透明アクリル樹脂でできているので、かがとが適正な位置にあることがよくわかる。
- 4) 足乗せ台は一部鏡となっていて、足底が不正に載っている場合直ぐ判明する。
- 5) 目盛り盤の位置が測定視線にあるので多人数の実測にもつかれない。

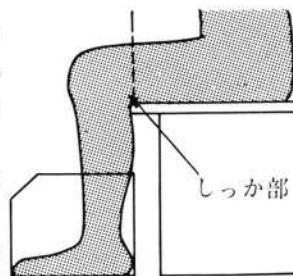


測定範囲

文部省規定12号より1号をふくみ岐阜県教委特1号まで。

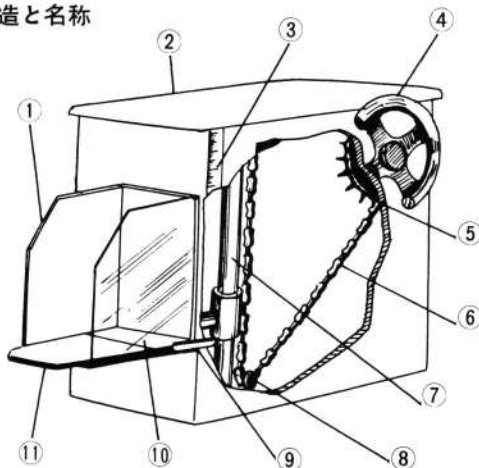
測定の方法

- 1) 被測定者を台に乗せる
Note ; でん部を台上深く乗せ台端としつか部を密着させる。
- 2) 脚を足乗せ台の上におく。
Note ; かかとを足乗せ台の衝立て背部にそわせる



- 3) ハンドルを動かし足底を台面に軽くタッチさせる。
 Note ; 測定者は鏡に足底がみえなくなるまであげる。
- 4) 指針を読みとる。
 Note ; スケールには号数も目盛りしてある。

構造と名称



番号	名 称	番号	名 称
1	衝立て	7	支え柱
2	本 体(台)	8	ガイド車
3	目盛り	9	指 針
4	ハンドル	10	鏡 (反射鏡)
5	チェーンホイール	11	足乗せ台
6	チェーン		

3. 測定人員と誤差について

ア. 測定人員 (10分)

- A, B → 40～60人
 C → 60～80人
 D → 20～23人
 E → 130～150人

なお坐高計と兼用下たい長計で比べたら20～30人であった。

イ. 測定の誤差 (Eを基準として)

- A, B → 0.6～1.0cm
 C → 0.4～0.7cm
 D → 測定者少数のため不明 (47人)
 (以上は263名での誤差である)
 A, B → 0.8～1.79cm
 C → 0.65～1.02cm
 E → 0
 (以上は1115名での誤差である)

4. 今後は坐高を同時に測定できる用具を研究中であり、また、机・いすについては目下検討中である。

卒業生に贈る健康カード入れ

山梨県河口湖町船津小学校の保健室では、入学から卒業までの「健康カード」に、高村光太郎の『少年に与う』の詩、エマーソンの『第一の財産は健康なり』をはじめ処世上の箴言を印刷したしおりを添え、次の詩を印刷した袋に入れて贈物としている。

『卒業おめでとう』

偉大な事を成し遂げた人も
 平凡だけど平和にすごした人も
 その生涯を通した精神が
 幼い日、若い日の健康な心から芽生えた

いつか 君も君をふりかえる時があるだろう
 さんさんと輝く明るい太陽の光の中に健康な君を！
 くもり果てた後の雨のしずくの中に
 君を発見するかもしれない
 明日をになういしずえは
 健康な心と体だ！

その時 幼い日 若い日の思い出と
 このカードで一步一步と足跡を
 のこしたまえ

保健室の石丸阿夜子先生は、この袋を作った目標をいくつかあげ、最後に

健康に留意するのは、学校にいるときだけでなく、中学・高校と成人しても、第一に考えなければならないのは健康であるから、小学校時代に悪かったところを、だんだん治していくとか、健康に対する関心を持ちながら成長する前途が、常に健康的な生活の積み重ねであるように念じ、卒業に際し、小学校での最良の贈り物にしたい。

と、結んでおられる。

ただ単に、事務的に動いている保健室でなくか年間健康管理を通して見つめてきた子供たちへの愛情がひしひしと感じられる。

(係)

昭和四十三年五月十日印刷
昭和四十三年五月十五日発行

編 集
人 集

清水常一

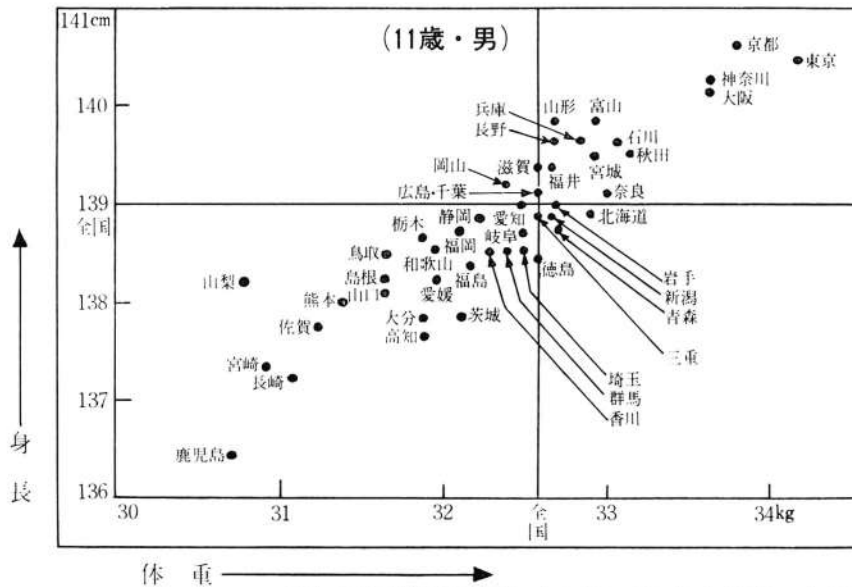
発行所

河合製薬株式会社学術部

東京都中野区新井一丁目一八
電話東京三八五三二一（代）

（定価一〇円）

11歳男子身長と体重の平均値の相関図



学校保健統計調査報告書(昭和41年度 文部省による)

“ママの質問箱”

- ★愛育研究所保健指導部長
医学博士 松島富之助先生
- ★お茶の水女子大学教授
医学博士 平井信義先生

これは河合製薬提供のラジオ番組で、毎日毎日お家庭のお母さん方が、心をいためるお子さんの病気や教育、あるいはしつけなどについて、左記の両先生が親切にお答えくださいます。ご利用ください。

【各局の放送時間】

ニッポン放送 (東京)	毎日 9時15分から	九州朝日放送 (北九州)	9時25分から	ラジオ大阪放送 (大阪)	11時35分から
東海ラジオ放送 (名古屋)	9時45分から	ラジオ中国 (広島)	9時25分から	東北放送 (仙台)	10時10分から

学童の健康づくりに！

品質本位の保健栄養剤

カワイ肝油ドロップス3号

1粒中 { V A 3,000国際単位
V D₂ 300国際単位

カワイ肝油ドロップスB

1粒中 { V A 2,000国際単位
V D₂ 200国際単位
V B₁ (セチル硫酸塩) 2.75mg



製造発売元 河合製薬株式会社

カワイ肝油ドロップスC

1粒中 { V A 3,000国際単位
V D₂ 300国際単位
V C 20mg

給食強化剤

アドリッチ

1g中 { V A 50,000国際単位
V D₂ 5,000国際単位

東京都中野区新井2丁目51-8