学校保健計画策定の手引

～しまねっ子元気プラン～

リーフレットは
こちら

令和7年3月
島根県教育委員会

はじめに

未来を担う子どもたちが、生涯にわたって健康で豊かな生活を送り、一人ひとりの多様な幸福を実現することは、私たちの何よりの願いです。そのために必要な子どもたちの習慣を養い、心身の調和的な発達を図ることは、学校教育における重要な目標の一つです。

しかし、近年の社会環境や生活環境の急激な変化は、子どもたちの心身の健康に大きな影響を与え、アレルギー疾患や感染症、肥満や痩身、メンタルヘルスの問題、薬物乱用や生活習慣の乱れ等、様々な健康課題が複雑化、多様化しております。このような中、子どもたちが生涯を通じて健康な生活を営む資質や能力を育んでいくことが、より強く求められます。

これらの課題に対応していくためには、学校全体として学校保健に取り組む校内の組織体制を整備し、学校、家庭、地域が一体となり、また、学校医・学校歯科医・学校薬剤師を中核とした医療系専門家と連携し、「チーム学校」として推進していくことが必要です。

島根県教育委員会では、学校保健を組織的に推進していくために、平成 21 年度に「学校保健計画策定の手引～しまねっ子元気プラン～」（以下「手引」）を作成し、随時改訂をしてきました。この度の手引の改訂は、各学校の児童生徒等の実態に応じて、作成と見直しの手順や学校保健計画に必要な内容等を含め、学校保健計画を作成しやすいような内容にしました。また、これまでの健康課題の内容を引き継ぎ、より最新の情報に更新しております。

各学校において、学校保健計画の策定や見直しにあたって手引を活用していただくとともに、各学校の実態に合わせて、健康課題に優先順位を付けて取組を進めていただきますようお願いします。また、学校保健活動に関わる人たちの意識や意欲を高め、活動の充実につながる計画になることを期待しています。

終わりになりましたが、今回の手引作成に当たり熱心にご検討いただきました委員の皆様をはじめ、関係者の皆様に心から感謝申し上げます。

令和７年３月

島根県教育庁保健体育課
課長　　太田　俊介

もくじ

【はじめに】

[基本的な考え方]・・・

この手引において、小学校は義務教育学校前期課程を含む。
また中学校は義務教育学校後期課程を含む。

1　手引について

目標

学校、家庭、地域、関係機関等が連携し、子どもの健康課題の解決を図るとともに、子ども自身の生涯にわたる健康づくりの力を育む学校保健計画の策定

Ⅰ　基本理念

島根県教育委員会では、学校、家庭、地域、関係機関等が連携して、子どもの健康づくりに取り組み、児童生徒等が、健康について自ら考え、判断して行動できる実践力を育成するとともに、生涯にわたる健康の基礎づくりの力を育むことを目指します。

Ⅱ　趣旨

本手引は、各学校の学校保健活動の充実を目的に学校保健計画を立てる際の作成マニュアルとして平成21年度に作成されました。平成25年度、令和元年度と２度の改訂を行い、現状と課題を見直し、新たな数値目標を設定し、健康課題の解決に取り組んできました。

この度、３度目の改訂を行い、これまでの取組の成果や学校保健を取り巻く課題や社会情勢の変化、「しまね教育振興ビジョン」の策定の趣旨も踏まえ、「学校保健計画策定の手引～しまねっ子元気プラン～」を作成しました。

Ⅲ　位置付け

本手引は、学校保健安全法第５条に基づき、学校保健計画（保健目標、関連行事、児童生徒等や教職員の健康診断、環境衛生検査などの保健管理、児童生徒等に対する保健教育など、学校保健活動の年間を見直した総合的な基本計画）を毎年度策定・見直しをするためのものです。

Ⅳ　期間

令和７年度から令和11年度とします。

Ⅴ　推進体制

各学校においては、子どもの健康課題解決に向けて、学校、家庭、地域、関係機関等を結ぶ「学校保健委員会」を組織し、実効性のある「学校保健委員会」を運営します。

島根県教育委員会は、関係機関と連携しながら各学校の取組を支援し、島根県学校保健会に設置されている「しまねっ子元気プラン推進部会」において、各課題について課題別の取組の成果や方向性について意見交換を行います。

※推進体制イメージ

2　学校保健計画の策定と取組の方向性

学校保健計画を策定する際、学校の実態を踏まえ、児童生徒等や教職員の健康の保持増進や自校の健康課題の解決につながるものにすることが重要です。そして、学校における保健管理と保健教育、学校保健委員会等の組織活動など、学校保健活動の年間を見通した総合的な基本計画となることが大切です。

島根県においては、国の施策を受け、実態を踏まえた計画を策定し取組を進めています。島根県教育委員会では、「しまね教育振興ビジョン」の趣旨に基づき、各種計画と目的や目標を共有し、学校保健活動を推進します。

本手引では、６つの健康課題を挙げ、各学校の健康課題を学校保健計画に位置付けたり、実態に合わせて優先的に取り組む課題として設定したりすることができるよう、現状と今後の方向性を示しています。

3　学校保健計画の策定の基礎になるもの

【学校保健安全法　第５条】

学校においては、児童生徒等及び職員の心身の健康の保持増進を図るため、児童生徒等及び職員の健康診断、環境衛生検査、児童生徒等に対する指導その他保健に関する事項について計画を策定し、これを実施しなければならない。

※下線加筆

ポイント

学校の実態を踏まえ、児童生徒等や教職員の健康の保持増進や自校の健康課題の解決につながるものにする

学校保健に関わる人たちを結ぶ

「保健主事のための実務ハンドブック―令和２年度改訂―」　日本学校保健会より一部改変

学校の実態を踏まえ、児童生徒等や教職員の健康の保持増進や自校の健康課題の解決につながるものにするためのポイント

情報を収集し、目的を明確にする	**児童生徒等の実態を把握し、課題を見つけましょう。**
	●学校教育目標・学校保健活動の重点目標を確認していますか？
	●児童生徒等の実態から課題を明確にしていますか？
	●実態を数値化していますか？
	●児童生徒等に付けたい力や目指す姿が明確になっていますか？
	●学習指導要領に基づいて学校教育活動全体を通じて指導が行われていますか？
計画の方向性を明確に示し、共通理解を図る	**前年度の反省や今後の展望などを確認して、計画を立てましょう。**
	●児童生徒等の実態を踏まえた計画になっていますか？
	●保護者に理解が得られる計画になっていますか？
	●集団指導だけでなく、個別指導も計画されていますか？
	●外部講師を有効に活用していますか？
関わる人たちに相談して、協力者を見つける	**誰と、どんな連携が必要か考えましょう。**
	●保健主事を中心とした校務分掌内で相談されていますか？
	●関連した内容がある教科と連携していますか？
	●学校医等に相談していますか？
	●県の事業を活用していますか？
関わる人たちの意識・意欲を高める働きかけをする	**実施の必要性をしっかり示しましょう。**
	●根拠や児童生徒等の実態を関係者に周知していますか？
	●実態や課題に合わせて、計画の内容が改善されていますか？

「保健主事のための実務ハンドブック―令和２年度改訂―」　日本学校保健会より一部改変

ポイント

各学校において、学校における保健管理と保健教育、学校保健委員会などの組織活動など学校保健活動の年間を見通した**総合的な基本計画**となるよう作成することが大切

4　学校保健計画作成の手順

学校保健計画を作成するにあたって、学校保健に関わる教育活動において、教育課程の領域の特徴や担当する組織等のバランスに配慮することが求められます。

≪実践項目・順序≫　　≪保健主事としての働きかけ（例）≫

①情報収集・作成方針決定

・保健主事を中心として、計画作成の方向性を定める。
・児童生徒等の健康に関する情報、学校保健活動の評価記録からの情報などから課題をとらえる。
・保健部会（委員会）で意見交換を進める。
・保健部会（委員会）で情報を固める。

②目標・活動内容の設定

・校長の経営方針と収集した情報により明らかになった健康課題を照合する。
・保健部会（委員会）で学校保健目標や重点目標の案を決定する。
・他学年、他分掌からの情報をもとに学年保健目標や活動事項を設定する。
・具体的な学校保健活動の確認・調整をする。

③各組織との連絡・調整

・各学年、関連教科、特別活動担当者との指導内容、指導時期、授業時数等の調整・確認をする。
・児童（生徒）会、PTA、地域関係機関等との調整をする。
・学校保健委員会の開催予定を確認する。

学校保健計画の決定

・目標や活動内容を学校の全体計画へ位置付ける。
・他分掌と確認・調整をする。
・管理職からの指導・助言を生かす。

必ず盛り込むこと

- 児童生徒等・職員の健康診断
- 環境衛生検査
- 児童生徒等に対する指導に関する事項

踏まえて

学校の状況・前年度の学校保健の取組状況等

学校保健計画は
毎年度、作成します！！

「保健主事のための実務ハンドブック－令和２年度改訂－」日本学校保健会より一部改変

5　学校保健計画の内容

平成 20 年７月９日付け 20 分科ス第 522 号「学校保健法等の一部を改正する法律の公布について（通知）」
【第二　留意事項　　第１　学校保健安全法関連　二　学校保健に関する留意事項】

（5）学校保健計画について

１　学校保健計画は、学校において必要とされる保健に関する具体的な実施計画であり、毎年度、学校の状況や前年度の学校保健の取組状況等を踏まえ、作成されるべきものであること。

２　学校保健計画には、法律で規定された①児童生徒等及び職員の健康診断、②環境衛生検査、③児童生徒等に対する指導に関する事項を必ず盛り込むこととすること。

３　学校保健に関する取組を進めるにあたっては、学校のみならず、保護者や関係機関・関係団体等と連携協力を図っていくことが重要であることから、学校教育法等において学校運営の状況に関する情報を積極的に提供するものとされていることも踏まえ、学校保健計画の内容については、原則として保護者等の関係者に周知を図ることとすること。このことは、学校安全計画についても同様であること。

学校保健計画の様式について、法令などの定めはありませんが、学校保健計画の性格から、学校教育目標、学校保健目標、重点目標、方針、役割分担、年間計画一覧が盛り込まれる内容として考えられます。

学校保健計画は、学校保健の年間を見通した総合的な基本計画ですが、各学校・児童生徒等の実態に応じた課題を踏まえて決定された学校保健目標や重点目標の達成に向けた計画となるとよいでしょう。

様式　イメージ図

※具体例は P52～57 を参照

年間計画に入れる内容

「保健主事のための実務ハンドブック ―令和２年度改訂―」日本学校保健会より一部改変

6　学校保健計画作成上の留意点

学校保健計画の作成に当たっては、必要な内容を位置付けることはもちろん、以下に留意して作成するとよいでしょう。

□学校評価を生かし、自校の実情に合った計画を作成すること
□収集した情報を活用し、実態に即した計画を作成すること
□学校の教育方針との有機的な関連をもたせること
□保健管理と保健教育の関連を明確にすること
□各関係機関との連絡、調整を図ること
□関係教職員の理解を深め、責任分担を明確にすること
□PTA、家庭や地域社会の保健活動との連携を図ること
□実態を踏まえ、カリキュラムマネジメントの内容を盛り込むこと

「保健主事のための実務ハンドブック―令和２年度改訂―」　日本学校保健会より一部改変

7　学校三師との連携

学校保健安全法施行規則において、学校医・学校歯科医・学校薬剤師は学校保健計画の立案に参与すると規定されていますので、立案にあたって学校三師に相談しましょう。

【学校保健安全法施行規則　第２２条】
【学校保健安全法施行規則　第２３条】
【学校保健安全法施行規則　第２４条】
学校医（学校歯科医・学校薬剤師）の職務執行の準則は、次の各号に掲げるとおりとする。
一　学校保健計画及び学校安全計画の立案に参与すること。

8　学校保健委員会

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組織であり、学校保健活動の中心として機能するだけでなく、学校、家庭、地域の関係機関等の連携による効果的な健康活動につながるようにしましょう。

【平成 20 年１月の中央教育審議会答申】
学校保健委員会については、昭和33年の学校保健法等の施行に伴う文部省の通知において、学校保健計画に規定すべき事項として位置づけられている。また、昭和47年の保健体育審議会答申においても、「学校保健委員会の設置を促進し、その運営の強化を図ることが必要である」と提言されている。

9　学校保健計画の実施に当たって

実施に当たってはマネジメントサイクルを十分機能させながら、具体的な学校保健活動を推進し、学校教育目標、学校保健目標の具現を図ります。

10　学校保健計画を見直す手順

毎年度、見直し、作成する学校保健計画をより良いものにするためには、計画のどの部分が停滞しているのか、それはなぜなのかといった原因を把握し、改善に向けた取組を計画に位置付けるなど、評価を充実する必要があります。

また、計画の方針や作成の手順、改善すべき事項などを的確に次年度へ引き継ぐことが重要です。これら計画作成に関する内容について、誰が見てもわかりやすく活用しやすいように整理して引き継ぐことが大切です。

≪項目・手順≫	≪保健主事としての働きかけ（例）≫
①計画の実施状況と課題となっている原因の把握	・保健部会（委員会）など関係者に対し、実態把握を依頼する。 ・保健部会（委員会）で問題点の分析と課題を明確化する。
②評価・改善の実践	・主な活動の評価を実施する。 ・評価結果、改善策を職員へ周知する。 ・早急に見直しが必要な箇所の改善を依頼する。 ・先進校の事例を参考に、自校の取組を見直す。
次年度への確実な引継ぎ	・次年度に向けて改善策を記録し引き継ぐ準備をする。 ・改善策が必要な事項について、管理職や学校評価担当者に対して学校評価へ位置付けるように働きかける。

「保健主事のための実務ハンドブック　―令和２年度改訂―」日本学校保健会より一部改変

11　学校保健計画を見直すための評価

ポイント

□ 各学校・児童生徒等の実態を踏まえ、自校の健康課題の解決につながるものになったか。
・学校保健目標や重点目標の達成につながる取組が計画されていたか。
・計画した活動の企画・準備・運営がスムーズにできたか。

★評価の視点の例

全般	□学校保健に関する評価・記録が生かされていますか。 □児童生徒等の実態に即したものとなっていますか。 □保健部会、保護者、関係機関等の意見が生かされていますか。 □学校保健目標が反映されていますか。
保健教育	□保健教育をおこなう時間が適切に確保されていますか。 □教科等において保健に関する内容の理解が深まるよう配慮されていますか。 □学級活動・ホームルーム活動における保健の指導が効果的におこなわれていますか。 □学校行事等における保健の指導が適切におこなわれていますか。 □児童会活動・生徒会活動等における保健の指導が適切におこなわれていますか。 □部活動も含めた学校生活における日常の保健の指導が適切におこなわれていますか。 □児童生徒等の実態に応じた個別指導が適切におこなわれていますか。
保健管理	□健康診断が適切かつ効果的におこなわれていますか。 □健康観察、健康相談が計画的におこなわれていますか。 □学校環境衛生検査及び学校環境衛生活動等が適切におこなわれていますか。 □健康に問題がある児童生徒等の管理が適切におこなわれていますか。 □法令集及び法令に基づく公表簿等や必要な記録が整理されていますか。
組織活動	□組織活動が位置付けられていますか。 □教職員の協力体制が確立され、活動が円滑におこなわれていますか。 □家庭やＰＴＡ等との連携が図られていますか。 □学校保健委員会が開催され、健康に関する課題が解決されていますか。 □関係機関・団体など地域との連携が図られていますか。

「保健主事のための実務ハンドブック　―令和２年度改訂―」日本学校保健会より一部改変

健康課題別の現状と
今後の推進の方向性

【課題1】 心の健康問題への対応

～めざす子ども像～

心と体の変化について、早めに・気軽に相談できる子

背景

○学校保健安全法　第8条 （健康相談）　第9条 （保健指導）

・養護教諭や学級担任等が行う健康相談や保健指導が教員の役割として明確に規定
・健康観察を法的に位置付け

○学校保健安全法　第10条 （地域の医療機関等との連携）

・健康相談又は保健指導を行うに当たっては必要に応じ、連携を図るよう努める

○中央教育審議会答申　Ⅱ学校保健の充実を図るための方策について （平成20年1月）

・健康観察は日常的な心身の健康状態を把握し、早期発見・早期対応を図るために行う

○教職員のための子どもの健康観察の方法と問題への対応 （平成21年３月　文部科学省）

・身体的健康だけでなく、メンタルヘルスの視点も含めること

○現代的健康課題を抱える子供たちへの支援～養護教諭の役割を中心として～（平成 29年3月　文部科学省）

・組織的な支援に取り組むための手順と教職員等が果たす役割について

○教職員のための子供の健康相談及び保健指導の手引令和３年度改訂（令和4年3月　公益財団法人日本学校保健会）

・健康相談及び保健指導の基本的な考え方と基本的な支援や指導等について

○生徒指導提要（令和4年12月）

・心身の健康課題の背景は多様化している
・課題の把握に当たっては、学級・ホームルーム担任や養護教諭等の関係者間で情報交換する
・児童生徒の多面的な理解と、課題の本質（医学的要因・心理的要因・環境要因）を捉える

○誰一人取り残されない学びの保障に向けた不登校対策（COCOLO プラン）（令和５年３月　文部科学省）

・１人１台 端末を活用した心や体調の変化の早期発見を推進
・「チーム学校」による早期支援を推進

○心の健康ハンドブック（令和６年３月　公益財団法人　日本学校保健会）

・児童生徒が自分の心の状態に気付き、心の状態に影響する要因に目を向け、自分に合った方法で適切に対処するための方法等について（加工可能な電子媒体の掲載）

○学習指導要領解説（保健体育編）

・心の健康に関する内容は、小学校、中学校、高等学校のそれぞれの発達段階に応じた指導と系統性を踏まえた指導をすること
・小５の「不安や悩みへの対処」、中１の「ストレスの対処」の内容を新たに保健の「技能」と位置付けて、具体的な対処を学習する
・高校の内容として新たに精神疾患を位置付け、その予防と回復について学習する

○保健教育における個別指導の考え方、進め方（令和６年３月　公益財団法人　日本学校保健会）

・集団指導の内容や時期等を踏まえつつ、個別の生徒や任意の小集団を対象として意図的・計画的に行う

1　現状と課題

①子どもの様々な不安や心配事に対して校内体制を生かした取組を行っている割合（%）

	H30	R5	目標値（R6）
小学校	99.5	100	100
中学校	100	100	100
高等学校	97.2	100	100
特別支援学校	100	100	100

健康教育に関する状況調査（保健体育課）より

②心の健康問題に関する教職員研修を行っている学校の割合（%）

	H30	R5	目標値（R6）
小学校	68.7	78.6	100
中学校	96.8	76.1	100
高等学校	63.9	66.7	100
特別支援学校	52.9	64.7	100

健康教育に関する状況調査（保健体育課）より

【現状】

Ｒ５年度の調査結果とH30 年度を比較すると、①については、目標値にほぼ到達している。②については、H30 年度より増加しているが、すべての校種で目標値に達していない。

【課題】

・子どもの様々な不安や心配事に対して校内体制を生かした取組を行っている割合は 100%だが、不登校児童生徒数の増加など、心の健康問題への早期対応が必要である。
・複雑化、多様化する心の健康問題に対応する教職員の資質能力向上のための校内研修の開催は、引き続き必要である。

今後の方針

(1)学校保健計画に健康相談を位置付け、計画的に実施するとともに、校内委員会（組織）会議の定例化（例：月１回等）を図り、心や体調の変化の早期発見・早期支援を推進する。
(2)早い段階から学校内の関係者がチームとして対応し、関係機関と連携した支援ができるよう、心の健康問題に関する校内研修を開催する。

◇校内委員会（組織）会議について◇

・組織の構成員の例：校長（管理職）、教務主任、生徒指導主任、進路指導主事、保健主事（兼務養護教諭含む）、養護教諭、教育相談主任、学年主任、学級担任、特別支援教育コーディネーター、SC・SSW 等
・定例化することでメンバーが出席しやすく、機能する組織とする。
・校内委員会（組織）会議では、関係者との情報交換から児童生徒を多面的・総合的に理解したうえで、課題の本質（医学的・心理社会的・環境要因）をとらえ、校内の支援活動で解決できるものか、医療や関係機関等の連携が必要かを見極める。

2　今後の目標

Ⅰ　事後の個別事案へ対応するのではなく、心や体調の変化の早期発見･早期支援を推進するため、校内委員会（組織）会議を定例化（例：月１回等）する。

Ⅱ　学校医、SC、SSW 等と連携を図り、心の健康問題に関する教職員研修（健康観察の意義や組織的な支援に取り組むための手順、事例検討会等）を行う。

①校内委員会（組織）会議を定例化（例：月１回等）して開催している学校の割合（%）　**【目標Ⅰ】**

		目標値（R11）
小学校	新規	100
中学校		100
高等学校		100
特別支援学校		100

②心の健康問題に関する教職員研修を行っている学校の割合（%）　**【目標Ⅱ】**

	R5	目標値（R11）
小学校	78.6	100
中学校	76.1	100
高等学校	66.7	100
特別支援学校	64.7	100

データの根拠：①②健康教育に関する状況調査（保健体育課）
目標設定理由：①については、児童生徒等の心や体調の変化の早期発見・早期支援のため、校内委員会（組織）会議の定例化（例：月１回等）に重点を置いた。
②については、目標値まで達成していないため、引き続き、目標に設定した。

県の主な取組内容

【保健体育課】
- 健康相談アドバイザー事業
- 健康相談事業（心と性の健康相談事業）
  ※県立学校を対象
- 専門家・専門医による指導事業（健康課題解決）
  ※市町村立の小・中・義務教育学校を対象

【教育指導課】
- スクールカウンセラー活用事業
- スクールソーシャルワーカー活用事業

日本学校保健会　「心の健康ハンドブック」より

「心や体調の変化の早期発見・早期支援を推進するための校内委員会（組織）会議の定例化について」

コラム 1

◇児童生徒等の「ちょっと気になる」様子はありませんか？◇

例えば…

・最近、授業中も机に伏して寝ていることが多くなったな…

・前の学期に比べて、遅刻や欠席が増えてきたな…

・「困っていることはない」と言うけど、保健室の来室が増えてきたな…　など

◆そんな時、あなたはどうしていますか？◆

気になることがあっても周囲の同僚が忙しそうにしていると話しそびれたり、相談した相手から「元気そうに見えるよ。」などと言われると「自分の気のせいかな」と思ったりして、一人で抱え込んでいないでしょうか。

また、校内委員会（組織）会議で支援について検討をお願いしたいと思っても、緊急を要する事案でない場合は、関係者の都合がつかず先延ばしになってしまうことはないでしょうか。

◆定例化した校内委員会（組織）会議がある場合◆

短時間でも定例化（例：毎月第３水曜日の 16 時から 15 分程度など）した校内委員会（組織）会議があると、関係者のスケジュール調整がしやすくなります。そして、児童生徒等の心身の健康課題を把握した学級担任や養護教諭等が「あの会議で相談してみよう！」と思って全体に投げかけることができるため、一人で抱え込むことを防ぎ、早期発見・早期支援につながります。

❤学級担任や養護教諭等がキャッチする児童生徒等の「ちょっと気になる」様子を大切に❤

近年、児童生徒等が抱える心身の健康課題の背景は複雑化・多様化しており、課題の把握に当たっては一人の情報では不十分です。そのため、校内委員会（組織）会議において児童生徒等を多面的・総合的に理解した上で、課題の本質（医学的・心理社会的・環境要因）を捉えていく必要があります。

参加する関係者との情報交換から、学級担任や養護教諭等が「ちょっと気になる」様子の背景にある、いじめ、児童虐待、貧困などの問題に気づき、早期発見・早期支援につながることがあります。

定例化した校内委員会（組織）会議では、学級担任や養護教諭等がキャッチする児童生徒等の「ちょっと気になる」様子を大切にしてほしいと思います。

連携して児童生徒等を支援していくために・・・

①一人で抱え込まない。

②どんなことでも問題を全体に投げかける。

③管理職を中心に、コーディネーターの役割を果たすミドルリーダーが機能するネットワークをつくる。
ミドルリーダーは一人ではなく、複数の教職員（教頭・生徒指導主任・養護教諭など）が「コーディネーターチーム」として連携の核になるという方法もある。

④同僚間での継続的な振り返り（リフレクション）を大切にする。

＊参考資料：「教職員のための子供の健康相談及び保健指導の手引　令和３年度改訂」、「生徒指導提要」

【課題2】望ましい生活習慣の確立

～めざす子ども像～

よく寝て、運動を楽しみ、望ましい生活を送れる子

睡眠とメディア

背景

○健康な生活を送るために（令和2年度版）【高校生用】（文部科学省）

・生活習慣は、健康と密接な関係がある

○かけがえのない自分、かけがえのない健康（令和２年度版）【中学生用】（文部科学省）

・健康の基本は規則正しい生活習慣

○わたしの健康【小学校用】（令和3年3月）（文部科学省）

・健康な生活と正しい知識を身につける

○健康づくりのための睡眠ガイド 2023（令和6年2月　厚生労働省　健康づくりのための睡眠指針の改訂に関する検討会）

・スクリーンタイムは２時間以下を推奨

・デジタル機器使用の回避（デジタル機器は寝室には持ち込まず、電源を切って別の部屋に置く）

・小学生は９～12 時間、中学・高校生は８～10 時間の睡眠時間の確保を推奨

○早寝早起き朝ごはんで輝く君の未来～睡眠リズムを整えよう！～（中学生・高校生等向け普及啓発資料）（令和３年度改定　文部科学省）

・生活習慣を整えることの意義と睡眠リズムの大切さ

○令和5年度情報通信メディアの利用時間と情報行動に関する調査報告書（令和6年6月　総務省情報通信政策研究所）

・インターネット利用時間や使用用途などの調査をまとめたもの

○上手にネットと付き合おう！～安心・安全なインターネット利用ガイド～（総務省　情報流通行政局情報流通振興課情報活用支援室 HP）

・インターネットトラブル事例集や青少年のインターネット・リテラシー指標等に係る調査結果

1　現状と課題

①睡眠時間６時間未満の割合（%）

	H30	R5	目標値（R6）
小学校	1.0	1.6	0
中学校	6.3	6.3	4.0
高等学校	20.1	14.5	12.0

児童生徒の体力・運動能力等調査（保健体育課）より

②平日学習以外で１日２時間以上 TV や DVD、ゲーム機、スマホ、PC を見る割合（%）

		R1	R5	目標値（R6）
小学校５年	男子	58.6	66.3	減らす
	女子	46.5	57.5	
中学校２年	男子	58.4	69.2	
	女子	56.3	66.4	

全国体力・運動能力、運動習慣等調査（文部科学省）より

【現状】

①については、各校種により傾向は異なるが、小学校は増加傾向、中学校は横ばい傾向、高等学校は減少傾向が見られる。いずれの校種も目標値には達していない。②については、すべての校種で割合を減らすこと目標値としているが、Ｒ１年度より大幅に増加している。

【課題】

・睡眠時間が６時間未満の割合も大きく、睡眠が十分に取れていない児童生徒がいる。

・平日学習以外で１日２時間以上 TV や DVD、ゲーム機、スマホ、PC を見る、いわゆるスクリーンタイムの割合は、年々増加傾向にあり、スクリーンタイムの増加が、睡眠時間をはじめとした休養や生活リズムの形成に影響を及ぼしている。

今後の方針

(1)「しつのよい　まなびと　ねむり　しまねの子」を健康とメディアに関するキャッチフレーズとし、適切なメディアの使用と睡眠時間を確保することで生活の質(QOL)を高める。

(2)「専門家・専門医による指導事業(メディア)」により、スクリーンタイムの増加による健康への影響と、インターネットの適切な使用方法に関する啓発を通して、睡眠時間の確保を意識したルールづくりの必要性を図る。

２　今後の目標

Ⅰ　睡眠とメディアに関する指導を発達段階に応じて行うことで、「適正な睡眠時間の確保」を目指す。

Ⅱ　専門医や専門家などの外部指導者の活用により、望ましい生活習慣の確立とインターネットの適切な使用に関する具体的なルールづくりの必要性を啓発する。

①睡眠時間８時間未満の割合（%）　**【目標Ⅰ】**

	R5	目標値（R11）
小学校	12.6	8.0
中学校	51.9	46.0
高等学校	76.0	68.0

②平日学習以外で１日２時間以上 TV や DVD、ゲーム機、スマホ、PC を見る割合（%）　**【目標Ⅱ】**

		R5	目標値（R11）
小学校５年	男子	66.3	減らす
	女子	57.5	
中学校２年	男子	69.2	
	女子	66.4	

データの根拠：①児童生徒の体力・運動能力調査（保健体育課）
②全国体力・運動能力、運動習慣等調査（文部科学省）

目標設定理由：①「健康づくりのための睡眠ガイド 2023」より、８時間以上の睡眠が確保されることが望ましいことから、睡眠への意識の高まりを見るために設定した。
②第３次計画では達成できず悪化傾向にあり、引き続き取組を実施することで、悪化の傾向から、改善の方向へ転換する必要があるため設定した。

県の主な取組内容

【保健体育課】

・専門家・専門医による指導事業（メディア）
　※県立学校、市町村立の小・中・義務教育学校、幼稚園等を対象

・健康教育（学校保健）研修

・健康づくり推進室 HP に学習教材を掲載

次ページよりある【インターネット（ネット）依存傾向の評価のための質問用紙】は、「子どものインターネット利用と健康に関する調査報告書」（平成 29 年３月埼玉県学校保健会）を参考にしたものです。

インターネット（ネット）依存傾向の評価のための質問用紙

（小学校4、5、6年生用）

年　　組　　年　　組　　年　　組　　氏名

☆①～⑭の質問（インターネットを利用してあてはまること）について、1（ない）～4（よくある）の4段階であてはまるところに〇をつけてください

4：よくある　3：ときどきある　2：めったにない　1：ない

	4年生				5年生				6年生			
①気がつくと、思っていたよりも長い時間ネットを利用していることがある。	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1
②家族や友達とすごすよりも、ネットを利用したいと思うことがある。	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1
③家の人から、ネットを利用する時間や回数について注意されたことがある。	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1
④ネットを利用している時間が長くて、学校の成績が下がっている。	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1
⑤ネットが原因で勉強をだらだらやってしまう。	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1
⑥ネットで何をしているか聞かれたとき、いいわけをしたり、かくそうとしたりすることがある。	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1
⑦いやなことを忘れるために、ネットを利用することがある。	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1
⑧ネットを利用しているときに誰かにじゃまをされると、イライラしたり、怒ったり、言い返したりすることがある。	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1
⑨夜おそくまでネットを利用することで、睡眠時間が短くなっている。	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1
⑩ネットを利用しながら、「あと少しだけ」と自分でいいわけをしていることがある。	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1
⑪ネットを利用する時間や回数を、減らそうとしても、できないことがある。	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1
⑫ネットを利用している時間や回数を、家族や友達にかくそうとすることがある。	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1
⑬だれかと遊ぶより、ネットを利用することを選ぶことがある。	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1
⑭ネットを利用している時は何ともないが、ネットをしていない時はイライラしたり、落ち込んだりする。	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1
合計	点				点				点			

インターネット依存傾向	合計得点	小4	小5	小6	合計
低	14～31点				
中	32～40点				
高	41～45点				
きわめて高	46点以上				

自分の結果を受けて（１年目）

前回の結果と比較して（２年目）

３年間を振り返って（３年目）

インターネット（ネット）依存傾向の評価のための質問用紙

（中学生、高校生用）

年　　組　　年　　組　　年　　組　　氏名

☆①～⑳の質問（インターネットを利用してあてはまること）について、1（ない）～4（よくある）の4段階であてはまるところに〇をつけてください

4：よくある　3：ときどきある　2：めったにない　1：ない

	中学1年生・高校1年生					中学2年生・高校2年生					中学3年生・高校3年生				
①気がつくと、思っていたよりも長い時間ネットを利用していることがある。	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
②ネットを長く利用していたために、家庭での役割や家事（手伝いなど）をしないことがある。	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
③家族や友達と過ごすよりも、ネットを利用したいと思うことがある。	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
④ネットで新しく知り合いを作ることがある。	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
⑤周りの人から、ネットを利用する時間や回数について注意されたことがある。	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
⑥ネットを利用している時間が長くて、学校の成績が下がっている。	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
⑦ネットが原因で勉強の能率に悪影響が出ることがある。	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
⑧他にやらなければならないことがあっても、まず先にメッセージや通知、SNSなどをチェックすることがある。	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
⑨ネットで何をしているか聞かれたとき、言い訳をしたり、かくそうとしたりすることがある。	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
⑩いろいろな問題から気をそらすために、ネットで時間を過ごすことがある。	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
⑪気がつけば、また次のネット利用を楽しみにしていることがある。	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
⑫ネットのない生活は、退屈で、さびしいだろうと不安に思うことがある。	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
⑬ネットを利用しているときに誰かにじゃまをされると、イライラしたり、怒ったり、言い返したりすることがある。	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
⑭夜遅くまでネットを利用することが原因で、睡眠時間が短くなっている。	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
⑮ネットを利用していないときでも、ネットのことを考えてぼんやりしたり、ネットを利用しているところを空想したりすることがある。	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
⑯ネットを利用しながら、「あと少しだけ」と自分で言い訳をしていることがある。	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
⑰ネットを利用する時間や回数を減らそうとしても、できないことがある。	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
⑱ネットを利用している時間や回数を、人にかくそうとすることがある。	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
⑲誰かと外出するより、ネットを利用することを選ぶことがある。	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
⑳ネットを利用している時は何ともないが、ネットをしていない時はイライラしたり、落ち込んだりする。	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
合計	点					点					点				

インターネット依存傾向	合計得点	中1 高1	中2 高2	中3 高3	合計
低	20～54点				
中	55～64点				
高	65～69点				
きわめて高	70点以上				

自分の結果を受けて（1年目）

前回の結果と比較して（2年目）

3年間を振り返って（3年目）

「子ども達に役立つ“大切なあなたと眠り Q&A”」

コラム 2

ネット健康問題啓発者養成全国連絡協議会　共同代表　ぽよぽよクリニック　院長　田草雄一

Q1．あなたの人生で「眠り」はどの位を占めているでしょうか？

A1．　一生の睡眠時間を１日当たり平均８時間とすると、何とあなたの人生の三分の一を睡眠が占めています。この睡眠時間を大切にして量（時間）と質の適切な眠りを取ることはあなた自身を大切にすることにつながります。

Q2．あなたは何時間眠っていますか？

A2．　米国睡眠医学会は**小学生で９～12 時間、中学生で８～10 時間**の睡眠時間の確保を推奨しています。

これは全世界的に推奨され、我が国も例外ではありません。

そして、一番寝不足な国民は日本人です。

Q3．睡眠の働きはどんなものだと思いますか？

A3．　❶心身の休養、❷脳と身体の成長、❸脳の掃除と整理整頓をしています。

Q4．睡眠時間が不足するとどんなことがあると思いますか？

A4．　❶肥満になりやすくなります。
❷抑うつ傾向（やる気が出ない等）が強くなります。
❸学業成績が下がります。
❹幸福度や生活の質が下がります。

Q5．どうして睡眠不足になると思いますか？

A5．　思春期以降、社会人になるまでが最も夜更かしをしやすい時期と言われています。それには理由があります。

❶思春期が始まる頃から睡眠・覚醒リズムが後退し、メラトニンの分泌開始時刻が遅れます。そのため夜寝る時刻が遅くなり、朝起きるのが難しくなりやすいです。

❷部活動、勉強、友人との付き合い、デジタル機器の使用などで夜遅くまで活動することが増えます。

❸朝は学校に遅刻しないように起床する必要があり、睡眠不足になりやすいです。

Q6．夜更かしをしないための工夫はあるでしょうか？

A6． ❶小学生以降は、登校時や学校で日光を十分浴びましょう。週末や休日も普段と同じ時刻に起床して日光を浴びましょう。
❷朝食を摂らない生活習慣は睡眠・覚醒リズムを後退させることが報告されています。
❸座りっぱなしの時間、特にテレビ視聴やゲーム・スマホ利用などのスクリーンタイムが長くなりすぎないようにしましょう。スクリーンタイムは 2 時間以下が推奨されています。
❹スマホやタブレットなどデジタル機器は寝室に持ち込まず、電源を切って別の部屋に置きましょう。特にベッドの中で使用すると夜間のブルーライトを浴びやすくなり、寝つきや睡眠の質の低下につながります。

Q7．あなたは朝起きる時にスマホのアラーム機能を使っていますか？

A7． 起床時にスマホのアラーム機能を使うことはお勧めできません。なぜなら、朝起きた直後にスマホを触ることになり、すぐにメールやＳＮＳのチェックを始めてしまい、朝早い時間帯からスマホに囚われることになります。是非、目覚まし時計の使用をお勧めします。また、スマホを寝室に持ち込まないことは眠りの質の向上に役立ちます。

参照：厚生労働省健康づくりのための睡眠指針の改訂に関する検討会
「健康づくりのための睡眠ガイド 2023」こども版.p15−18,令和6年2月

運動習慣

背景

○子供の運動習慣形成と体力向上に向けた事例紹介 ～学校における体育・保健体育授業以外の取組事例～（令和5年3月 スポーツ庁）

○子どもの体力向上のための取組ハンドブック（平成 24 年3月 文部科学省）

○しまねっ子！元気アップ・レポート（令和5年度 島根県公立小・中・高等学校児童生徒の体力・運動能力等調査報告書）

・子どもの体力向上及び生活習慣改善のための方策を立てる際に参考となるデータ等

○WHO 身体活動・座位行動ガイドライン（日本語版）

５～17 歳の子どもや青少年では、身体活動により体力（心肺体力・筋力）の向上、心血管代謝の健康（血圧、脂質異常症、血糖値、インスリン抵抗性）、骨の健康、認知的健康（学業成績、実行機能）、精神的健康（うつ症状の軽減）、および肥満の減少といった様々な健康効果が得られ、以下の項目について強く推奨

・高強度の有酸素性身体活動や筋肉・骨を強化する身体活動は、少なくとも週３日は取り入れる

・1 週間を通して、1 日平均 60 分以上の中強度から高強度の身体活動（主に有酸素性身体活動）を行う

・座りっぱなしの時間、特に余暇時間におけるスクリーンタイムの時間を減らす

○健康づくりのための身体活動・運動ガイド 2023（令和6年1月 健康づくりのための身体活動基準・指針の改訂に関する検討会）

・個人差を踏まえ、強度や量を調整し、可能なものから取り組む

1　現状と課題

①運動を毎日する児童生徒の割合（%）

		H30	R5	目標値（R6）
小学校５年	男子	59.4	62.8	63.0
	女子	48.4	43.8	50.0
中学校２年	男子	89.1	82.8	90.0
	女子	70.6	59.7	73.0
高等学校２年	男子	78.0	70.8	80.0
	女子	42.0	40.4	45.0

児童生徒の体力・運動能力等調査（保健体育課）より

②運動やスポーツが「好き」の割合（%）

		H30	R5	目標値（R6）
小学校５年	男子	76.9	76.3	80.0
	女子	56.8	53.9	60.0
中学校２年	男子	67.8	63.9	70.0
	女子	45.8	41.0	47.5

全国体力・運動能力、運動習慣等調査（文部科学省）より

③体力・運動能力調査の結果を体力ピーク時（S61 年）と比較した割合

	H30	R5	目標値（R6）
小学校５年	94.2	92.3	96.0
中学校２年	95.6	93.5	97.0
高等学校２年	95.6	92.3	97.0

児童生徒の体力・運動能力等調査（保健体育課）より

【現状】

①は、H30 年度に比べて減少傾向である。男子に比べて、女子の割合が低い。

②は、H30 年度に比べて減少傾向である。男子に比べて、女子の割合が低く、小学生の時より中学生に進学後に低下する傾向が見られる。

③は、H30 年度に体力の向上を図るために設定された項目であるが、体力は低下傾向にあり、体力ピーク時との体力差は開いている。

【課題】

・運動習慣が身についていない児童生徒がいる。
・運動することを好意的に捉えて、運動を積極的にしようとする児童生徒は徐々に回復傾向にはあるが、特に女子の割合に増加が見られにくい。
・体力・運動能力の結果が依然として、体力ピーク時の水準には至っていない。

今後の方針

（1）運動することの楽しさやスポーツの良さを感じ、運動意欲と体力の向上を図る取組の継続・充実

- 体育の授業の充実を図るための訪問指導を継続することや「しまねっ子！元気アップ・プログラム」等を通して、引き続き運動意欲と体力の向上を図る。また、その普及・啓発を兼ねた「しまねっ子！元気アップ・カーニバル」の充実を図る。

（2）地域や学校、幼稚園・認定こども園・保育所（以下「幼稚園等」という）と連携した体力向上の取組の継続・充実

- 運動好きな子どもを育てるため、地域や学校、幼稚園等と連携し、運動遊びを中心とした内容で、子どもにとって体を動かすことが楽しいと実感できるような取組を進める。

2　今後の目標

Ⅰ　１週間を通して、１日平均 60 分以上の中強度から高強度の身体活動を行う習慣の確立を目指す。（※軽い運動から始め、座りっぱなしの時間を減らすことを目指す。）

Ⅱ　授業や教科外の活動を通して、運動やスポーツが「好き」と思う児童生徒を増やす。

Ⅲ　体力の向上につながっているかの指標とするため、体力ピーク時の体力水準に近づくよう、授業や教科外の活動で運動量を増やすような工夫や、運動強度をあげるなどの工夫をして、体力の向上につなげる。

①運動を毎日する児童生徒の割合（%）

【目標Ⅰ】

		R5	目標値（R11）
小学校５年	男子	62.8	65.0
	女子	43.8	45.0
中学校２年	男子	82.8	85.0
	女子	59.7	65.0
高等学校２年	男子	70.8	75.0
	女子	40.4	45.0

②運動やスポーツが「好き」の割合（%）

【目標Ⅱ】

		R5	目標値（R11）
小学校５年	男子	76.3	80.0
	女子	53.9	60.0
中学校２年	男子	63.9	70.0
	女子	41.0	47.5

③体力・運動能力調査の結果を体力ピーク時（S61 年）と比較した割合（%）　【目標Ⅲ】

	R5	目標値（R11）
小学校５年	92.3	94.8
中学校２年	93.5	94.8
高等学校２年	92.3	94.8

データの根拠：①③児童生徒の体力・運動能力等調査（保健体育課）
②全国体力・運動能力、運動習慣等調査（文部科学省）
目標設定理由：①②③第３次計画では達成できなかったため、一層の体力の向上を図るために設定した。

県の主な取組内容

【保健体育課】
・指導主事による全小・中学校の学校訪問を通した体力向上への取組支援（子どもの体力向上支援事業）
・大学教員等の専門家による体力向上の取組への支援（大学教員等派遣事業）
・中学生、高校生の武道やダンスの指導を充実させる取組の実施（令和の日本型学校体育構築支援事業）
・幼児期、学童期の子どもを運動好きにする取組の実施（子どもたちの体力向上のための「しまねっ子！元気アップ・プログラム」）
・「しまねっ子！元気アップ・プログラム」の普及・啓発を兼ねた「しまねっ子!元気アップ・カーニバル」の取組
・幼児期の子どもたちを運動好きにする取組（運動好きな子どもを育てるための地域連携事業）（レクリエーションによる幼児期の体力づくり事業）

「望ましい生活習慣の確立について～運動への動機づけ～」

コラム 2

島根大学教育学部　　西村　覚

令和６年度の全国体力・運動能力、運動習慣等調査の報告書（文部科学省.2024）によると、島根県では、中学校では体力の低下に回復の兆しが見えていますが、小学校では依然として低下傾向にあります。そのなかで、運動時間が長いほど体力が高い傾向にあることから、体力を維持向上するためには、日常生活の中で運動に取り組むことが大切なことがわかります。また、運動が好き、体育・保健体育は楽しいと感じている児童生徒ほど体力が高いことからも、体育・保健体育を通じて運動を好きになってもらうことが重要だといえます。

児童生徒が運動に取り組む「意欲」や「やる気」を動機づけ（Motivation）といいます。一般に動機づけには、「楽しさ」など運動すること自体が目的となる「内発的動機づけ」と、「ほめられる」ことを目的とし運動することが手段となる「外発的動機づけ」が知られています。内発的動機づけで運動をしている人に、報酬など外発的動機づけを付与すると、内発的動機づけが低下し、報酬がないと運動をしなくなるアンダーマイニング効果等から、「外発的動機づけ」は望ましくないものととらえられがちです。

しかし、自己決定理論（Deci & Ryan.1985）では、外発的動機づけと内発的動機づけの二項対立ではなく、無関心（無動機）の状態から徐々に外発的動機づけが変化し、内発的動機づけにより運動を継続する（やめられない）状態になっていくと考えられています。この内発的動機づけへの移行は、自分の有能さを感じる「有能さへの欲求」、自分の行動を自分で決定したい「自律性への欲求」、他者との親密な関係を維持したい「関係性への欲求」の３つの基本的欲求が充足することを通して変化していくとされます。そのため、結果のフィードバックや適切な難易度の課題設定、行動の選択を認める、教師や仲間との良い関係をはぐくむことのできる学習環境を整えることが動機づけに望ましいと考えられています。（安藤・岡田.2007）

自己決定理論による　動機づけの連続性（伊藤.2009）

無動機づけ		無関心・やる気無し
外発的動機づけ	外的調整	強制・報酬・罰則
	取り入れ調整	義務感による行動 評価へのプライド・批判への不安
	同一化調整	意義と必要性の理解 病気にならないため
	統合調整	自分の目的と価値の完全一致 健康になるため
内発的動機づけ		行動自体に価値を感じる 魅力・やりがい・楽しさ

図１　動機づけの自己決定連続体（Ryan and Deci,2002,P.16.をもとに加筆）
（名越 他.2018）

また、達成目標理論（Ames、1992）では、達成目標を記録や結果等の成績目標とするか、技能の向上や挑戦や努力などの熟達目標とするかが動機づけに影響することが指摘されています。成績目標を持つ場合は、勝敗や順位に意識がいき、能力が高く結果に自信がある場合には積極的に課題に取り組みますが、自信が無い場合は課題への取組を避けて能力の低さを隠そうとします。確実に成功できる課題、もしくは失敗しても評価に影響しない難しい課題が選択されやすくなります。一方熟達目標を持つ人は、勝敗よりも自分の上達に意識がいきます。そのため能力の高さにかかわらず、最適挑戦レベルの課題を選択する傾向にあり、失敗や敗戦も努力や練習方法の課題を示す手掛かりと捉え、新たな取り組みに向かう力となります。動機づけには熟達目標が有効だといえるでしょう。

個人の達成目標には、クラスやチームが持つ達成目標である「動機づけ雰囲気」が重要な影響を持つことが明らかになってきています。「先生は、苦手なものが無くなるように、一人ひとり熱心に教えてくれます」などの熟達志向的な動機づけ雰囲気や、「体育の学習では、クラスのみんなが協力しています」などの共同志向的な動機づけ雰囲気は、学習動機を高める可能性が示唆されています。それに対して「体育では、勝敗や記録だけが成績になります」など成績志向的な動機づけ雰囲気は、自信のある児童生徒の動機を高める一方で、自信の無い児童生徒は他者からの低い評価を逃れようと回避的な学習動機を高め、最小限の努力で課題を逃れようとすることにつながります。

児童生徒の動機づけを高め、生涯を通じて運動に親しんでもらうためには、学習環境作りが大切だと言えるでしょう。

【課題3】 食に関する指導の推進

～めざす子ども像～

朝食をしっかり摂って、朝から元気に過ごせる子

背景

○食育基本法（平成 17 年6月）
- 食育に関する指導体制の整備

○第 4 次食育推進基本計画 R3～R7年度（令和3年3月）
- 朝食を欠食する子供の割合を、０％とすることを目指す
- 栄養教諭は個別的な相談指導を行い、望ましい食習慣の形成に向けた取組を推進する
- ICT 等のデジタル技術を有効活用し効果的な情報発信
- 各学校において食育の目標や具体的な取組について共通理解を持つことが必要

○島根県食育推進計画（第四次計画）R5～R10年度 （令和5年3月）
- 朝食を毎日きちんと食べる

○学習指導要領総則
- 発達の段階を考慮し、学校教育活動全体として取り組む

○食に関する指導の手引－第二次改訂版－（平成 31 年3月 文部科学省）
- 食に関する指導の充実
- 学校給食の充実
- 食育を通じた健康状態の改善等の推進

1 現状と課題

①食に関する指導の全体計画作成率（%）

	H30	R5	目標値（R6）
小学校	93.5	94.9	100
中学校	91.6	94.6	100
高等学校	22.9	43.6	100
特別支援学校	82.4	100	100

健康教育に関する状況調査（保健体育課）より

②児童生徒の朝食の欠食率（%）

		H30	R5	目標値（R6）
小学校５年	男子	2.8	7.8	0
	女子	4.3	8.1	0
中学校２年	男子	8.7	9.1	5.0
	女子	8.5	15.0	5.0
高等学校２年	男子	9.6	15.6	減らす
	女子	16.8	20.0	10.0

児童生徒の体力・運動能力等調査（保健体育課）より

③朝食内容における（主食＋主菜＋副菜）の割合（%）

	H30	R5	目標値（R6）
小学校５年	23.1	18.7	28.0
中学校２年	25.2	24.4	28.0

児童生徒の食生活調査
（島根県小中学校栄養教諭研究会）より

④肥満傾向にある子どもの割合（%）

		策定時（H30）	R5	目標値（R6）
小学校５年	男子	7.68	8.43	減らす
	女子	6.84	9.59	
中学校２年	男子	7.74	7.83	
	女子	7.68	7.36	
高等学校２年	男子	10.78	14.15	
	女子	5.90	7.73	

全国学校保健統計調査（文部科学省）より

【現状】

小・中学校での食に関する指導の全体計画の作成率は上がっており、特別支援学校では目標値に達している。高等学校についてはH30 年度と比べて上がっているが、半分以上の学校で作成されていない。

また、朝食欠食率はどの校種も増加傾向であり、小学校５年生と中学校２年生対象に行った調査では、主食主菜副菜を摂っている割合が策定時より下がっている。

肥満傾向にある子どもの割合は年度によりばらつきが見られ、傾向が定まらない。（個別的な相談指導の実施傾向を図る資料として使用する。）

【課題】

小・中学校、特別支援学校では食に関する指導の全体計画作成率が高いものの、朝食欠食率が増加していることや栄養バランスの整った朝食の摂取率が減少傾向であること等から、児童生徒の課題解決に向けた全体計画の作成が求められる。高等学校では、食に関する指導の全体計画作成率が低いことから、組織的・計画的に取り組めていない状況がうかがえる。

今後の方針

(1)食に関する指導に係る全体計画を作成する。
(2)朝食欠食率を減らし、栄養バランスの整った朝食を摂取できるように学校での指導を充実させるとともに、家庭への啓発を図る。
(3)ICT を活用した食に関する指導の充実を図る。
(4)個別的な相談指導をすすめ、多様化する児童生徒の健康課題への解決を図る。

２　今後の目標

Ⅰ　食育の取組の充実を図る。

食に関する指導に係る全体計画の作成
朝食欠食率を減らす
ＩＣＴを活用した効果的な指導の充実

Ⅱ　個別的な相談指導を充実させる。

全体での指導では解決できない健康に関係した個別性の高い課題について改善を促す

①食に関する指導の全体計画作成率（%）

【目標Ⅰ】

	R5	目標値（R11）
小学校	94.9	100
中学校	94.6	100
高等学校	43.6	100
特別支援学校	100	100

②児童生徒の朝食の欠食率（%）

【目標Ⅰ】

		R5	目標値（R11）
小学校５年	男子	7.8	0
	女子	8.1	0
中学校２年	男子	9.1	5.0
	女子	15.0	5.0
高等学校２年	男子	15.6	10.0
	女子	20.0	10.0

③朝食内容における
（主食＋主菜＋副菜）の割合（%）　**【目標Ⅰ】**

	R5	目標値（R11）
小学校５年	18.7	28.0
中学校２年	24.4	28.0

④肥満傾向にある子どもの割合（%）

【目標Ⅱ】

		R5	目標値（R11）
小学校５年	男子	8.43	減らす
	女子	9.59	
中学校２年	男子	7.83	
	女子	7.36	
高等学校２年	男子	14.15	
	女子	7.73	

データの根拠：①健康教育に関する状況調査（保健体育課）
②児童生徒の体力・運動能力調査（保健体育課）
③児童生徒の食生活調査（島根県小中学校栄養教諭研究会）
④全国学校保健統計調査（文部科学省）

目標設定理由：①について、目標値に近くなってきているが、学校全体で食育に取り組むため、引き続き目指すべき目標として設定した。
②③について、より一層の指導の充実が求められるため、第３次計画を引き続き目指すべき目標として設定した。
④は「第三次健康長寿しまね推進計画」の目標値と共有している。

県の主な取組内容

【保健体育課】
・「食の学習ノート」を配付し、食育の推進
・栄養教諭等の授業力向上のための授業研究
・「島根県食育推進計画（第四次計画）」（令和５年３月）に基づき、栄養教諭等を中心に家庭・地域と連携した食に関する指導の推進
・高校生「みそ汁コンテスト」の開催

高校生用（ダウンロード）

高校生の朝食欠食率の改善に向けて、手軽に栄養補給ができ、調理が簡便である「みそ汁」に着目し、令和６年度から「高校生『みそ汁コンテスト』」を開催し、高校生の食育を推進しています。

コラム3

「ICT を活用した食育の実践」

○ICT 活用の特性・強みとしては、次の3点が考えられます。

1 多様で大量のデータの取扱いができ、容易に分析や利活用ができる。

2 時間的制約を超えた情報の蓄積、過程の可視化を行うことができる。

3 空間的制約を超えた相互かつ瞬時の情報の共有ができる。

ICT の活用等により、効率的で効果的な指導を展開することが可能となります

＜実践例＞

○学校での取組

【安来市の取組】

＜3校リモート授業の実現＞

小学校卒業後に同じ中学校へ通学することになる第5・6学年複式学級の学級活動を学級担任と学校栄養職員のティームティーチングにより、配信校と受信校2校をつないで実施。めあてを3校同時に提示し、各校でのグループ活動の後、3校児童による意見交流の場を設定した。

【隠岐郡の取組】

＜食育教材の配信＞

地域の食材を郡内共通の学校給食献立に使用する日に合わせて、各学校で視聴や掲示等ができる食育教材を栄養教諭・学校栄養職員が作成。画像・音声付きの動画資料は4つの島の各学校担当者が効率的に活用できるよう、共通の保存ファイルで一元管理した。

○地域との連携

【美都中学校の取組】

総合的な学習の時間で生徒たちが制作した地場産物を PR する新聞を SNS や店頭掲示等で発信した。

【課題4】歯と口の健康づくりの推進

～めざす子ども像～

食後の正しい歯みがきで、歯を大切にできる子

背景

○島根県歯と口腔の健康を守る8020推進条例（平成 22 年 3 月）

・島根県歯と口腔の健康づくり計画の策定

○第 3 次島根県歯と口腔の健康づくり計画（令和5年 3 月）

・学校歯科健診や歯科健康教育の教育的意義の共有と個々に対応した支援体制づくりの推進
・むし歯や歯周病予防、よく噛むこと等、自らの健康づくりに意欲的に取り組む意識の醸成
・歯間部清掃用具（デンタルフロスや歯間ブラシ等）の正しい使い方等の普及啓発
・かかりつけ歯科医等での定期的な歯科口腔管理の定着と家庭や学校でのフッ化物の応用
・子どもや保護者に対し、歯科医師等による適切な治療や保健指導を受ける機会の拡充

○「生きる力」を育む学校での歯・口の健康づくり 令和元年度改訂（令和 2 年 2 月日本学校保健会）

・学校における歯・口の健康づくりの意義と歯・口の健康づくりの実際

○学校歯科健康診断における歯列・咬合の検査について（令和 4 年 3 月文部科学省）

・本人・保護者が検査結果を踏まえて適切に対処できるよう工夫すること
・必要な児童生徒・保護者への健康相談の実施
・学校歯科医・地域の歯科医療機関との連携

○学習指導要領解説（特別活動編）

・児童生徒等の健康診断は、健康安全・体育的行事に位置付けられる
・学級（ホームルーム）活動「（2）日常の生活や学習への適応と自己の成長及び健康安全」において、現在及び将来の生活上の課題を見通した生活に関する課題について取り上げる

○学習指導要領解説（保健体育編）

・健康な生活と疾病の予防において、口腔の衛生を保つことなどの生活習慣を身に付けることが有効であることを理解できるようにする
・小学校、中学校、高等学校を通じて系統性を踏まえた指導をすること

1　現状と課題

①むし歯（う歯）罹患率（%）

		H30	R5	目標値（R6）	全国平均（R5）
小学校５年	男子	57.1	44.0	47.6	38.0
	女子	49.5	42.9	42.7	34.3
中学校２年	男子	39.7	30.5	33.5	25.0
	女子	41.8	33.8	36.1	28.1
高等学校２年	男子	51.9	42.7	43.4	35.1
	女子	57.4	48.0	37.6	38.4

②歯肉に所見がある割合（%）

		H30	R5	目標値（R6）	全国平均（R5）
小学校５年	男子	3.88	3.64	3.0	2.80
	女子	2.25	3.08	1.7	1.94
中学校２年	男子	5.32	6.98	4.7	4.21
	女子	4.30	5.40	2.6	2.84
高等学校２年	男子	2.88	3.10	減らす	4.55
	女子	1.58	1.06	減らす	2.76

③一人平均むし歯（う歯）本数（本）

		H30	R5	目標値（R6）	全国平均（R5）
中学校１年	男子	0.79	0.63	0.6	0.50
	女子	0.85	0.77	0.6	0.61

④むし歯（う歯）の処置完了（%）

		H30	R5	目標値（R6）	全国平均（R5）
小学校５年	男子	50.2	51.5	54.3	54.4
	女子	53.7	52.9	56.0	54.1
中学校２年	男子	52.2	59.2	56.8	59.2
	女子	55.7	62.5	58.7	60.8
高等学校２年	男子	51.0	55.9	57.4	59.3
	女子	59.2	62.7	62.4	64.0

①～④島根県学校保健統計調査（島根県教育委員会・島根県養護教諭研究連絡協議会）、全国学校保健統計調査（文部科学省）より

【現状】

Ｒ５年度の島根県保健統計調査結果と目標値を比較すると、①②③④について、ほぼ目標値には到達しており、一定の成果があったが、全国平均（R5）と比べると少し悪い状況である。

【課題】

・むし歯（う歯）予防及び、歯肉炎予防のための効果的な歯磨き等、発達段階に応じた指導が必要である。

今後の方針

(1)歯科健診を教育活動として位置付けて、児童生徒の健康実態の把握に努めるとともに、保健指導や健康相談等により適切な事後措置を行い、個々の健康課題解決に向けた支援体制を強化する。

(2)むし歯(う歯)予防や歯肉炎予防のための効果的な歯みがき指導(歯間部清掃用具の正しい使い方等)、食習慣を含めた生活習慣の改善など発達段階に応じた歯科保健指導を推進する。

(3)学校、家庭、地域の関係機関が連携して、地域ぐるみの歯科保健活動を推進する。

2　今後の目標

Ⅰ　むし歯(う歯)予防、歯肉炎予防のための歯磨き等、発達段階に応じた歯科保健指導を推進する。
Ⅱ　歯科健診等の機会を捉えた学校歯科医や歯科衛生士と連携した歯科保健指導を推進する。

①むし歯（う歯）罹患率（%）　**【目標Ⅰ】**

		R5	目標値（R11）
小学校５年	男子	44.0	38.0
	女子	42.9	34.3
中学校２年	男子	30.5	25.0
	女子	33.8	28.1
高等学校２年	男子	42.7	35.1
	女子	48.0	38.4

②歯肉に所見がある割合（%）　**【目標Ⅰ】**

		R5	目標値（R11）
小学校５年	男子	3.64	減らす
	女子	3.08	
中学校２年	男子	6.98	
	女子	5.40	
高等学校２年	男子	3.10	
	女子	1.06	

③一人平均むし歯（う歯）本数（本）**【目標Ⅰ】**

		R5	目標値（R11）
中学校１年	男子	0.63	0.5
	女子	0.77	0.5

④学校歯科医や歯科衛生士と連携した歯科保健指導の実施（%）　**【目標Ⅱ】**

	R5	目標値（R11）
小学校	61.7	100
中学校	47.8	100
高等学校	35.8	100
特別支援学校	47.1	100

データの根拠：①島根県学校保健統計調査（島根県教育委員会・島根県養護教諭研究連絡協議会）、全国学校保健統計調査（文部科学省）
②③島根県学校保健統計調査（島根県教育委員会・島根県養護教諭研究連絡協議会）
④健康教育に関する状況調査（保健体育課）

目標設定理由：①むし歯（う歯）罹患率は低下しているが、全国平均と比べるとやや高いため、引き続き目標とした。目標値はＲ５年度の全国平均とした。
②「第３次島根県歯と口腔の健康づくり計画」の目標値でもあり、増加傾向にあるため、これ以上増やさず減らすことを目標に設定した。
③「第３次島根県歯と口腔の健康づくり計画」の目標値でもあり、永久歯のむし歯（う歯）の指標となるため引き続き、目標に設定した。
④個々の健康課題解決に向けて、歯科健診等の機会を捉えた学校歯科医や歯科衛生士と連携した歯科保健指導に重点を置いた。

県の主な取組内容

【島根県歯科医師会と連携して実施】
・歯・口の健康に関する図画・ポスター、啓発標語コンクールの募集
・生きる力を育む歯・口の健康づくり推進事業

コラム 4

「口の健康状態の悪化が介護認定と死亡に関連する」

島根県歯科医師会理事　清水　潤

口の健康の良し悪しが、高齢者の生活を左右するようです。

島根大学、島根県歯科医師会、国立保健医療科学院が共同で行った研究では、県内の後期高齢者約２万人の歯科口腔健診データを分析したところ、「あまり噛んで食べられない」ことが要介護２以上になったり、死亡したりすることと強く関連することが分かりました。この結果は世界五大医学雑誌のひとつ「ランセット（The Lancet Healthy Longevity 2024;5:100636)」に掲載され、世界に発信されました。

口の健康状態として歯の数、歯周組織の状態、咀嚼能力、嚥下能力、舌の動き、発音機能、口腔衛生状態、入れ歯の具合などを評価しました。そのうち、要介護２以上になる機能障害の発生、死亡のどちらにも強い因果関係がみられたのは咀嚼能力でした。次いで関連性が強かったのは、機能障害は中等度以上の歯周病、死亡では歯の数が少ないことでした。

今回の研究結果から、口の健康を維持向上させること（特にしっかり噛めることが大事）は、要介護や死亡のリスクを軽減させる可能性が示唆されました。「残存歯の数」も非常に重要です。歯を失わないためには、子どもの頃からのむし歯予防が非常に大切です。むし歯予防効果が高いのはフッ化物の応用です。特に学校でのフッ化物洗口は公衆衛生的に効果があります。本県でも中山間地域の人口減少が問題となっていますが、歯科医療機関も減少しており、今後は初期の歯科治療の機会が減ってしまう可能性があります。したがって、公衆衛生的に効果の高い学校でのフッ化物洗口を推し進める必要があります。

「中山間地域こそ学校で集団的フッ化物洗口を」。

【課題5】性に関する指導の推進

～めざす子ども像～

自分や周りの人を大切にし、互いに理解し合える子

背景

○生徒指導提要（令和4年12月）
- 性に関する課題への対応
- 学習指導要領に基づき、学校教育活動全体を通じて指導

○学習指導要領解説（保健体育編）
- 発達の段階を踏まえること
- 学校全体で共通理解を図ること
- 保護者に理解を得ること
- 集団で一律に指導（集団指導）する内容と、個別に指導（個別指導）する内容を区別

○成育医療等の提供に関する施策の総合的な推進に関する基本的な方針の変更（令和5年3月　閣議決定）
- プレコンセプションケアの推進
- 性と健康に関する教育
- 外部講師の活用、専門家と連携した個別指導

○性犯罪・性暴力対策の強化の方針（令和2年　閣議決定）
- 「生命（いのち）の安全教育」を推進
- 課題未然防止教育

○性同一性障害者の特別の取扱いの特例に関する法律（平成15年）

○児童生徒が抱える問題に対しての教育相談の徹底について（平成22年　文部科学省）
- 性同一性障害に係る児童生徒の心情等に十分配慮した対応の要請

○性同一性障害に係る児童生徒に対するきめ細かな対応の実施等について（平成27年　文部科学省）
- 「性的マイノリティ」とされる児童生徒全般に共通するもの

○「自殺総合対策大綱」（平成24年　閣議決定）
- 性的マイノリティの自殺念慮の割合等が高い
- 無理解や偏見等が背景にある
- 教職員の理解を促進

1　現状と課題

①性に関する指導の全体計画に基づき、組織的に指導している割合（%）

	H30	R5	目標値（R6）
小学校	90.5	93.4	100
中学校	74.7	90.2	100
高等学校	22.2	51.3	100
特別支援学校	35.3	70.6	100

健康教育に関する状況調査（保健体育課）より

②関係機関や専門家と連携した性に関する指導を行った学校の割合（%）

	H30	R5	目標値（R6）
小学校	52.7	65.8	75.0
中学校	76.8	94.6	90.0
高等学校	82.9	84.6	90.0
特別支援学校	64.7	70.6	90.0

健康教育に関する状況調査（保健体育課）より

【現状】

Ｒ５年度の調査結果とH30 年度を比較すると、①については、目標値には到達していないが、小学校、中学校は９割を超える学校が組織的に指導していると回答している。高等学校、特別支援学校は、小・中学校に比べて低いが、大幅に上昇している。②については、中学校は目標値に達している。その他の校種も、目標値に達してはいないが、策定時より上昇している。

【課題】

・高等学校及び特別支援学校では、全体計画に基づき組織的に指導している割合が低いため、学校教育全体を通じて指導できるようにする必要がある。

・小学校及び特別支援学校では、関係機関や専門家と連携した効果的な指導の充実を図る必要がある。

今後の方針

(1)教科や特別活動など学校教育活動全体を通じて指導できるようにする。

(2)集団指導と併せ、専門家との連携等を含めた個別指導を実施する。

(3)全ての児童生徒が性犯罪・性暴力に対して適切な行動をとれる力を身に付けることができるように未然防止教育(「生命(いのち)の安全教育」)を推進する。

(4)性的マイノリティに対する正しい理解を促進する。

２　今後の目標

Ⅰ　学校保健計画に性に関する指導を位置付けたり、性に関する指導の全体計画を作成したりする。

Ⅱ　専門家と連携した指導(集団又は個別)を実施する。

①性に関する指導を組織的に取り組んでいる学校の割合（%）　**【目標Ⅰ】**

	R5	目標値(R11)
小学校	93.4	100
中学校	90.2	100
高等学校	51.3	100
特別支援学校	70.6	100

②関係機関や専門家と連携した性に関する指導を行っている学校の割合（%）　**【目標Ⅱ】**

	R5	目標値(R11)
小学校	65.8	75.0
中学校	94.6	95.0
高等学校	84.6	95.0
特別支援学校	70.6	80.0

データの根拠：①②健康教育に関する状況調査（保健体育課）

目標設定理由：①②第３次計画では改善傾向にあったが、目標値まで達成していないため、引き続き目標に設定した。①については、全体計画の作成ではなく組織的な取組に重点を置いた。

県の主な取組内容	
【保健体育課】 ・健康相談アドバイザー事業 ・健康相談事業（心と性の健康相談事業） ※県立学校のみ対象 ・専門家・専門医による指導事業（健康課題解決） ※市町村立の小・中・義務教育学校が対象	【教育指導課・保健体育課】 ・「生命（いのち）の安全教育」 【人権同和教育課】 ・「性の多様性が認められる学校づくり」 リーフレット（令和２年発行） 出前講座・教職員向け研修動画
《参考資料》島根県教育委員会発行 ・性に関する指導の手引（平成 24 年 2 月） ・性に関する指導 Q&A（平成 24 年 2 月） ・島根県　性に関する指導実践事例集（平成 29 年 2 月）	

人権同和教育課　リーフレット「性の多様性が認められる学校づくり」

文部科学省　「生命（いのち）の安全教育」より

幼児向け 教材例

中学生向け 教材例

小学生（低・中学年）向け 教材例

高校生向け 教材例

小学生（高学年）向け 教材例

高校生（卒業直前）・大学生・一般向け 啓発資料例

コラム 5

「性について子どもたちと考えよう」

島根大学副学長（SDGs，ダイバーシティ担当）、松江保健管理センター　河野美江

「性ってなんだろう」とずっと私は考えてきました。中高生だった 1970 年代、産婦人科医は男性の先生で、産婦人科は妊婦さんと中年女性が行くところでした。私は雑誌などから、「アメリカでは国中に思春期クリニックがあり、カウンセリングや性の相談ができる」と知りました。若者を対象としたクリニックのあるアメリカと、ない島根・・それは不平等だと思って、いろいろ考えて産婦人科医になりました。大学に勤務していた時は子宮頸がんの研究をしていましたが、初代産婦人科部長が女医さんだった松江生協病院に勤めることになり、1993 年には思春期外来を立ち上げました。そして、思春期外来を受診する摂食障害や性の逸脱行動を起こす若年女性に対応するためには心理学の知識が必須と感じ、1999 年に臨床心理士となりました。さらに週 1 回中学校にスクールカウンセラーとして出かけたり、いろいろな学校で「中高生のこころと身体」と題して性教育をさせていただいたりしました。この頃より、島根県教育委員会の「性に関する指導」に関する委員会に呼んでいただき、教育委員会や先生方などと一緒に「性に関する指導の手引」を作成しました。

2014 年には、島根県で女性の草分けと言われる弁護士、臨床心理士の方々と、「しまね性暴力被害者支援センターさひめ」を立ち上げ、現在に至るまで性暴力被害者に対する医療・法的・心理的支援を行っています。性暴力と聞くと、とても深刻なもので、性教育から遠いところにあると思われるかもしれませんが、私は産婦人科外来や学校でたくさんの人と会って、つくづく「日本では性が大切にされていない」と感じます。例えば、今、問題になっているセクストーション（「裸の画像を知り合いに送る」「もっと過激なものを送れ」などと脅しをかけること）も、はじめは「君のことが好きだから、写真送って」「付き合っているから送るよ」という軽い気持ちから始まります。

さて、性に関してグラフを作ります。「大切にする方向」に伸ばすと「性は素晴らしいもの」となりますし、「大切にしない方向」に伸ばすと性暴力となります。皆が「性は素晴らしいもの」と感じるためにはどうすればよいでしょうか。まずは性について子どもたちと考えることから始めませんか？先ほどの写真を送る例では、「好きな気持ち」と「写真を送る」ことについて考えてみましょう。自分が人を好きになることと、自分のプライベートな写真を送ることは、まったく別のことです。「自分を大切にする」「自分の境界は誰にも侵害されない」、それが「あなたの人権なんだよ」ということを、どうか子どもたちと一緒に考えてください。子どもたちが「性は大事なこと」「大切な人権なんだ」と腑に落ちたら、「写真を送って」とは言わなくなり、「送るのは嫌」と言えるのではないでしょうか。

2009 年にユネスコなどが作成した国際セクシュアリティ教育ガイダンス(ITSE, International technical guidance on sexuality education)は、セクシュアリティ教育に関わる世界の国々の専門家の研究と実践を踏まえて発表されたものです。ぜひご一読ください（参考：SEXOLOGY　https://sexology.life/world/itgse/）

学校現場は多忙ですが、学校は子どもたちが性や人権について学ぶことができる最後の砦です。島根県のどの地域に住んでいても、どんな学校でも、たとえ新任の先生であっても、子どもたちが人権を尊重され、同じ知識を持つことができるように教えてください。そして問題行動を起こしているように見える子こそ、私たちが見守っていかないといけない大切な子どもたちだということを忘れないでくださいね。

【課題6】 喫煙・飲酒・薬物乱用防止教育の推進

～めざす子ども像～

正しい知識を理解し、「イヤッ！」「ダメッ！」と言える子

背景

○第六次薬物乱用防止五か年戦略（令和5年8月　薬物乱用対策推進会議）
- 学校の教育活動全体を通じて指導
- 薬物物乱用防止教室は、学校保健計画に位置付け、すべての中学校及び高等学校において年１回は開催するとともに、地域の実情に応じて小学校においても開催に努める

○薬物乱用防止教室マニュアル（令和5年度改訂　公益財団法人　日本学校保健会）
- 薬物乱用防止教室の必要性、薬物乱用防止の進め方

○喫煙、飲酒、薬物乱用防止指導参考資料－令和元年度改訂－（小学校編）（＊公益財団法人　日本学校保健会）

○喫煙、飲酒、薬物乱用防止に関する指導参考資料－令和2年度改訂－（中学校編）＊

○喫煙、飲酒、薬物乱用防止に関する指導参考資料－令和3年度改訂－（高等学校編）＊

○保健教育における個別指導の考え方、進め方（令和6年3月　公益財団法人　日本学校保健会）
- 指導事例「薬物乱用（大麻）の防止と対処について考える」

○保健教育の指導と評価　令和４年度版（公益財団法人日本学校保健会）
- 高等学校科目保健における指導と評価の事例

○第5次島根県たばこ対策指針（令和６年3月　島根県健康福祉部健康推進課）

○島根県アルコール健康障がい対策推進計画（第2期）（令和６年3月　島根県健康福祉部障がい福祉課）

○健康長寿しまね推進計画（第三次）（令和６年3月　島根県健康福祉部健康推進課）
- 20 歳未満の者の飲酒・喫煙防止についての調査

○興味をもって取り組める医薬品の教育（平成31年3月　公益財団法人　日本学校保健会）
- 小・中・高等学校での実践事例集

1　現状と課題

①薬物乱用防止教室の実施率（%）

	H30	R５	目標値（R6）	全国平均（R5）
小学校	57.2	51.0	65.0	79.4
中学校	91.6	68.5	100	90.0
高等学校	94.3	80.6	100	87.0

・健康教育に関する状況調査（保健体育課）より
・令和５年度における薬物乱用防止教室開催状況調査の結果について（文部科学省）より

②「20 歳になった時にたばこを吸っていない」と思う児童生徒の割合（%）

		H29	R５	目標値（R5）
小学校 5.6 年	男子	75.1	83.8	100
	女子	84.3	87.7	100
	性別未回答	－	67.5	－
中学校２年	男子	81.3	84.8	100
	女子	88.8	92.6	100
	性別未回答	－	46.3	－
高等学校２年	男子	82.3	88.8	100
	女子	94.9	93.7	100
	性別未回答	－	63.1	－

第５次島根県たばこ対策指針（健康推進課）より

③10 代の飲酒経験率（%）

		H29	R５	目標値（R5）
小学校 5.6 年	男子	30.3	27.5	0
	女子	22.2	23.6	0
中学校２年	男子	34.0	20.1	0
	女子	31.7	16.5	0
高等学校２年	男子	44.8	29.5	0
	女子	37.5	22.0	0

島根県アルコール健康障がい対策推進計画（第２期）（障がい福祉課）より

【現状】

①については、中学校、高等学校における薬物乱用防止教室は学校保健計画に位置付け、年１回の開催が求められているが、開催率が 100%に至っていない。小学校も含めて、全国平均と比較し、開催率が大きく下回っている。

②については、増加傾向にあるが、100%になっていない。

③については、減少傾向が見られるが、依然として、高い割合となっている。

【課題】

・薬物乱用防止教室の開催率は、「第四次薬物乱用防止五ヶ年戦略」（平成 25 年８月）において、小学校・中学校・高等学校での薬物乱用防止教室の実施が求められ、開催率の上昇が見られたが、近年は開催率が低下し始め、どの学校種においても、全国平均を大幅に下回っている。「第六次薬物乱用防止五ヶ年戦略」（令和５年８月）でも、中学校、高等学校においては、全ての学校での薬物乱用防止教室の開催を求めているが、達成していない。地域の実情に応じて開催に努めることとされている小学校も含めて、引き続き薬物乱用防止教室の開催を求めていく必要がある。

・「20 歳になった時にたばこを吸っていない。」と思う児童生徒の割合及び飲酒経験率については減少しているが、飲酒経験率は依然として高いため、啓発活動を継続し、家庭や地域とも連携した取組が必要である。

今後の方針

（1）家庭、地域、関係機関と連携した喫煙・飲酒・薬物乱用防止教育の推進

- 学校、家庭、地域の連携のもと、発達段階に応じ、喫煙、飲酒を含め薬物乱用防止教育の重要性についての啓発を行い、毎年度の開催を求めていく。
- 「薬物乱用防止教室等講師紹介制度」等の講師を派遣する事業を推進して、学校が効果的な指導を行うことができるよう、家庭、地域や関係機関との連携を図る。

（2）研修による啓発

- 管理職への説明や健康教育（学校保健）研修、養護教諭研修をとおして、喫煙・飲酒・薬物乱用防止教室の開催を学校保健計画に位置付けることや、喫煙・飲酒・薬物乱用防止教育の必要性を啓発する。
- 医薬品に関する教育の必要性について研修等を通して啓発を行う。

２　今後の目標

Ⅰ　中学校・高等学校は薬物乱用防止教室を年1回の開催を行う。小学校は薬物乱用防止教室の開催を推進する。

Ⅱ　家庭や地域、関係機関と連携して、喫煙、飲酒や医薬品に関する知識を含めた薬物乱用防止教育を発達段階に応じて実施する。

①薬物乱用防止教室の実施率（%）

【目標Ⅰ】

	R５	目標値（R11）
小学校	51.0	80.0
中学校	68.5	100
高等学校	80.6	100

②「20 歳になった時にたばこを吸っていない」と思う児童生徒の割合（%）

【目標Ⅱ】

		R５	目標値（R11）
小学校 5.6 年	男子	83.8	100
	女子	87.7	100
	性別未回答	67.5	100
中学校２年	男子	84.8	100
	女子	92.6	100
	性別未回答	46.3	100
高等学校２年	男子	88.8	100
	女子	93.7	100
	性別未回答	63.1	100

③10 代の飲酒経験率（%）

【目標Ⅱ】

		R５	目標値（R11）
小学校 5.6 年	男子	27.5	0
	女子	23.6	0
中学校２年	男子	20.1	0
	女子	16.5	0
高等学校２年	男子	29.5	0
	女子	22.0	0

データの根拠：①健康教育に関する状況調査（保健体育課）
②第５次島根県たばこ対策指針（健康推進課）
③島根県アルコール健康障がい対策推進計画（第２期）（障がい福祉課）

目標設定理由：①第３次計画では達成できず、中・高で全校開催を目指して設定した。
②喫煙防止を進めるため、「第三次健康長寿しまね推進計画」、「健やか親子しまね計画」の目標値と共有している。
③飲酒防止を進めるため、「第三次健康長寿しまね推進計画」の目標値と共有している。

県の主な取組内容	
【保健体育課】 ・健康教育（学校保健）研修における啓発 ・養護教諭研修における啓発	【薬事衛生課】 ・薬物乱用防止教室等講師紹介制度

【啓発資料】「薬物のない学生生活のために　～薬物の危険は意外なほど身近に迫っています～」
文部科学省・警察庁・内閣府・厚生労働省

コラム 6

「児童生徒の薬物使用の現状と効果的な薬物乱用防止教室とは...」

さいかまち薬局　代表取締役兼管理薬剤師　松江市学校保健会　会長　齋藤大善

●中高生の薬物使用の現状は？

2014 年から 2018 年における覚醒剤事犯の検挙人員は 10 歳代の割合は約 1%、20 歳代の割合は約 12%でした。一方、大麻事犯の検挙人員はこの 5 年間で約 2 倍に増加しており（10 歳代では約 2.6 倍）、2018 年における 10 歳代・20 歳代の合計は総検挙人員の半数以上でした。特に高校生、大学生の検挙人員が急増しています。なお、小学生の大麻事犯も起こっています。

また、2018 年の調査によると、中学生の大麻の生涯経験率は 0.34%であり 2014 年以降、緩やかな増加が認められています。大麻の生涯経験率の増加は、覚醒剤や危険ドラッグに比べて高く、注意が必要です。

近年では、乱用に対する法律上の罰則規定がない市販薬の過量服薬（オーバードーズ）が問題になっています。薬局・薬店（ドラッグストア）で販売されており、手に入れやすい。市販薬の中には依存性の高い成分も含まれているため社会問題化しています。

10歳代及び20歳代並びに校種別の覚醒剤・大麻事犯検挙者数

		2014年	2015年	2016年	2017年	2018年
覚醒剤事犯	検挙人員	11,148	11,200	10,607	10,284	10,030
	20歳代	1,395 (12.5%)	1,437 (12.8%)	1,301 (12.3%)	1,241 (12.1%)	1,187 (11.8%)
	10歳代	94 (0.8%)	119 (1.1%)	136 (1.3%)	93 (0.9%)	98 (1.0%)
	中学生	2	1	7	0	3
	高校生	12	14	18	9	13
	大学生	11	18	8	19	15
大麻事犯	検挙人員	1,813	2,167	2,722	3,218	3,762
	20歳代	665 (36.7%)	905 (41.8%)	1,026 (37.7%)	1,218 (37.8%)	1,573 (41.8%)
	10歳代	80 (4.4%)	144 (6.6%)	211 (7.8%)	301 (7.6%)	434 (11.5%)
	中学生	3	3	2	2	7
	高校生	19	24	32	56	77
	大学生	27	32	45	60	103

※10歳代、20歳代については、上段が検挙人員（人）、下段が比率（%）、その他は検挙人員（人）
（麻薬・覚醒剤行政の概況2019年12月、厚生労働省）

図1　効果が乏しい教育内容と効果的な教育内容

●薬物乱用防止教育の充実について

第六次薬物乱用防止五か年戦略（抜粋）では、「薬物乱用防止教室は、学校保健計画に位置付け、全ての中学校及び高等学校において年 1 回は開催するとともに、地域の実情に応じて小学校においても開催に努める。薬物等に関する専門知識を有する警察職員、麻薬取締官、学校薬剤師、矯正施設職員、保健所職員、税関職員等が連携し、学校等における薬物乱用防止教室を充実強化する。」・・・とあります。

私見を述べれば、年 1 回程度の教室では児童生徒に薬物の危険性などを理解してもらうことは困難と考える。なぜなら児童生徒たちはインターネット、SNS などで毎日のように情報収集をしているからである。その情報が間違っていても鵜呑みにしてしまうこともあるだろう。その情報の取捨選択をできるように私たちはこの教室を生かしていくことが必要である。そのためには上記図 1 のように効果的な教育内容を考えて行かなければならない。薬物乱用教育は、ただやればいいという教育ではない。

我が国で薬物が蔓延しないために・・・。

【参考資料】

喫煙、飲酒、薬物乱用防止に関する指導参考資料　令和 2 年度改訂　中学校編
薬物乱用防止教室マニュアル　令和 5 年度改訂

資料編

学校保健委員会

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組織です。そのため、様々な健康問題に対処するため、家庭、地域等の教育力を充実する観点から、学校と家庭、地域を結ぶ組織として学校保健委員会を機能させることが大切です。

1 活性化に向けて保健主事に期待されること

2 組織構成例

○ 学校保健委員会（構成例）

○ 学校地域保健連携推進協議会（イメージ）市町村域の地域を想定

3 運営上の観点として考えられること

児童生徒等の健康の保持増進や心身の健康問題が学校保健委員会で話し合われ、解決の方向に動き出すような運営を心がけることが大切です。

・学校と家庭の役割を明確にする。
・実践の手立てが具体的にイメージできる議題にする。
・課題解決に効果的に働く組織と運営に配慮する。
・委員会で協議された事項は、実践に移すようにする。

4 関係者の意識を高めるための留意事項

適切なテーマ設定をしよう。
単に課題を羅列するのではなく、課題をどのように改善し、そのためにはどのような話し合いが必要で、どのような活動につなげていくかなどをイメージすることが大切です。適切なテーマを設定することは話し合いを充実させ、その後の活動にも大きな影響を及ぼします。
テーマにふさわしい委員を人選しよう。
テーマが設定される前に学校保健委員会のメンバーが決まっているケースが多いと思われます。基本的なメンバーで構成しながらも、テーマの内容によっては委員を加えるなど柔軟な体制が活性化につながります。
協議内容及びその後の活動までイメージして運営を考えよう。
どのような話し合いにしたいのか、だれからどのような発言を期待するのかなど話し合いの様子をイメージしながら運営を考えます。さらに事後の活動へのつなぎ方を考えましょう。話し合われたことを事後の活動での実践につなげることで、メンバーや関係者の意識が高まり、学校保健委員会の活性化につながります。
準備・運営・事後活動はチームで行おう。
全体の企画等は保健主事が中心となりますが、準備・運営・事後活動は、できるだけ学校保健委員会や保健部のメンバーが主役となるよう配慮することで、主体的な取組が期待できます。保健主事は、目標の達成に向けてそのメンバーに対する助言や励ましをしましょう。

議題の選び方については、できるだけ具体的な議題に絞り、現状の課題をとらえ、その解決のための協議を行うようにすると良いです。

【議題として取り上げられる具体例】

①学校保健計画に関する事項
・計画・実施・評価に関する反省やまとめ
・今年度の目標や重点についての評価
・次年度の計画について

②健康診断の実施及び結果の事後措置に関する事項
・特に重点に関連する項目の分析、考察や今後の対策

③児童生徒等の心身の健康課題
・生活習慣病などを予防するための食生活
・家庭や地域で取り組む体力づくり
・子供のメンタルヘルスの理解とその対応
・インフルエンザ等の感染症の予防と手洗い・うがいの励行
・学校・家庭・地域が連携した取り組む性に関する指導
・がん教育
・スマホゲームやゲームの過度な使用と健康被害

保健主事のための実務ハンドブック ―令和２年度改訂―」日本学校保健会より一部改変

がん教育

「島根県学校におけるがん教育の手引」（令和4年2月島根県教育委員会）より抜粋

現在、がんは日本人の死因の第１位であり、約３割の人が亡くなっています。また、日本人の２人に１人は、一生のうちに何らかのがんにかかることが推計されています。つまり、がんは誰にでもかかる可能性のある身近な病気であります。

そのため、学校における健康教育においてがんを取り上げた教育を推進することは、健康教育を推進する上で意義のあることであると考えられます。

背景

○がん対策基本法（平成 28 年 12 月 16 日改正）

第23条

「国及び地方公共団体は、国民が、がんに関する知識及びがん患者に関する理解を深めることができるよう、学校教育及び社会教育におけるがんに関する教育の推進のために必要な施策を講ずるものとする。」

○島根県がん対策推進条例（平成 29 年改正）

第14条

「県は、市町村、教育関係者、保健医療福祉関係者、患者会等と連携し、児童、生徒等に対し、健康と命の大切さについて学び、自らの健康を適切に管理し、がんに関する正しい知識及び病気とともに生きる人々に対する正しい理解を深めるための教育が行われるよう必要な施策を講ずるものとする。」

○第4期がん対策推進基本計画【令和5（2023）年度～令和10（2028）年度の6年】

がん教育及びがんに関する知識の普及啓発

●学習指導要領に基づくがん教育の推進、各地域の取組の成果の普及
●外部講師を活用したがん教育に向けた必要な支援の実施

○第4期島根県がん対策推進計画【令和6（2024）年度～令和11（2029）年度の6年間】

https://www.pref.shimane.lg.jp/medical/kenko/kenko/gan/gantaisakusuishinkeikaku.html

【参考資料】島根県教育委員会ホームページ>保健体育課>健康づくり推進室　にあります。

https://www.pref.shimane.lg.jp/hokentaiku/kenkousuisin/

・「ひと目でわかるがん教育の進め方」（令和６年２月）推進チラシ
・「島根県学校におけるがん教育Q&A集」（令和５年２月）
・「学校におけるがん教育の手引」（令和４年２月）
・「学校におけるがん教育を推進します」（令和２年 12 月）リーフレット
・島根県がん対策推進計画、がん教育外部講師派遣事業などしまねのがん対策
・文部科学省「がん教育教材」及び「外部講師を用いたがん教育ガイドライン」
https://www.mext.go.jp/a_menu/kenko/hoken/1370005.htm

「島根県学校におけるがん教育 Q&A 集」（令和5年2月島根県教育委員会）より抜粋

学校におけるがん教育の目標

①がんについて正しく理解できるようにする。

がんが身近な病気であることや、がんの予防、早期発見・検診等について関心をもち、正しい知識を身に付け、適切に対処できる実践力を育成する。また、がんを通じて様々な病気についても理解を深め、健康の保持増進に資する。

②健康と命の大切さについて主体的に考え、行動できる態度を育成する。

がんについて学ぶことや、がんと向き合う人々と触れ合うことを通じて、自他の健康と命の大切さに気づき、自己の在り方や生き方を考え、ともに生きる社会づくりを目指す態度を育成する。

○中学校、高等学校では、保健体育科等において、科学的根拠に基づき理解することを主なねらいとすることが考えられます。また、小学校を含むそれぞれの校種で、道徳科等において、がんを通じて健康と命の大切さを育むことを主なねらいとすることが考えられます。

○がん教育は、保健体育科を中心に学校の実情に応じて教育活動全体を通じて適切に行うことが大切です。学級担任や教科担当、保健主事等が中心となって健康教育の一環として企画するものであり、必要に応じて養護教諭と連携しながら実施することが重要です。

がん教育を実施する上でのポイント
○がん教育を**学校保健計画に位置付け**、年度当初の職員会議等で情報を共有する。
○核となる教員や授業を担当する教員だけが関わるのではなく、全ての教職員の共通理解のもとに進める。
○学校での取組内容を保護者や関係機関等に周知・共有することにより、連携体制を構築する。
○外部講師を活用する場合でも学校が主体となって企画・運営を行う。

○第4期島根県がん対策推進計画【令和6（2024）年度～令和11（2029）年度の6年間】

基本理念　**「誰一人取り残さないがん対策を推進し、全ての県民とがんの克服を目指す」**

子どもを含めたすべての県民が、健康に関する基礎的素養としてがんの知識を深め、自他の健康と命の大切さを理解できるよう、がん教育の推進に取り組む。

がんを正しく理解し、がんに向き合うためのがん教育

◎子どもへのがん教育の円滑な実施

◎校内研修の実施

◎子どもへのがん教育を通じて大人への正しいがん情報の提供

学校におけるがん教育の実施率（%）※	R4	目標値（R10）
小学校	58.1	増加
中学校	20.8	
高等学校	21.7	

学校におけるがん教育に関する校内研修の実施率（%）	R4	目標値（R10）
小学校	6.1	増加
中学校	10.4	
高等学校	4.3	

がん教育を公開して実施した学校の割合（%）	R4	目標値（R10）
小学校	6.6	増加
中学校	16.7	
高等学校	8.7	

※中学校及び高等学校は、保健体育科の授業以外でのがん教育の実施率

（島根県健康推進課・総務課・保健体育課調査）

自死予防

背景

○自殺対策基本法（平成 18 年 6 月公布、平成 28 年 4 月改正法施行）

第 13 条第1項

「都道府県は、自殺総合対策大綱及び地域の実情を勘案して、当該都道府県の区域内における自殺対策についての計画を定めるものとする。」

第17条第3項

「学校は、当該学校に在籍する児童、生徒等の保護者、地域住民その他の関係者との連携を図りつつ、当該学校に在籍する児童、生徒等に対し、各人がかけがえのない個人として共に尊重し合いながら生きていくことについての意識の涵養等に資する教育又は啓発、困難な事態、強い心理的負担を受けた場合等における対処の仕方を身に付ける等のための教育又は啓発その他当該学校に在籍する児童、生徒等の**心の健康の保持に係る教育又は啓発を行うよう努めるもの**とする。」

○自殺総合対策大綱（令和 4 年 10 月閣議決定）

「第4 自殺総合対策における当面の重点施策」

■児童生徒の自殺対策に資する教育の実施　■教職員に対する普及啓発

■学校における心の健康づくり推進体制の整備　■学校、職場等での事後対応の促進

■いじめを苦にした子どもの自殺予防　■学生・生徒への支援充実

■SOS の出し方に関する教育の推進

○島根県自死対策総合計画（令和 5 年 10月）

「第3 今後の島根県における自死対策の方向性」

自殺予防教育

自殺予防教育は、**「早期の問題認識」**と**「援助希求的態度の育成」**に焦点を当て、次の①～③を目的としています。

①心の危機のサインを理解する

②心の危機に陥った自分自身や友人への関わりを学ぶ

③地域の援助機関を知る

SOS の出し方に関する教育の実施等については、自殺対策基本法で努力義務が規定されている。

【参考】

「子供に伝えたい自殺予防　―学校における自殺予防教育導入の手引―」平成 26 年 7 月　文部科学省

【参考資料】

- 「教師が知っておきたい子どもの自殺予防」平成 21 年 3 月　文部科学省
- 「子どもの自殺が起きたときの緊急対応の手引き」平成 22 年 3 月　文部科学省
- 「生徒指導提要」令和 4 年 12 月　文部科学省

ギャンブル依存

「『ギャンブル等依存症』などを予防するために」（平成31年3月　文部科学省）より抜粋

高等学校学習指導要領（平成 30 年告示）解説〈保健体育編・体育編〉において、「アルコール、薬物などの物質への依存症に加えて、ギャンブル等への過剰な参加は習慣化すると嗜癖行動になる危険性があり、日常生活にも悪影響を及ぼすことに触れるようにする。」と記載され、精神疾患の一つとしてギャンブル等依存症を含めた依存症について取り上げることになりました。

ギャンブル等やゲームの嗜癖行動は開始年齢が早いほど、「依存症」に陥りやすいことから、学校において行動嗜癖に関する指導を行うことが大切です。

背景

○ICD－11

物資使用及び嗜癖行動

○特定複合観光施設区域の整備の推進に関する法律（平成 28 年 12 月）

付帯決議第10項 「ギャンブル等依存症に関する教育上の取組を整備すること」

○ギャンブル等依存症対策基本法（平成30年10月）

○ギャンブル等依存症対策推進基本計画（平成31年4月19日閣議決定）

5 学校教育における指導の充実

○学校における教育

高等学校学習指導要領（平成 30 年告示）解説〈保健体育編・体育編〉

「保健」　3　内容

（オ）精神疾患の予防と回復

㋑精神疾患への対処

心身の不調時には、不安、抑うつ、焦燥、不眠などの精神活動の変化が、通常時より強く、持続的に生じること、心身の不調の早期発見と治療や支援の早期の開始によって回復可能性が高まることを理解できるようにする。

（中略）

さらに、人々が精神疾患について正しく理解するとともに、専門家への相談や早期の治療などを受けやすい社会環境を整えることが重要であること、偏見や差別の対象ではないことなどを理解できるようにする。

「『ギャンブル等依存症』などを予防するために」より抜粋

●アルコール、薬物、ギャンブル等への「依存症」も精神疾患の中に含まれます。

ギャンブル等やゲームなどにのめり込まないようにするためには、これまで喫煙、飲酒、薬物乱用防止教育でも行われているように、ストレスに対する適切な対処方法を身に付けることが大切です。

●「ギャンブル等依存症」などの行動嗜癖に関する指導は、学校において健康教育を推進する中で、保健体育における指導にとどまらず、学校の教育活動全体を通じて行うことが大切です。

コラム

「ガチャ」の危険性!?

スマートフォンや携帯電話などを使ったオンラインゲームには、ゲームを有利に進めるために１回数百円程度のくじを引いて、ゲーム内で用いるアイテムを得ることができる「ガチャ」と呼ばれるシステムがあるものがあります。「ガチャ」は、ギャンブル等と同じように射幸（偶然に得られる成功や利益を当てにすること）性が高く、ガチャからギャンブル等へつながる危険性もあります。

子供が、ゲームからギャンブル等に誘導されないように、注意する必要があります。

学校保健計画（例）

令和〇年度　〇〇市立〇〇〇学校

学校教育目標

夢や希望に向かって、進んで学ぶ児童生徒の育成

学校保健目標

健康課題を把握し、自分の生活はもとより身近な集団生活における健康の問題を、自分で判断し対応できる能力や態度を養う。

今年度の重点目標

児童生徒の健康情報を整理し、配慮や支援を必要とする生徒への組織的な対応の充実を図る。

・睡眠とメディアに関する指導を発達段階に応じて行うことで、「適正な睡眠時間の確保」を目指す。
・むし歯（う歯）予防、歯肉炎予防のための歯みがき等、発達段階に応じた歯科保健指導を推進する。

学校・児童生徒の実態

・不登校あるいは不登校傾向の児童生徒が学年が上がるにつれて多い。
〇睡眠不足で授業中に集中できない児童生徒が各学級に半数以上いる。
・裸眼視力1.0未満が全校の半数で、県平均を上回っている。
・学校でのけがが多く、そのうちの1/3以上が昼休みのけがである。
・朝食に菓子パンを食べてくる児童生徒が多い。
〇う歯罹患率が県平均より高く、治療率が低い。
・アレルギー対応が必要な児童生徒がいる。

年間計画

月	保健目標	学校保健関連行事	保健管理		保健教育				組織活動
			対人管理	対物管理	教科等	特別活動		個別・日常指導	
						学級活動	児童会・生徒会活動		

学校保健年間計画（小学校例）

月		４月	５月	６月	７月	９月（８月）	１０月	１１月	１２月	１月	２月	３月
目標		自分のからだについて知ろう	からだや身の回りを清潔にしよう	歯を大切にしよう	ケガを予防しよう	熱中症を予防しよう	目を大切にしよう	よいすいみんについて考えよう	寒さに負けないからだをつくろう	かぜやインフルエンザを予防しよう	心の健康について考えよう	１年間を振り返ろう
保健行事等		・入学式 ・身体測定 ・ミニ保健指導 ・視力検査	・聴力検査 ・尿検査 ・内科検診 ・眼科検診 ・心電図検査(1，4年)	・耳鼻科検診 ・歯科検診 ・運動会 ・5年宿泊研修前健康診断 ・5年宿泊研修	・教職員健康診断 ・1年・3年ブラッシング指導	・身体測定 ・ミニ保健指導 ・個人面談 ・6年修学旅行前健康診断 ・6年修学旅行	・就学時健診		・個人面談 ・5年歯みがき大会	・身体測定 ・ミニ保健指導	・一日入学・新入生説明会 ・6年薬物乱用防止教室 ・6年生を送る会	・卒業式
保健教育	保健学習	・毎日の生活と健康（３年）　・育ちゆく体とわたし（４年）　・けがの防止（５年）　・心の健康（５年）　・病気の予防（６年）										
	保健指導	・健康診断の目的と正しい受け方 ・自分の発育・疾病の様子を知る ・トイレの使い方 ・保健室の利用の仕方	・身体、衣服の清潔 （・水泳時の健康） ・疾病の早期治療	・梅雨の健康 ・食中毒予防（手洗い、うがい、食品の扱い方） （・水泳時の健康） ・宿泊研修前保健指導（５年）	・けがの予防 ・自分でできるけがの手当て ・夏休みの過ごし方 （・水泳時の健康） ・熱中症の予防 ・むし歯、歯周疾患の予防と早期治療	・熱中症の予防 ・運動と休養 （・水泳時の健康） ・修学旅行前保健指導	・目の健康 ・よい姿勢 ・テレビ・テレビゲームとの上手な付き合い方	・規則正しい生活 ・バランスのとれた食事と朝食の大切さ ・十分な睡眠 ・適度な運動	・感染症の予防 ・丈夫なからだづくり ・規則正しい生活 ・冬休みの過ごし方 ・むし歯、歯周疾患の予防と早期治療	・感染症の予防 ・規則正しい生活	・感染症の予防 ・やさしく思いやりのある心 ・健康な心とからだ ・ストレスとの上手な付き合い方	・感染症の予防 ・１年間の健康生活の反省 ・耳の健康 ・春休みの過ごし方 ・新年度に向けての心構え
		感染症の予防（手洗い・うがい、消毒、生活習慣、マスクの着用、換気の励行など）										
保健管理	対人管理	・定期健康診断計画と実施 ・保健調査 ・健康安全上の要観察者の把握と管理 ・児童緊急連絡カードの整備 ・救急体制の確認 ・日本スポーツ振興センター加入手続き	・疾病異常者の把握と治療勧奨	・疾病異常者の把握と治療勧奨 ・梅雨時の衛生管理 ・宿泊研修前健康調査 ・運動会の健康管理	・夏休みの健康生活 ・疾病異常者への治療勧奨	・健康診断票記入整理 ・夏休み中の健康状況把握 ・疾病治療状況の把握 ・疾病異常者の把握と治療勧奨 ・修学旅行前健康調査	・就学時健康診断計画と実施 ・疾病異常者の把握と治療勧奨	・ノロウイルス感染症防疫対策 ・疾病異常者の把握と治療勧奨	・かぜやインフルエンザ予防対策 ・冬休みの健康生活	・冬休み中の健康状況把握 ・健康観察の強化 ・かぜやインフルエンザの予防対策	・健康観察の強化 ・かぜやインフルエンザの予防対策 ・食物アレルギー児童の把握 ・新１年生保護者説明会 ・次年度の健康診断計画	・１年間の健康生活の反省とまとめ ・次年度の学校保健計画作成
		毎日の健康観察、フッ化物洗口										
	対物管理	・机、椅子の整備 ・校舎内外の整備 ・清掃計画 ・清掃用具の点検補充 ◎は業者、学校薬剤師		・雨水の排水溝等検査	・大掃除	・机、椅子の整備 ・清掃用具の整備補充 ◎空気検査（ホルムアルデヒド・トルエン）	◎飲料水水質検査		・教室内の空気・暖房管理 ・大掃除	◎空気検査（一酸化炭素・二酸化炭素） ◎照度検査 ・まぶしさ検査 ・黒板面の色彩検査 ・教室内の空気・暖房管理	・教室内の空気・暖房管理	・大掃除 ・ワックスがけ ・机、椅子の移動
		施設の安全点検										
活動	組織					・ＰＴＡ環境美化活動				・衛生懇話会開催 ・PTA研修	・学校保健委員会	

学校保健全体計画（中学校例）

学校教育目標

学校保健目標

自分の心や体の健康課題を見つけ、自律的に健康な生活を実践しようとする生徒の育成

生徒の実態

○食物アレルギー、てんかん、その他慢性的な疾患を持ち定期的に通院をしている生徒がいる。学校生活において管理が必要な生徒の緊急対応はもちろんのこと、それ以外の不測の事態に備え、全教職員は「いつでも、どこでも、だれでも」一時救命処置を実施することができるよう計画的に研修をおこなう必要がある。また、生徒自身についても予防意識と自己管理能力を高める必要がある。

○情報化社会が進み、ゲーム機でのネット接続や保護者が使用していないスマホをwi - fiに接続して利用する等、小中学生においても不適切な動画や情報がたやすく入手できる実態がある。また、性に関する知識にも偏りがあり、自他の命を大切にすることはもちろん、発達段階に応じた正しい知識を学び、適切な判断や意志決定ができる生徒を育てていく必要がある。そのためには性に関する指導や情報モラル教育を進めていく必要がある。

○親子関係の希薄さにより、精神的に不安定になったり、小集団の中でより良い人間関係が築けなかったりする生徒が少なくない。それらの生徒との関りの中では、愛着障がいや発達障がいの可能性を疑い、学年部や特別支援コーディネーターと連携し、支援方法を探ることが必要となってきている。

○学年が上がるに従い、就寝時刻が遅くなる傾向がある。保健室で聞き取りをすると多くの子は正直に時刻を申告しているように感じている。個別での保健指導が一方的なものとならないよう、共に改善の方法を探っていけるような関わり方を意識していきたい。また、日々の学校生活を大事にすることが、学力の向上につながるという面からも、その基盤として“質の良い睡眠をとる”ことが重要である。生徒会保健委員会と共に、自分の生活（時間）をコントロールできるようになるための取り組みを進めていく必要がある。

【調査・集計結果より】

１）新体力テスト結果より（R〇年度１学期実施）

睡眠時間：８時間以上28.7％、６～８時間61.1％、６時間未満10.3％

朝食摂取：毎日食べる89.4％、時々食べない8.8％、食べない1.8％

運動時間：２時間以上38.7％、1～2時間26.2％、30分～1時間12.9％、30分未満22.2％

２）令和〇年度の来室状況（R〇年.2.28時点）

来室総件数　5438件（R〇年度：3581件、R〇年度：3951件、R〇年度：3772件）

理由内訳：病気：2753件、けが：1377件、その他：1308件

・病気の内訳：頭痛（1046件）、腹痛（566件）、倦怠感（549件）の順

・けがの内訳：擦過傷（261件）、打撲（237件）、捻挫（129件）の順

３）令和〇年度のスポーツ振興センター申請状況(R〇年度．2月申請分まで)

・新規件数：93件(１年生27件、２年生35件、３年生29件、卒業生2件)

・給付総額：1,915,022円（内、高額療養となった災害7件)

地域の実態

○校区は、市街地と田園地帯、新興住宅地が混在している。

○保護者は教育熱心で学校への期待も大きい。また、塾に通っている生徒や社会体育等習い事をしている生徒も多い。

○近隣には飲食店やコンビニ等夜遅くまで営業している店が多くある。

具体的な取り組み

保健教育		保健管理		
		心身の管理	生活の管理	学校環境の管理
・保健体育科における保健分野（生活習慣病予防、性に関する学習）の充実 ・薬物乱用防止教室（３年） ・心肺蘇生法講習会（２年） ・家庭科、理科等関連教科における健康（身体や食生活等）に関する学習	・学級活動における保健指導の充実 ・生徒会活動、部活動における保健指導 ・担任等による日常の保健指導 ・性に関する指導の充実	・効果的な健康診断の実施と事後措置 ・健康観察の徹底 ・疾病、感染症予防 ・けがの予防と適切な救急処置の実施 ・健康相談の充実 ・心身の健康に問題をもつ生徒の健康管理体制の確立	・健康的な生活の実態把握 ・落ち着いた学校生活（休憩時間、放課後等） ・健康面に配慮した部活動 ・けが防止のための対応策	・学校環境衛生検査（定期・日常） ・トイレ、洗い場等汚れやすい場所の衛生管理 ・日常の清掃活動の徹底 ・ごみの分別と衛生管理

組織活動

・健康教育部を中心とした教職員の保健活動の推進と協力体制の構築　・危機管理体制の確立

・生徒会保健委員会による保健活動　・学校保健委員会の開催（学校三師、家庭、地域との連携）

学校保健年間計画(中学校例)

	月の重点目標	行 事 等	保健管理		保健学習				生徒会活動	組織活動
			生活・心身	環境	保体(保健)	関連教科	学級活動	その他		
4月	自分の健康状態を知ろう	・着任式・始業式 ・入学式 ・全国学力調査 ・定期健康診断 ・家庭訪問	・感染症の予防 ・保健調査の実施 ・健康観察の実施 ・定期健康診断 (身体測定、視力検査、聴力検査、眼科検診、耳鼻科検診)の実施	・机、いすの整備 ・飲料水の水質検査 ・給食設備の衛生管理	・健康な生活と疾病の予防①(1年) ・傷害の防止(2年)	・私たちの食生活 (1年家庭科) ・食品の保存と食中毒の防止 (1年家庭科) ・健康で安全な室内環境 (1年家庭科) ・安全に利用するための情報モラル (1年技術) ・動物のからだのつくりとはたらき (2年理科) ・生物の成長と生殖 (3年理科) ・いのちを考える(全学年道徳)	・性と将来の自分(3年)性に関する講演会	・健康診断の事前、事後指導 ・保健室だよりの発行	・トイレ、手洗い場点検	・健康教育部会の役割分担 ・食物アレルギー対応委員会 ・食物アレルギー面談(新入生、在校生希望者) ・エピペン講習会
5月	規則正しい生活リズムを身につけよう	・定期健康診断 ・中間テスト ・教職員救急法講習会	・健康観察の実施 ・定期健康診断(内科検診、歯科検診、心電図検査、尿検査)の実施 ・フッ化物洗口	・トイレ手洗い場の衛生管理				・健康診断の事前、事後指導 ・保健室だよりの発行	・トイレ、手洗い場点検	・ＰＴＡ総会 ・教職員救急救命法講習会
6月	歯の健康について考えよう	・定期健康診断 ・松江ブロック大会 ・期末テスト ・教育相談	・健康観察の実施 ・定期健康診断(内科検診、歯科検診、尿検査)の実施 ・学校医総合判定および事後措置 ・熱中症対策 ・フッ化物洗口					・健康診断の事前、事後指導 ・保健室だよりの発行 ・メディア講演会	・歯の衛生に関する啓発活動 ・トイレ、手洗い場点検	
7月	夏を健康に過ごそう	・球技交流会 ・終業式 ・県総体 ・教職員健康診断	・熱中症対策 ・学校保健統計調査 (島根県、文科省) ・フッ化物洗口	・水質検査 (学校薬剤師来校) ・空気検査 (環境保健公社)				・保健室だよりの発行 ・SNSでの性被害 (1年) 生命の安全教室	・トイレ、手洗い場点検	
8月	夏休みを健康に過ごそう	・教職員健康診断 ・学校保健委員会 ・始業式	・健康観察の実施 ・熱中症対策	・浄化槽点検(業者) ・飲料水の水質検査				・保健室だよりの発行		・学校保健委員会
9月	けがの予防に努めよう	・修学旅行(2年) ・体育祭 ・身体測定	・健康観察の実施 ・熱中症対策 ・修学旅行前健康相談(2年) ・フッ化物洗口	・給食設備の衛生管理 ・トイレ手洗い場の衛生管理				・保健室だよりの発行	・トイレ、手洗い場点検 ・体育祭役員	
10月	目を大切にしよう	・新人大会 ・中間テスト ・校内合唱コンクール ・衛生委員会	・フッ化物洗口	・照度検査 ・黒板の管理	・心身の機能の発達と心の健康(1年) ・傷害の防止(2年) ・健康と環境(3年)		・異性とのかかわり(デートDV) (2年) 性に関する講演会 ・男女が協力する社会(3年) ・思春期の心と体 (1年) 性に関する講演会	・薬物乱用防止教室(3年) ・保健室だよりの発行	・トイレ、手洗い場点検 ・校内合唱コンクール役員	・衛生委員会
11月	食生活について考えよう	・教育相談 ・期末テスト	・フッ化物洗口 ・色覚検査(1年希望者)の実施	・トイレ、手洗い場の衛生管理				・ブラッシング指導(複式) ・保健室だよりの発行	・トイレ、手洗い場点検 ・健康生活チェック	・食物アレルギー調査(新入生)
12月	冬を健康に過ごそう	・県学力調査 ・球技交流会 ・終業式	・感染症の予防 ・教職員健康診断の事後措置 ・フッ化物洗口	・教室の換気 ・空気、照度検査 (学校薬剤師来校)				・保健室だよりの発行	・トイレ、手洗い場点検 ・委員会だより「すこやか」の発行	・教職員向け保健室だよりの発行
1月	冬の感染症を予防しよう	・始業式 ・私立高校入試	・感染症の予防 ・次年度健康診断計画 ・フッ化物洗口	・大掃除 ・飲料水の水質検査 ・給食設備の衛生管理 ・教室の換気	・心身の機能の発達と心の健康(1年) ・傷害の防止(2年) ・健康な生活と疾病の予防②(2年) ・健康と環境(3年) ・健康な生活と疾病の予防③(3年)		・ストレスと上手に付き合おう(3年) ・男女の理解(1年)	・保健室だよりの発行	・感染症予防強化週間 ・手洗いの呼びかけ ・換気の呼びかけ ・トイレ、手洗い場点検	・ＰＴＡ保体部事業 ・食物アレルギー面談(新入生、在校生)
2月	心の健康について考えよう	・期末テスト ・教育相談 ・私立高校入試 ・球技大会	・感染症の予防 ・フッ化物洗口	・空気、照度検査 (学校薬剤師来校) ・教室の換気				・保健室だよりの発行	・手洗いの呼びかけ ・換気の呼びかけ ・トイレ、手洗い場点検	・健康教育部の反省と次年度の計画
3月	健康生活を振り返ろう	・公立高校入試 ・卒業式 ・修了式 ・離任式	・春休みの健康 ・フッ化物洗口	・大掃除				・保健室だよりの発行	・トイレ、手洗い場点検	

学校保健年間計画（高等学校例）

月	月の重点目標	保健行事	保健管理		保健教育	組織活動	学校行事
			対人管理	対物管理			
4	**健康状態の把握と学習環境の整備**	心電図検査・聴力検査（1年） 胸部レントゲン撮影（1年生・補習科生） 尿検査（1，2回目） 身体測定・視力測定・聴力検査	保健調査 日本スポーツ振興センター加入契約 健康観察の周知	清掃区域の決定 清掃用具の点検整備 大掃除	新入生への保健指導 健康診断事前指導 保健室だより（年度初め）	生徒支援委員会① 保健部会	始業式 入学式 遠足 スポーツテスト
5	**心身の不調の早期発見と予防**	内科・歯科検診 耳鼻科検診 尿検査（3回目）	健康診断の事後措置		「私を知る講座」（1年） 保健室だより（基本的生活習慣） 熱中症の予防	生徒支援委員会②	中間試験 第1回防災訓練 県高校総体
6	**歯の健康の増進と早期治療**	内科・歯科検診 眼科検診 地区高校保健会 AED講習会	定期健康診断結果一覧表の作成	水質検査（学校薬剤師）	健康診断治療対象者への事後指導 歯の健康 保健室だより（歯について）	生徒支援委員会③	県高校総体 保護者面談 定期演奏会 中高連絡会 期末試験
7	**熱中症の予防**		健康診断結果通知 球技大会救護 1学期諸統計・学校保健統計	大掃除 安全点検	夏休みの生活指導	生徒支援委員会④ 保健部会	校内球技大会 研修旅行（2年生） 芸術鑑賞会 終業式 オープンスクール
8	**疾病の早期治療**			大掃除	保健室だより（熱中症） 学園祭準備のケガ予防	生徒支援委員会⑤	始業式
9	**生活習慣の確立**	教職員健康診断・胃検診	治療状況の把握 体育祭救護	照度検査（学校薬剤師）	「性に関する講座」（2年） 熱中症の予防 保健室だより（応急処置）	生徒支援委員会⑥	学園祭
10	**眼の健康の増進**	教職員胃検診	ロードレース救護		保健室だより（ロードレース直前指導） 眼の健康	生徒支援委員会⑦	校内ロードレース中間試験 保護者面談 研修旅行（2年生） 研修旅行（1年生）
11	**心の健康**	地区高校保健会			薬物乱用防止教室（1年）	生徒支援委員会⑧	第2回防災訓練 期末試験
12	**冬季の健康管理**		2学期諸統計	安全点検 大掃除	冬の感染症予防 受験に向けての体調管理 保健室だより（感染症予防）	生徒支援委員会⑨ 保健部会	保護者面談 終業式
1	**インフルエンザ等感染症の予防**		健康観察の強化	大掃除 CO_2 検査（学校薬剤師） 清掃区域の変更	インフルエンザ等の感染症予防	生徒支援委員会⑩	始業式 共通テスト 卒業認定会議
2		学校保健委員会 地区高校保健会 衛生委員会	年度末反省・評価	害虫駆除	換気の大切さ 保健室だより（換気）	学校保健委員会 生徒支援委員会⑪	学年末試験 第3回防災訓練 3年生を送る会
3	**1年間の振り返り**		球技大会救護 諸帳簿の整理 3学期諸統計 次年度計画作成	大掃除 安全点検	花粉症対策	生徒支援委員会⑫ 保健部会	卒業式 高校入試 校内球技大会 終業式 新入生事前指導日

※健康観察・感染症の把握・水質検査・AEDの管理は毎日行う。

学校保健計画(特別支援学校例)

分掌目標	◎一人一人の児童生徒の心身の健康を支え、安心安全に学べる学校づくりを推進する。	
重点目標	・児童生徒の心身の健康と安全を守る保健体制や環境の整備、充実を図る。	
各業務の目標	［保　　健］	・児童生徒の心身の状態を把握し、児童生徒が自分の心や体について意識したり、健康に過ごしたりできるように支援する。
	［環境衛生・危機管理］	・児童生徒が安心安全に活動できるように環境衛生に努め、安全点検やヒヤリハットの取組等、危機の未然防止に向けた取り組みを行う。 ・感染予防対策を維持・徹底し、児童生徒が安心安全に校内外で活動するために、衛生面や予防について具体的な対策を講じる。
	［食　　育］	・児童生徒の心身の成長や健康の保持・増進を図る上で、望ましい食生活をおくることができるように支援する。

年間目標　：　心身ともに元気に過ごそう

月	保健目標	保健教育	保健安全管理				学校保健関連行事	食育
			健康支援	医療的ケア	環境衛生	危機管理		
4	生活のリズムをつけよう	・健康診断事前事後指導 ・生活のリズム ・給食に関心をもとう ・正しい給食の準備と食べ方	・保健調査 ・給食の説明 ・健康診断と事後処理 ・健康診断 ・座薬に関する研修（10日） ・座薬確認の会（10日～対象者）	・医療的ケア実施検討委員会（4日） ・医療的ケア研修会（10日） ・医療・病状等確認の会（必要に応じて） ※看護計画作成	・清掃用具の確認 ・暖房器具の回収 ・プール清掃(10日)	・緊急体制ファイルの確認、設置 ・ヨウ素剤設置確認 ・緊急時体制訓練研修(保健全体研修にて) ・安全点検責任者札設置 ・プール研修(15日) ・災害待機時の児童生徒の薬預かり	・歯科検診１回目:12日、２回目：19日 ・内科検診(小)：23,26日 ・眼科検診:24日 ・身体測定(小)15,16日(中)17日 ・尿検査１回目25日 ・心電図検査(小1・4・中1・高1):30日	食育全体計画に記載
5	清潔な生活を送ろう	・清潔なくらし	・健康診断 ・健康診断と事後処理	・医療的ケア確認の会(5/13～対象者：適宜実施)			・身体測定（高）14日 ・視力聴力22～24,27日 ・内科検診(中・高）1,10日 ・尿検査２回目：15日 ・寄生虫検査:1回目17日,2回目31日 ・耳鼻科検診:9日	
6	歯を大切にしよう	・歯と口腔の健康 ・歯や骨を丈夫にする食品 ・食中毒の予防	・個別支援計画策定会議(7月、2月)		・水道水質検査 ・照度測定 ・扇風機配布		・胸部レントゲン(高１)5日 ・尿検査３回目：6日	
7・8	暑さに負けずに元気に過ごそう	・夏の過ごし方 熱中症、水分摂取 ・病気等の治療や検査 ・暑さに負けない食事 ・夏休みの食事	・健康の記録の配布 ・教職員定期健康診断 ・心と性の相談事業 ・第１回衛生委員会	・医療的ケア実施検討委員会(7/25) ・医療的ケア基本研修【於：島根教育センター】 ・看護計画評価	・プール水質検査 ・環境整備(22日) ・掃除用具の整備 ・備品点検 ・WCカーテン洗濯 ・空気清浄機チェックリスト回収 ・プール清掃(8/27日)	・ヒヤリハット報告（１学期分） ・救命救急法研修会 ・緊急体制訓練（各学部） ・「想定される問題事象」、「給食実態表」新入生点検	・食に関する指導【栄養教諭】 ・給食実施検討会 ・食物アレルギー対応委員会	
9	けがについて考えよう	・けがの予防と処置 ・薬の管理 ・規則正しい生活を取り戻そう	・身体測定 ・修学旅行前健康診断【中・高】				・食に関する指導【栄養教諭】	
10	目を大切にしよう	・目の健康 ・目によい食事 ・教室の明るさ			・暖房器具の配布 ・扇風機回収			
11	寒さに負けない体をつくろう	・室温の調節と換気 ・冬に多いけがや病気 ・寒さに負けない食事 ・丈夫な体をつくろう		・医療的ケア希望者書類配布	・加湿器の配布 ・照度測定			
12	規則正しい生活をしよう	・生活リズム ・おやつのとり方 ・生活習慣病について			・環境整備(25日) ・プール清掃(25日)	・危機管理マニュアルの見直し ・ヒヤリハット報告（２学期分）		
1	かぜを予防しよう	・かぜとインフルエンザ ・うがいと手洗い ・郷土の食べ物を知ろう ・好き嫌いせず何でも食べよう	・色覚検査 ・身体測定		・水道水検査	・ヒヤリハットのデータの整理		
2	みんななかよくしよう	・楽しい生活 ・心の成長	・学校保健委員会 ・第２回衛生委員会 ・新入生への保健関係の説明と書類調査【一日入学】 ・給食実態の整理	・新入生への医療的ケア関係の説明と書類調査【新入生オリ】 ・医療的ケア実施検討委員会(2/20)		・想定される問題事象の提出呼びかけ	・給食実態表提出呼びかけ ・食に関する指導【栄養教諭】 ・給食実施検討会 ・食物アレルギー対応委員会	
3	耳を大切にしよう	・耳の健康	・新入生への保健関係の説明と書類調査【一日入学】 ・健康の記録を配布 ・健康診断票の整理	・看護計画評価	・環境整備(24日) ・消毒液・加湿器回収 ・掃除用具の整備 ・空気清浄機チェックリスト回収 ・WCカーテン洗濯	・ヒヤリハット報告(3学期分) ・想定される問題事象点検 ・緊急体制ファイルの手入れ	・給食実態表点検	
備考		・健康指導 ・保健指導(学校医)	・健康観察 ・体重測定【小・中】(毎月実施) ・感染症情報提供 ・うがい・手洗い励行（通年）	・医療的ケア実施状況等や児童生徒の健康状態の報告【学校医】（毎月実施） ・対象児童生徒の情報収集と状態把握、ケアの検討	・水質【飲料】検査(毎授業日)	・安全点検、点検後措置状況の確認（毎月実施） ・危機管理マニュアルの確認	・ＰＴＡ研修会	

≪学校保健計画策定の手引～しまねっ子元気プラン～推進部≫

※改訂検討委員（兼）

団体名等	役職名	氏　名	備考
島根県医師会	会長	森本　紀彦	
〃	学校医部会常任委員	羽根田紀幸	
島根県歯科医師会	会長	内田　朋良	
島根県学校薬剤師会	学校薬剤師部会長	佐々木喜慶	
島根県公立高等学校長協会	会長（島根県立松江北高等学校校長）	伊藤　康子	※
島根県中学校長会	会長（松江市立第一中学校校長）	神谷　祥久	※
島根県小学校長会	会長（松江市立宍道小学校校長）	安達　利幸	※
雲南市教育委員会	教育長	小田川徹哉	
島根大学教育学部	准教授	西村　　覚	※
松江教育事務所	所長	徳永　勝俊	
島根県医師会学校医部会	常任委員	貴谷　　光	
松江市学校保健会	会長	斎藤　大善	
地区高等学校保健会	代表（島根県立出雲高等学校校長）	村松　洋子	
県養護教諭研究連絡協議会	会長（浜田市立第三中学校養護教諭）	坂口由紀枝	※
島根県立江津清和養護学校	校長	坂田　志帆	
松江市立本庄中学校	校長	中釜　智子	
松江市立来待小学校	校長	杉原　孝尚	
島根県教育庁保健体育課	課長（健康づくり推進室長）	太田　俊介	
〃	健康づくり推進室企画幹	沖田　憲彦	

≪学校保健計画策定の手引～しまねっ子元気プラン～改訂検討委員≫

団体名等	役職名	氏　名
島根大学保健管理センター	教授	河野　美江
島根大学教育学部	准教授	西村　　覚
ネット健康問題啓発者養成全国連絡協議会	共同代表	田草　雄一
島根県公立高等学校長協会	会長（島根県立松江北高等学校校長）	伊藤　康子
島根県特別支援学校長会	会長（島根県立松江清心養護学校校長）	妹尾　貴巳
島根県中学校長会	会長（松江市立第一中学校校長）	神谷　祥久
島根県小学校長会	会長（松江市立宍道小学校校長）	安達　利幸
県養護教諭研究連絡協議会	会長（浜田市立第三中学校養護教諭）	坂口由紀枝
島根県学校栄養士会	会長（松江市立古志原小学校栄養教諭）	角　　一恵
島根県教育センター	指導主事	河野　雅子

≪事務局≫

所　属	役職名	氏　名
島根県教育庁保健体育課	課長（健康づくり推進室長）	太田　俊介
島根県教育庁保健体育課健康づくり推進室	企画幹（兼）指導主事	沖田　憲彦
〃	指導主事	福田　　環
〃	〃	中谷　壮志
〃	〃	岩地　千晶
〃	〃	杉原　杏奈

人口減少に打ち勝ち、笑顔で暮らせる島根をつくる

島根創生

SHIMANE SOUSEI 2nd

誰もが、誰かの、たからもの。

どんなに時代が変わっても、受け継いでいきたい
それは、人のつながり、あたたかさ

さりげないけど、ほっとかない
互いの顔が見える、人間味あふれる関わりが心地いい

今を見つめ、未来に想いをはせる
そんな心を、ときに優しくつつみ、ときにそっと背中を押す

大切に育んできた“つながる力”は、
自分のサイズで、一生懸命生きる人を応援してくれる
未来への原動力

人が人のたからもの
誰もが誰かの応援団

いいけん、
島根県

いいけん 島根県

https://www.kikuna.shimane.jp/ikenashimaneken/