

豊中市

# 学校保健会だより(第58号)

発行  
保健会だより編集委員会  
豊中市学校保健会事務局  
(教育委員会事務局学務保健課)  
06-6858-2570

令和8年(2026年)3月 発行

## 豊中市学校保健会 会長挨拶



豊中市学校保健会  
会長 森川 幸次

保護者の皆さま、ならびに地域の皆さまには、平素より本会の学校保健活動にご理解とご協力を賜り、心より御礼申し上げます。

学校保健会は、子どもたちが心身ともに健やかに成長できるよう、学校・家庭・地域が連携し、健康の保持増進に取り組むことを目的として活動しております。

近年、子どもたちを取り巻く生活環境や健康課題は多様化しており、心と体の両面からの支援がますます重要になっています。本会では、健康診断や保健指導をはじめ、日々の学校生活の中で、子どもたち一人ひとりが自らの健康について考え、行動できる力を育むことを大切にしております。

今後も、皆さまと力を合わせながら、安心・安全で健やかな学校生活を支えてまいりたいと存じます。本年度も学校保健会の活動にご理解とご協力を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

## 学びを支える生活習慣

豊中市立第七中学校 教頭 船越 香織

第七中学校は全校生徒334名の学校です。本校は今年度で閉校となり、令和8(2026)年度から校区内の小学校と一緒に、義務教育学校「庄内よつば学園」として新たな歩みを始めます。現在、小中学校の教職員が協力して、開校に向けて準備を進めています。第七中学校では、3つの力「つながる力」「学ぶ力」「つくる力」を育むことをめざして、授業改善に取り組んできました。これは、「庄内よつば学園」の開校に向けて、小学校の先生方とともに考えた「授業で育む三つの力」です。授業や行事をとおして、仲間と協力しながら学び、自分の力で未来を切り開く子どもを育てるため、日々工夫を重ねています。こうした力を育むためには、生徒たちの生活習慣や体調管理も大切です。

本校では、保健指導の一環として、自分の健康を守るための正しい知識と生活習慣を学ぶことを目標に、「がん教育」を実施しました。市立豊中病院小児科の先生を講師にお迎えし、講話では、がんを生活習慣病の一つとして捉え、食事・睡眠・禁煙の重要性について学びました。

特に、たばこの害や塩分過多のリスク、さらに動脈硬化が10代から始まることなど、具体的な事例に生徒たちは驚いていました。○×クイズを交えた参加型の講義により、関心を高める工夫もあり、振り返りでは「毎日の生活の大切さを知った」「生活習慣を見直したい」といった前向きな意見が多く寄せられました。今回の学びは、健康意識を高めるきっかけにもなっています。

「がん教育」を通じて、生徒たちは「健康を守る」という意識を持つようになりました。今後も、学校と家庭が協力し、子どもたちが主体的に健康づくりに取り組める環境を整えていきます。



## 体力向上をめざして

豊中市立大池小学校 教頭 嶋田 薫

寒い日も外に出て、元気に遊ぶ子どもたち。1月末から2月初めにかけて、大池小学校では大縄週間があり、休み時間、積極的に練習する様子をよく見かけます。「とよなかなわとび大会」に参加している学年もあります。楽しく遊んでいるのはうれしいことですが、気になることもあります。それは、けがについてです。

例えば、朝、登校中の転倒です。走っていてつまずき、とっさに手が出ず、顔を地面に打ち付けるというケース。体育の授業でゲーム中、友だちが投げたボールを取ろうとして指を骨折するというケース。先生は子どもたちの様子を見ながらボールに慣れる運動や授業内容を工夫しているようですが、他にも家庭での骨折もよく聞きます。

なぜけがが発生するのか、大きなけがを防ぐことはできないのでしょうか。学校医や作業療法士等により、子どもの体幹が新型コロナ以降弱くなっているとの指摘があります。

体を動かす機会が減っていることや運動の経験不足もあるのかもしれない。昨年の夏はとても暑く、6月から9月頃まで、暑さ指数の関係で、外で遊んだり、運動場での体育の授業ができない日が続きました。子どもたちも初めのうちは、「今日は外に行



ける？」と聞いていましたが、毎日暑い日が続くと、「今日は外は無理だな」とあきらめていました。骨折など大きなけがをしてしまうと、運動することがこわくなったり、体育が嫌いになったりしないか心配です。子どもたちには、もっと運動したい、体を動かすことは楽しい、と思ってほしいです。そのために6年間を見通したカリキュラムを基に体育の授業を行い、いろいろな運動を経験させ、体力をつけていきたいです。これからも学校全体で、体力向上をはじめ、安心安全な学校づくりに取り組んでいきたいと思います。

## 乳幼児期からの性教育 ～自分も相手も大切にできる育ち～

豊中市立豊南西こども園 中井戸 彩夏

豊南西こども園は、庄内駅から徒歩10分程の密集した住宅地に囲まれ、地域住民との交流も残り、現代の利便性と昔ながらの良さが残る環境に立地しています。また、園舎は1階建てで園庭を囲むように各クラスが配置されており、クラス同士が交流しやすい造りとなっています。

当園は令和6(2024)年度末で閉園予定でしたが、社会情勢の変化に伴う保育ニーズの高まりにより園運営継続となりました。令和7(2025)年度は、0～5歳児計87名が在籍しています。「てをつなごう ころつなごう ひろがれふかまれえがおのわ!!」をテーマに遊びや生活を通して、自分の気持ちを伝え相手の気持ちがわかるよう、つながりを大切にした教育保育活動を実施しています。

保健においては、乳幼児期からの性教育を大切にしています。乳幼児期に「わたしもみんなも大切」という感覚を育てることは、小・中学校で学ぶ生殖や二次性徴、性行為や避妊など性教育の最も大切な土台にもなります。本園では、胎児の実際の大きさと重さを体感できる人形を用いた「命の話」や、絵本を用いた「プライベートゾーンの話」などを実施しています。乳幼児期から繰り返し学ぶことで、小学校への切れめない学びに繋がると考えています。

またドキュメンテーションを上手く活用し、保護者も巻き込めるようにしています。ほけんだよりでは保健スケジュールや情報提供、コドモンでのドキュメンテーション配信は保健指導の共有をメインに使い分けています。保健指導の目的や内容・子ども達の反応などに加え、保護者から子ども達への声掛けにつながるよう意識することで、保護者から「家で保健指導を真似していましたよ!」とこっそり教えてもらうなど、保護者とのコミュニケーションのきっかけにもなっています。

たくさんの先生や保護者と共に、日々奮闘しながら子ども達の成長を見守っています。子ども達の「自分も相手も大切にできる育ち」に繋がれば幸いです。

活動記録 中井戸 彩夏  
12月10日

12月末で産休に入る先生がいるということで、今日は命のはなしをしました。  
乳幼児期に「わたしもみんなも大切」という感覚を...もっと見る



【ほけん通信】命のはなし  
2025年12月10日【クラスの全員に公開】

校園長部会研修会（オンデマンドWeb 開催）

## 傷病時における救急搬送の基準及び学校での対応方法

### ～頭部外傷を中心として～

講師 一般社団法人豊中市医師会 学校保健副担当理事 山本 清一郎 先生

本研修は「傷病時における救急搬送の基準及び学校での対応方法～頭部外傷を中心として～」と題してご講義いただきました。概要は次の通りです。

学校現場で見られる頭部外傷には、転倒・転落、走路での衝突、階段や窓からの落下などがあり、安全確保の後、負傷者はむやみに動かさないようにして安静の上、保健担当教職員や管理職へ速やかに連絡して情報共有を行うことが大切である。大丈夫そうに見えても最低 5～10 分程度は経過観察を行い、急変の兆候に注意しなければならない。反応が鈍い、会話が成立しない、目が合わないなどが見られれば危険なサインであり救急要請および保護者への連絡が原則となる。また、頭部外傷では脳へのダメージの有無を常に念頭に置かないといけない。さらに頸椎（首）の損傷やむち打ち様症状も多いため慎重な対応を行う必要がある。学校園では頭部外傷がもっとも生命予後に関わるため、過剰と思える判断でも救急搬送を選ぶくらいの慎重さが望まれる。一見、軽症でも後に症状が出ることもあり油断せず一定期間の観察の上、保護者と情報を確実に共有すべきである。

救急搬送への判断については、意識評価の客観的手段であるグラスゴー・コーマ・スケール（GCS）や日本式の JCS なども併せて教えていただきました。本研修会での学びを念頭に、今後、自分が選択する行動が最良の結果につながるようにさらに努めていきたいと思っています。

豊中市学校保健会校園長部会  
研修会

傷病時における救急搬送の基準  
及び学校での対応方法

～頭部外傷を中心として～

豊中市医師会学校保健  
副担当理事  
キッズクリニックやまもと  
山本清一郎

学校保健関係教職員部会研修会（オンデマンドWeb 開催）

## 緊急避妊薬「豊中モデル」について

講師 一般社団法人豊中市薬剤師会 副会長 市川 頼子 先生

本研修では、緊急避妊薬について基礎的な医学知識から、地域連携による「豊中モデル」までを体系的に学ぶことができました。前半では、月経周期やホルモンの変動、妊娠のしくみについて解説があり、黄体期の長さはおおむね一定である一方、思春期では月経周期の変動が大きく、月経終了直後であっても妊娠の可能性が生じる場合があることを学びました。思春期の子どもたちと日常的に関わる立場として、正確な知識を持つことの重要性をあらためて実感しました。

続いて、一般的な避妊方法と緊急避妊薬についての説明があり、緊急避妊薬は避妊せずに行われた性交や、避妊が十分でなかった場合に用いられる重要な手段であり、性交後できるだけ早く服用することが高い効果につながることを再認識しました。服用後は一時的な体調変化や月経のずれが起こることがあり、妊娠を確実に否定するための確認が必要である点も、支援や助言を行う際に留意すべき事項だと感じました。

後半では、薬局を起点として問診から診察、服薬までが完結する豊中モデルについて紹介があり、時間的制約のある緊急避妊薬を速やかに届けるための実践的かつ意義のある取り組みであると感じました。

本研修は学びの多い研修となり、地域の医療・支援体制と連携しながら、今後の学校保健活動に生かしていきたいと思います。

## 緊急避妊薬 レボルゲストレル錠

「豊中モデル」について

豊中市薬剤師会  
市川 頼子

### 養護教諭部会研修会

## 愛着に課題がある児童生徒への対応について

講師 特別支援教育士 SV・学校心理士・公認心理士

桃山学院大学 松久 眞実 先生

本研修では、保健室に来室する児童の中でも、特に愛着に課題がみられる子どもへの支援の手がかりを得るため、発達障害や愛着に課題を抱えた児童生徒への支援について研究されている松久眞実先生にご講話いただきました。

まず、発達障害と愛着障害には、「愛着関係が築きにくい」「育てにくい」「特別な配慮の必要性がわかりにくい」といった関連性がある一方で、それぞれ異なる特徴もあることを学びました。特にADHDと愛着障害の識別については、愛着障害は対人関係の中で顕著に現れるのに対し、ADHDは対人関係以外でも現れること、また反抗挑戦性障害や素行障害への移行は愛着障害に多く、ADHDでは少ないことなどが印象的でした。

さらに、愛着障害の原因の一つとなる虐待による心理的ダメージは多岐にわたり、特に自分を愛そうとする人に向ける絶え間ない攻撃性があること、自分に関係がない人たちにはうわべだけの愛嬌や親しみやすさを見せる一方、近しい関係の人ほど相手を振り回し、人を怒らせる対人関係を築くというお話が強く心に残りました。

対処方法としては挑発に巻き込まれないこと、感情的に怒鳴らないこと、適切な距離を保って話をじっくり聴き自分の気持ちを表現させることなどが重要であることを学びました。本研修を通して、愛着障害についての理解がとても深まり、非常に有意義な時間となりました。



内科専門委員会研修会（オンデマンドWeb開催）

## 糖尿病と脂質代謝の基礎知識

講師 豊中市学校保健会内科専門委員会 専門委員長 仁科 昌久 先生

近年、子どもを取り巻く健康課題は複雑化、多様化しており、肥満や痩身など、生活習慣の乱れは深刻な問題となっています。その中でも、将来の健康を左右する糖尿病や脂質異常症といった生活習慣病の低年齢化は、喫緊に取り組むべき課題であり、学校における予防教育や対応の強化をはかる目的で開催しました。

研修会では、1型糖尿病と2型糖尿病における特徴や重症化に至るまでの身体の変化、合併症のリスク、疾病の進行に合わせた適切な治療法について解説いただきました。

また、脂質代謝については脂質の種類によって身体の中でそれぞれどのような役割を果たしているのかといった基礎的な部分から、脂質異常症という疾患に移行するまでの病態生理や最新の疫学的な分野までより実践的で幅広い内容でご講義いただきました。

また、令和6年に文部科学省から発出された事務連絡において「教育現場での重症低血糖発作時において「グルカゴン点鼻粉末剤（バクスマー）」の教職員などによる投与が認められたことから、緊急時の対応方法や注意点について教育現場で適切に対応できるよう解説いただき学びの多い研修となりました。

### 豊中市学校保健会 内科専門委員会 研修会

- ・テーマ：糖尿病と脂質代謝の基礎知識
- ・講師：仁科医院 院長 仁科 昌久 先生



眼科専門委員会研修会

## 学校保健担当者が知っておくべき目のあれこれ

～ICT 端末等の使用にかかる目の影響、眼の外傷への対応についてなど～

講師 豊中市学校保健会眼科専門委員会 専門委員長 中島 伸子 先生

今回の研修は、眼科学校医・学校職員・家族が『子ども達が今も将来も困らないように』という共通認識を持ち、三者の『分担と連携』が重要で、情報共有し、協力して環境を整えることが大切だという話から始まり、学校現場に密接にかかわるテーマで講義をいただきました。

『屈折異常』や『弱視』では、視機能の発育は10歳くらいまでが肝心であり、低年齢のうちに適切な眼鏡の使用やトレーニングを行うことで学業に支障がなく過ごせることや、『ICT 端末の使用にかかる目の影響』として近視が低年齢化しており、強度の近視は将来、緑内障や網膜剥離、近視性

黄斑症といった病気のリスクを高めるため、眼科医が子どものうちから近視の進行予防に力をいれておられていることを知りました。『GIGA スクール構想』で学校にタブレットを導入していますが、近視予防生活習慣はこまめな休息や適切な明るさと視距離の確保等の環境を整えることが大切で、学校でも環境の配慮が必要であること、積極的な戸外活動が近視の進行を妨げること、適切な度数の眼鏡の着用を挙げられました。またオルソケラトロジーの使用や低濃度アトロピンの点眼等、最新の近視進行予防についても理解を深めました。

『眼の外傷』については、学校現場でもおこる異物混入や化学外傷への対応、受診のタイミングを学び、特に眼球打撲では視力低下や自覚症状がなくても重篤な損傷が隠れている可能性があるため、早期受診するよう伝えられました。

学校現場での環境整備や早期対応に活かしていける有意義な研修になりました。



## 豊中市学校保健会の1年

### 【春】

- ・総会
- ・水道水検査および貯水槽外観検査
- ・プール安全管理研修会

### 【秋】

- ・豊中市立学校（小・中・義務教育学校）の教室の照度検査
- ・豊中市立こども園への手洗い指導（第2回）

### 【夏】

- ・プール水質検査
- ・豊中市立こども園への手洗い指導（第1回）

### 【冬】

- ・「豊中市学校保健会だより」の発行
- ・豊中市立学校（小・中・義務教育学校）の教室の空気検査

### 【随時】

理事会・評議員会、各専門委員会研修会、各部会研修会

