

平成26年7月5日 近畿学校保健学会

第61回

# 近畿学校保健学会 講演集







## 目 次

学会長挨拶	1
近畿学校保健学会 開催地・学会長	2
第 61 回近畿学校保健学会開催要項	4
プログラム：概要	5
学会会場への案内図	7
会場内の平面図	9
プログラム	10
参加受付、発表のご案内	14
特別講演	17
シンポジウム	19
一般演題	29
ランチョンセミナー	69
協賛	71
役員	79

## ご挨拶

第 61 回近畿学校保健学会

学会長 平田まり (関西福祉科学大学 教授)

第 61 回近畿学校保健学会を関西福祉科学大学で開催させていただくにあたりまして、ご挨拶を申し上げます。関西福祉科学大学および関西女子短期大学では、学校保健のキーパーソンである養護教諭の養成を行い、多くの卒業生を近畿圏の学校に養護教諭として送りだしています。そのような歴史をもつ本学で、この度第 61 回近畿学校保健学会を開催させていただくことになり大変光栄に存じています。

学校では養護教諭ばかりでなく、校長、保健主事、保健科教諭、担任などの常勤職員と学校医、学校薬剤師など非常勤職員が協力して児童生徒や教職員の健康管理・保健教育に携わっています。学校保健を適切に展開するためには、学校内での連携のみでなく学校外の人・機関とも連携していくことが必要です。そこで今回の学会のテーマを「学校保健の効果的な連携」とさせていただきました。

そしてストレス社会と言われる現在の状況は子ども達の健康に多大な影響を与えており、学校保健におけるメンタルヘルスの重要性は益々高くなっていますので、シンポジウムのテーマは、「メンタルヘルスにおける学校保健の効果的な連携」とさせていただきました。子ども達の心の健全な成長発達のためには、学校あるいは学級全体を対象としたメンタルヘルスと共に課題を抱えた子どもへのきめ細やかな対策も求められます。教育だけでは解決が困難な問題もあり、医療の専門家との連携も必要になってきます。また昨今の厳しい社会情勢の中で物心ともに余裕のない保護者も増えて、適切な養育を受けていない子どもや社会的養護が必要な子どもたちが増えています。このような状況の中で子ども達のメンタルヘルスの問題への対応についての連携のあり方を探っていきたいと存じます。

本学会の教育講演は関西福祉科学大学健康福祉学部長の倉恒引彦教授に「日本における疲労の実態と客観的疲労評価法」というテーマでご講演いただきます。倉恒引彦教授は長年慢性疲労症候群の研究に携わり、この分野の第一人者です。近年は一般人にも適用できる疲労の客観的指標作りに精力的に取り組んでおられます。その成果を使って大阪など近畿圏の教員の疲労について調査されていますので、そのことについてもご講演いただきます。一般演題は 39 題とたくさんのご応募をいただきました。食、運動、睡眠などの生活習慣や性教育、保健教育など、いずれも学校保健において基本的かつ重要なテーマで、興味深い発表をいただけることと存じます。是非多くの先生にご参加いただいて活発な論議が行つていただき、本学会が先生方に有意義なものとなるように祈念しております。

会場がある柏原市はぶどうの産地として有名で、会場の関西福祉科学大学周辺にもブドウ畠が広がっています。学会開催時期はぶどうの収穫時期ですので、懇親会にも是非ご参加いただいて旬の味を楽しんでいただきたいと願っています。

最後になりましたが、本学会の開催に御支援、御協力をいただきました皆様方に厚く御礼申し上げます。

## 近畿学校保健学会 開催地・学長

回数	年次（西暦）	開催地	学長
第1回	昭和29年(1954)	大阪	伊東 祐一 (大阪学芸大学)
第2回	昭和30年(1955)	奈良	伊東 祐一 (奈良県立医科大学)
第3回	昭和31年(1956)	滋賀	伊良子光義 (滋賀県教育委員会)
第4回	昭和32年(1957)	和歌山	吉武 弥三 (和歌山県立医科大学)
第5回	昭和33年(1958)	京都	川畠 愛義 (京都大学)
第6回	昭和34年(1959)	兵庫	竹村 一 (神戸大学)
第7回	昭和35年(1960)	大阪	富士 貞吉 (大阪学芸大学)
第8回	昭和36年(1961)	奈良	岩田 正俊 (奈良学芸大学)
第9回	昭和37年(1962)	滋賀	伊良子光義 (滋賀県教育委員会)
第10回	昭和38年(1963)	和歌山	小出 陽三 (和歌山県教育委員会)
第11回	昭和39年(1964)	京都	川畠 愛義 (京都大学)
第12回	昭和40年(1965)	兵庫	佐守 信男 (神戸大学)
第13回	昭和41年(1966)	大阪	伊東 祐一 (大阪学芸大学)
第14回	昭和42年(1967)	奈良	永井豊太郎 (天理大学)
第15回	昭和43年(1968)	滋賀	大西 輝彦 (滋賀県教育委員会)
第16回	昭和44年(1969)	和歌山	白川 充 (和歌山県立医科大学)
第17回	昭和45年(1970)	京都	米田 幸雄 (京都教育大学)
第18回	昭和46年(1971)	兵庫	佐守 信男 (神戸大学)
第19回	昭和47年(1972)	大阪	上林 久雄 (大阪教育大学)
第20回	昭和48年(1973)	奈良	橘 重美 (天理大学)
第21回	昭和49年(1974)	滋賀	山田 一 (滋賀大学)
第22回	昭和50年(1975)	和歌山	武田眞太郎 (和歌山県立医科大学)
第23回	昭和51年(1976)	京都	山岡 誠一 (京都教育大学)
第24回	昭和52年(1977)	兵庫	美崎 教正 (神戸大学)
第25回	昭和53年(1978)	大阪	安藤 格 (大阪教育大学)
第26回	昭和54年(1979)	奈良	出口 庄祐 (奈良女子大学)
第27回	昭和55年(1980)	滋賀	宮田 栄子 (滋賀大学)
第28回	昭和56年(1981)	和歌山	武田眞太郎 (和歌山県立医科大学)
第29回	昭和57年(1982)	京都	北村 李軒 (京都大学)
第30回	昭和58年(1983)	兵庫	山城 正之 (神戸大学)
第31回	昭和59年(1984)	大阪	後島 英二 (大阪教育大学)

第 32 回	昭和 60 年 (1985)	奈良	中牟田正幸	(奈良教育大学)
第 33 回	昭和 61 年 (1986)	滋賀	林 正	(滋賀大学)
第 34 回	昭和 62 年 (1987)	和歌山	松岡 勇二	(和歌山大学)
第 35 回	昭和 63 年 (1988)	京都	金井 秀子	(京都教育大学)
第 36 回	平成元年 (1989)	兵庫	住野 公昭	(神戸大学)
第 37 回	平成 2 年 (1990)	大阪	大山 良徳	(大阪大学)
第 38 回	平成 3 年 (1991)	奈良	河瀬 雅夫	(天理大学)
第 39 回	平成 4 年 (1992)	滋賀	林 正	(滋賀大学)
第 40 回	平成 5 年 (1993)	和歌山	猪尾 和弘	(和歌山大学)
第 41 回	平成 6 年 (1994)	京都	八木 保	(京都大学)
第 42 回	平成 7 年 (1995)	兵庫	勝野 真吾	(兵庫教育大学)
第 43 回	平成 8 年 (1996)	大阪	一色 玄	(大阪市立大学)
第 44 回	平成 9 年 (1997)	奈良	山本 公弘	(奈良女子大学)
第 45 回	平成 10 年 (1998)	滋賀	大矢 紀昭	(滋賀医科大学)
第 46 回	平成 11 年 (1999)	和歌山	宮下 和久	(和歌山県立医科大学)
第 47 回	平成 12 年 (2000)	京都	寺田 光世	(京都教育大学)
第 48 回	平成 13 年 (2001)	兵庫	三野 耕	(兵庫教育大学)
第 49 回	平成 14 年 (2002)	大阪	堀内 康生	(大阪教育大学)
第 50 回	平成 15 年 (2003)	奈良	北村 陽英	(奈良教育大学)
第 51 回	平成 16 年 (2004)	滋賀	大矢 紀昭	(滋賀大学)
第 52 回	平成 17 年 (2005)	和歌山	宮西 照夫	(和歌山大学)
第 53 回	平成 18 年 (2006)	京都	津田 謹輔	(京都大学)
第 54 回	平成 19 年 (2007)	兵庫	石川 哲也	(神戸大学)
第 55 回	平成 20 年 (2008)	大阪	白石 龍生	(大阪教育大学)
第 56 回	平成 21 年 (2009)	奈良	辻井 啓之	(奈良教育大学)
第 57 回	平成 22 年 (2010)	滋賀	中川 雅生	(滋賀医科大学)
第 58 回	平成 23 年 (2011)	和歌山	森岡 郁晴	(和歌山県立医科大学)
第 59 回	平成 24 年 (2012)	京都	井上 文夫	(京都教育大学)
第 60 回	平成 25 年 (2013)	兵庫	鬼頭 英明	(兵庫教育大学)

## 第 61 回 近畿学校保健学会開催要項

第 61 回近畿学校保健学会会長 平田まり  
関西福祉科学大学健康福祉学部健康科学科

第 61 回近畿学校保健学会を、下記の通り開催いたします。皆様のご参加を、心よりお待ち申し上げます。

1. 会場 関西福祉科学大学 大学 4 号館 (<http://www.fukushi-kagaku-u.ac.jp> でご確認ください。)

〒582-0026 大阪府柏原市旭ヶ丘 3-11-1

(近鉄大阪線河内国分駅より徒歩 15 分、JR 高井田駅よりスクールバス 10 分)

2. 日時、内容 平成 26 年 7 月 5 日（土）10:00~17:10

午前 一般演題

昼 ランチョンセミナー（株式会社 明治）

「ヨーグルトと健康 ー乳酸菌は健康をまもるミクロの巨人ー」

講師 有江泰彦（株式会社 明治 研究本部 食品開発研究所 専任部長）

午後 評議員会、総会

特別講演「日本における疲労の実態と客観的疲労評価法」

講師 倉恒弘彦（関西福祉科学大学教授、東京大学特任教授、

厚生労働省慢性疲労症候群研究班）

シンポジウム「メンタルヘルスにおける学校保健の効果的な連携」

コーディネーター 平田まり（関西福祉科学大学）

シンポジスト

・精神科医の立場から 長尾こころのクリニック 長尾圭造

・校長の立場から 大阪府太子町立中学校 校長 太田伸治

・養護教諭の立場から 大阪府立吹田高等学校 指導養護教諭 矢部貴子

・関係機関の立場から 児童養護施設 武田塾 指導員 細見久視

3. 参加申込、参加費

・学会正会員（但し、平成 26 年度会費納入者） 1,000 円

・当日会員（学会員ではない場合） 2,000 円

・大学院生 1,000 円

・学部学生 500 円

※学会員でも、年度会費の納入がない場合は当日会員扱いとなり、参加費は 2,000 円となります。

※近畿学校保健学会の会員ではなくても、また事前申込をされていなくても、当日会員として参加できます。

4. 昼食

大学周辺には食事をするところがありません。ランチョンセミナーを準備していますので、ぜひご参加ください。

5. 懇親会

7 月 5 日（土）の学会終了後、17 時 30 分より、関西福祉科学大学 学園本館 2 階食堂において開催いたします（参加費 4,000 円）。当日受付も可能です。ぜひご参加下さい。

## 第 61 回近畿学校保健学会プログラム

時刻	用途	
9:30～	受付開始	大学 4 号館 1 階
10:00～12:00	一般演題発表 第 1 会場【1 階 104 教室】 第 2 会場【2 階 205 教室】 第 3 会場【2 階 206 教室】 第 4 会場【4 階 405 教室】	大学 4 号館 1 ・ 2 ・ 4 階
12:10～13:10	ランチョンセミナー（株式会社明治） 「ヨーグルトと健康 －乳酸菌は健康をまもるミクロの巨人－」 講師 有江泰彦（株式会社 明治 研究本部 食品開発研究所 専任部長）	大学 4 号館 1 階
13:20～14:10	評議員会・総会	大学 4 号館 1 階
14:20～15:10	特別講演 「日本における疲労の実態と客観的疲労評価法」 講師 倉恒弘彦（関西福祉科学大学教授、東京大学特任 教授、厚生労働省慢性疲労症候群研究班）	大学 4 号館 1 階
15:20～17:00	シンポジウム 「メンタルヘルスにおける学校保健の効果的な連携」 コーディネーター 平田まり（関西福祉科学大学） 「精神医療の立場から学校との連携を考える」 長尾圭造（長尾こころのクリニック） 「メンタルヘルスにおける学校内外の連携について －養護教諭の立場から－」 矢部貴子（大阪府立吹田高等学校 指導養護教諭） 「社会的養護の連携について」 細見久視（児童養護施設 武田塾） 「学校現場で向きあう大人と子どもたち」 太田伸治（大阪府太子町立中学校 校長）	大学 4 号館 1 階
17:00～17:10	表彰式・閉会式	大学 4 号館 1 階
17:30～20:00	懇親会	学園本館 2 階

◎一般演題発表者は、共同発表者を含めて、正会員であることが必要です。会員でない方は、学会当日、年会費 3,000 円を、学会事務局においてお支払いくださいか、下記郵便口座にお振り込みください。（第 61 回事務局とは異なります。）

加入者：近畿学校保健学会 加入者番号：00940-5-181826

〒641-8509 和歌山市紀三井寺 811-1 和歌山県立医科大学医学部衛生学教室内

近畿学校保健学会事務局 TEL&FAX 073-441-0646

後　　援

大阪府教育委員会

大阪市教育委員会

堺市教育委員会

兵庫県教育委員会

神戸市教育委員会

京都府教育委員会

京都市教育委員会

滋賀県教育委員会

和歌山県教育委員会

奈良県教育委員会

大阪府学校保健会

大阪市学校保健会

大阪府医師会

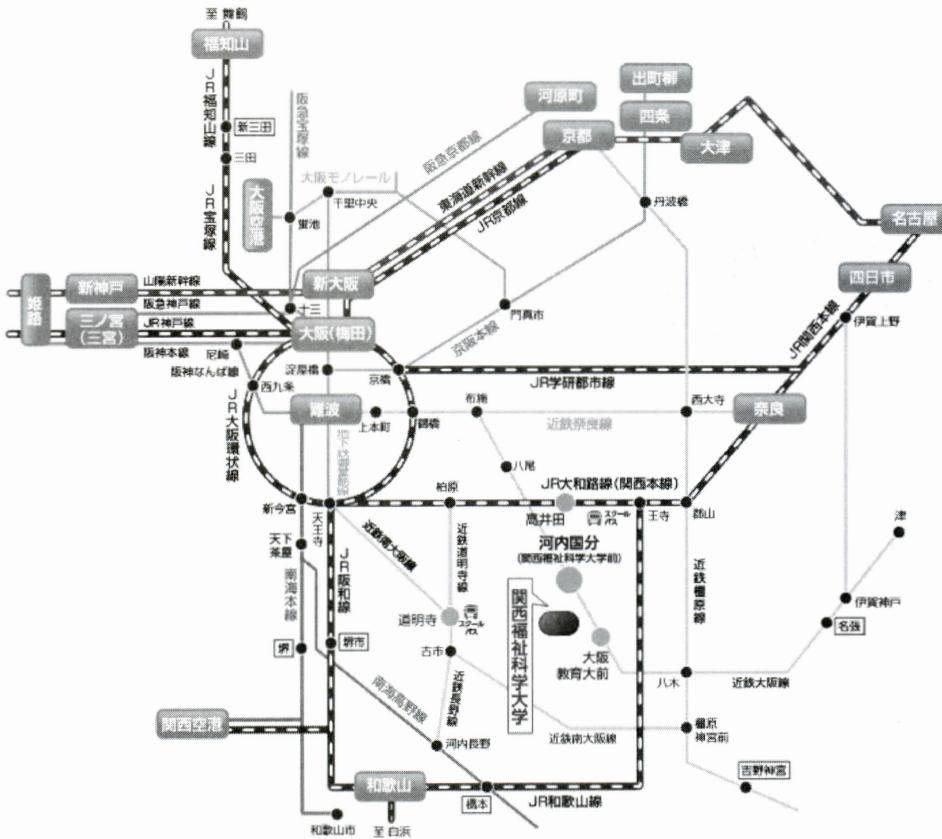
大阪府歯科医師会

大阪府薬剤師会

## ★学会会場への案内図

関西福祉科学大学 大学4号館 (<http://www.fukssi-kagaku-u.ac.jp> でご確認ください。)

〒582-0026 大阪府柏原市旭ヶ丘3-11-1 電話 072-978-0088 (大学代表)



## ★主要な駅からのアクセス

近鉄大阪線 河内国分（かわちこくぶ）駅

徒歩 15 分、スクールバス 10 分

JR 大和路線 高井田駅 スクールバス 10 分

近鉄南大阪線 古市駅 スクールバス 20分

## ★スクールバスのご案内

## ＜行き＞

国分→学園 8時45分, 9時30分

高井田→学園 8時40分, 9時30分

古市→学園 8時35分、9時20分

＜帰り）

学園→国分 17時20分、18時20分、

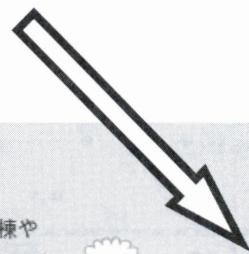
學園→高井田、吉市 17 時 20 分、18 時 20 分

19時20分

貌親会終了後 20時ごろ



★学会会場:関西福祉科学大学 大学4号館



★昼食:ランチョンセミナーを準備してしておりますが、学園本館1階食堂は営業しております。

懇親会会場:学園本館2階食堂

## ★学会会場 平面図

大学4号館 1階



大学4号館 2階



大学4号館 4階



★大学4号館で授業が行われている階がありますのでよろしくお願ひいたします。

## プログラム（一般演題）

### <午前の部>

一般演題（口演7分、質疑応答4分）10:00～12:00

#### 第1会場（1階104教室）

##### <食、養護教諭>

座長 春木 敏（大阪市立大学）

1・1 中学生の生活習慣病の予防と食物摂取頻度との関連

○藤原 寛（京都府立医科大学小児科）、井上文夫（京都教育大学体育学科）

1・2 登校忌避感情と生活習慣との関連～食生活を中心として～

○井上文夫 1), 藤原寛 2), 浅井千恵子 3), 森孝宏 1) (1)京都教育大学,  
2)京都府立医科大学, 3)花園大学)

1・3 養護教諭養成課程の学生による下宿学生の食育指導の効果について

○楠本久美子 1), 大川尚子 2), 長谷川積美 3) (1)四天王寺大学,  
2)関西福祉科学大学, 3)大阪府立藤井寺保健所)

1・4 大学生の朝食摂取状況と生活習慣の関係に関する研究

○奥野紗織 1), 小原久未子 1), 甲田勝康 2), 藤田裕規 2), 間瀬知紀 3),  
宮脇千恵美 4), 中村晴信 1) (1)神戸大学大学院人間発達環境学研究科,  
2)近畿大学医学部公衆衛生学, 3)京都聖母女学院短期大学児童教育学科  
4)平安女学院大学短期大学部)

1・5 養護教諭志望学生への経年的「授業通信」の発行とその効果

○古角 好美（大阪女子短期大学）

##### <睡眠>

座長 宮下 和久（和歌山県立医科大学）

1・6 中学生における朝型～夜型生活リズムと起立時の自律神経活動との関連

○青地由梨奈 1), 森下美佳 1), 宮井信行 1), 内海みよ子 1), 内川友起子 1),  
辻あさみ 1), 寺田和史 2), 森岡郁晴 1), 武田眞太郎 3), 宮下和久 3)  
(1)和歌山県立医科大学大学院保健看護学研究科, 2)天理大学体育学部,  
3)和歌山県立医科大学医学部衛生学教室)

1・7 中学生における睡眠状態とストレス症状との関連

○森下美佳 1), 青地由梨菜 1), 宮井信行 1), 内海みよ子 1), 内川友紀子 1),  
辻あさみ 1), 戸村多郎 2), 森岡郁晴 1), 武田眞太郎 3), 宮下和久 3)  
(1)和歌山県立医科大学大学院保健看護学研究科, 2)関西医療大学保健医療学部,  
3)和歌山県立医科大学医学部衛生学教室)

1・8 児童生徒の睡眠と疲労に関する調査研究

○岡村波留奈 1), 赤澤まい 1), 大川尚子 1), 平田まり 1), 野口法子 1), 大平雅子 2),  
正田理沙子 3), 倉恒弘彦 1) (1)関西福祉科学大学, 2)滋賀大学教育学部, 3)滋賀  
大学教育学部附属中学校, 4)東京大学特任教授)

**1-9 睡眠の質に着目した保健指導の実践と評価**

○正田理沙子（滋賀大学教育学部附属中学校），大平雅子（滋賀大学教育学部）

**1-10 中学生におけるインターネット利用状況と睡眠習慣との関連**

○大平雅子（滋賀大学教育学部），正田理沙子（滋賀大学教育学部附属中学校）

**第2会場（2階 205教室）**

**<性1>**

**座長 小島 美幸（大阪市教育委員会）**

**2-1 小学校における性に関する教育プログラムの効果の検討**

○伊藤敦子，鬼頭英明，西岡伸紀，中村朋子（兵庫教育大学）

**2-2 「育ちゆくからだとわたし」の指導による思春期の発育に対する肯定感の変化**

○石井有美子，笠原清次，鬼頭英明，西岡伸紀  
(兵庫教育大学大学院学校教育研究科)

**2-3 中学生における性情報の獲得と性意識形成との関連**

○有馬美保 1), 宮井信行 1), 内海みよ子 1), 森岡郁晴 1), 宮下和久 2),  
武田眞太郎 2) (1)和歌山県立医科大学大学院保健看護学研究科,  
(2)和歌山県立医科大学医学部衛生学教室)

**<性2>**

**座長 森岡 郁晴（和歌山県立医科大学）**

**2-4 月経痛への対処の指導について**

○二宮美穂 1), 八野久美子 2), 濱田由実子 3), 中本真由 4), 山下めぐみ 5)  
(1) 吹田市立第五中学校, 2)吹田市立青山台中学校。3)吹田市立山田東中学校,  
4)吹田市立片山中学校, 5)吹田市立高野台中学校)

**2-5 高等学校における性教育についての一考察**

○谷口友加里，伊藤万紀子（大阪府立柏原東高等学校），平田まり  
(関西福祉科学大学)

**2-6 大学生の性感染症の認知・知識・意識と予防行動との関連**

○中村朋子 1)2), 斎藤充子 1), 森田富士子 1), 石見幸子 1), 鬼頭英明 1)  
(1) 兵庫教育大学大学院, 2)兵庫大学)

**<医薬品、紫外線等>**

**座長 鬼頭 英明（兵庫教育大学）**

**2-7 志賀中学校区における薬教育の実践から**

○谷川尚己 1), 田中久嗣 2), 守谷まさ子 3), 金森雅夫 1), 松田保 4)  
(1) びわこ成蹊スポーツ大学, 2) 志賀中学校, 3) 京都府学校薬剤師会,  
4) 大和大学)

**2-8 教員養成系学生における紫外線教育についての意識調査について**

○浅井千恵子（花園大学）井上文夫（京都教育大学）

**2-9 効果的な薬物乱用防止教育に向けた教員養成大学と薬物取締機関との連携の在り方**

- 堀木理紗子 1), 岩田満夫 2), 高橋正 2), 赤井育代 3), 小野麻美子 1),  
久保勝利 1), 坂田敦子 1), 館沙央理 1), 松本昌子 1), 西岡伸紀 1), 鬼頭英明 1)  
(1) 兵庫教育大学, (2) 近畿厚生局麻薬取締部神戸分室, (3) 川西高等学校)

**2-10 起立性調節障害をめぐる家庭と学校の連携について**

- 松本昌子, 小野麻美子, 久保勝利, 坂田敦子, 館沙央理, 堀木理紗子,  
西岡伸紀, 鬼頭英明 (兵庫教育大学大学院)

**第3会場（2階 206 教室）**

**<体力・スポーツ>**

**座長 後和 美朝（大阪国際大学）**

**3-1 最近の全国平均体重の減少傾向をめぐって**

- 五十嵐裕子 1), 後和美朝 2), 松本健治 3), 宮井信行 4), 宮下和久 3),  
武田眞太郎 3) (1)和歌山医大・院, (2)大阪国際大, (3)和歌山医大・衛生,  
(4)和歌山医大・保健看護)

**3-2 女子学生における筋肉量と生活習慣との関連－市販体組成計を用いた分析から－**

- 間瀬知紀 1), 宮脇千恵美 2), 小原久未子 3), 奥野紗織 3), 甲田勝康 4),  
藤田裕規 4), 中村晴信 3) (1)京都聖母女学院短期大学児童教育学科,  
(2)平安女学院大学短期大学部, (3)神戸大学大学院人間発達環境学研究科,  
(4)近畿大学医学部公衆衛生学)

**3-3 大学生における将来の運動に対するモティベーションについて**

- 宮脇千恵美 1), 間瀬知紀 2), 小原久未子 3), 甲田勝康 4), 藤田裕規 4),  
奥野紗織 3), 中村晴信 3) (1)平安女学院大学短期大学部,  
(2)京都聖母女学院短期大学, (3)神戸大学大学院人間発達環境学研究科,  
(4)近畿大学医学部公衆衛生学

**3-4 中学生における体力と傷害経験との関係**

- 笠次良爾 (奈良教育大学保健体育講座)

**3-5 スポーツ外傷・障害の予防及びケアに係わる養護教諭の役割～高等学校運動部顧問と整形外科医との連携を通して～**

- 山本順子 1), 柳田博美 2), 西岡伸紀 3), 鬼頭英明 3)  
(1) 兵庫県立高砂南高等学校, (2)兵庫県立加古川医療センター,  
(3)兵庫教育大学大学院)

**<ライフスキル等>**

**座長 中村 晴信（神戸大学）**

**3-6 自尊感情, 社会的スキル, コーピングスキル, 土日の過ごし方の関連性－小学校高学年児童対象の質問紙調査より－**

- 笠原清次, 石井有美子, 鬼頭英明, 西岡伸紀  
(兵庫教育大学大学院学校教育研究科)

**3-7 小学校中学年を対象としたセルフエスティーム育成プログラムの効果**

- 坂田敦子, 小野麻美子, 久保勝利, 館沙央理, 堀木理紗子, 松本昌子,  
鬼頭英明, 西岡伸紀 (兵庫教育大学大学院)

**3-8 中学校保健体育科教員の小単元に対する指導の意識**

- 上田裕司 1), 鬼頭英明 2), 西岡伸紀 2)  
(1) 京都市立加茂川中学校, (2) 兵庫教育大学大学院)

**3・9 高校生における自律的動機づけとレジリエンスとの関連**

○久保勝利, 小野麻美子, 坂田敦子, 堀木理紗子, 松本昌子, 館沙央理,  
鬼頭英明, 西岡伸紀 (兵庫教育大学大学院)

**第4会場（4階405教室）**

**<メディア等>**

**座長 西岡 伸紀（兵庫教育大学）**

**4・1 小学生におけるメディアの複数使用による健康への影響**

○中村晴信 1), 小原久未子 1), 奥野紗織 1), 甲田勝康 2), 藤田裕規 2),  
間瀬知紀 3), 宮脇千恵美 4)  
(1) 神戸大学大学院人間発達環境学研究科, (2)近畿大学医学部公衆衛生学,  
(3)京都聖母女学院短期大学, (4)平安女学院大学短期大学部)

**4・2 女性のボディイメージ形成の要因に関するメディア分析の一考察**

○館沙央理, 小野麻美子, 久保勝利, 坂田敦子, 堀木理紗子, 松本昌子,  
西岡伸紀, 鬼頭英明 (兵庫教育大学大学院)

**4・3 高校生のスマートフォン等情報機器使用と姿勢との関連**

○金子敏雄 1) 3), 山内雄貴 1), 井上文夫 2)  
(1) 京都教育大学大学院, (2) 京都教育大学, (3) びわこきららこども園)

**<大学生の健康管理>**

**座長 辻井 啓之（奈良教育大学）**

**4・4 私費外国人留学生のアルバイトの実態とそれが日常生活に及ぼす課題に関する研究**

○藤原本代, 斎藤充子, 中村朋子, 石見幸子, 森田富士子, 藤本芳英, 伊藤敦子,  
西岡伸紀, 鬼頭英明 (兵庫教育大学大学院)

**4・5 本学医学部の学生の傾向と学生相談室の課題**

○小谷典子, 池田行宏 (近畿大学医学部附属病院安全衛生管理センター)

**4・6 医学部生におけるB型肝炎抗体獲得の方策**

○池田行宏, 小谷典子 (近畿大学医学部附属病院安全衛生管理センター)

**4・7 若者のデートDVの特徴と予防啓発教育の必要性**

○松村歌子 (関西福祉科学大学)

**<発達障害等>**

**座長 井上 文夫（京都教育大学）**

**4・8 発達障害の児童とのかかわりをとおしての一考察（実践報告）**

○佐野智子 (大阪教育大学大学院 養護教育専攻)

**4・9 発達障害児の保護者支援－保護者のエピソード分析から－**

○吉田順子, 岡本陽子 (藍野大学)

**4・10 中学生の自転車の乗り方についての意識調査－自動車教習所で実施する交通安全教室に着目して－**

○谷川尚己 1), 谷口嘉男 2), 松田保 3)

(1) びわこ成蹊スポーツ大学, (2) 八日市自動車教習所, (3) 大和大学)

## 参加受付等のご案内

### ◆受付時間・場所

平成 26 年 7 月 5 (土) 9:30~関西福祉科学大学 4 号館 1 階ロビー

### ◆受付コーナー

受付コーナーは、以下のように分かれています。該当するコーナーで手続きをお願いします。

#### ① 名誉会員

- ・名誉会員受付で名札と講演集をお受け取りください。

#### ② 評議員

- ・評議員受付で参加費 1,000 円をお支払いの上、名札と講演集をお受け取りください。
- ・平成 26 年度年会費未納の方は、年会費 3,000 円を学会事務局にお納めください。年会費の納入がない場合は、当日会員と同じく参加費が 2,000 円となりますので、ご注意ください。

#### ③ 一般会員

- ・一般会員受付で参加費 1,000 円をお支払いの上、名札と講演集をお受け取りください。
- ・平成 26 年度会費未納の方は、年会費 3,000 円を学会事務局にお納めください。年会費の納入がない場合は、当日会員と同じく参加費が 2,000 円となりますので、ご注意ください。

#### ④ 当日会員（参加費：一般 2,000 円、院生 1,000 円、学生 500 円）

- ・受付で記入表を受け取り、必要事項を記入した後、参加費をお支払の上、名札と講演集をお受け取りください。

#### ⑤ 新規入会希望者

- ・受付で入会申込用紙を受け取り、必要事項をご記入の上、年会費 3,000 円を学会事務局にお納めください。

#### ⑥ 特別講演・シンポジウムの演者

- ・受付で名札と講演集をお受け取りください。

#### ⑦ ランチョンセミナー（無料）

- ・参加は事前申し込みですが、当日も定員まで受付しています。学園本館 1 階の食堂は営業しています。

#### ⑧ 懇親会（会費 4,000 円）

- ・会場：関西福祉科学大学学園本館 2 階食堂
- ・参加は事前申込ですが、当日も若干名の方は受付いたします。
- ・懇親会に参加される方は、学会場の受付において、会費をお支払ください。

※ 名札には氏名・所属をご自身でご記入の上、会場では必ずご着用ください。

### ◆一般演題発表者の方へ

- ① 前演者の講演が始まると同時に、各会場前方の次演者席に、ご着席ください。
- ② 口演時間 7 分、討論時間 4 分です。時間厳守をお願いします。
- ③ スライド発表はすべてコンピュータ（PC）を使用いたします。動画あるいは音声を使用されない場合は、PC は学会側で準備いたします。動画等ご使用の場合には、下記⑥をご参照ください。
- ④ 画面の解像度は XGA（1024×768）です。このサイズより大きい場合、スライドの周囲が切れてしましますのでご注意ください。
- ⑤ 発表用パワーポイントファイルを当日持参される場合は、ファイル名を「演題番号・筆頭演者名」として、発表データを USB メモリでお持ちくださいり、9 時 30 分までに会場 PC にセットしてください。他のメディアは受付できません。データは「⑦発表データ作成要項」に従って作成してください。念のため、ウイルスのチェックをお願いします。データは発表後に、事務局で消去させていただきます。
- ⑥ 動画あるいは音声を使用する場合には、ご自身の PC をお持ち込みください。お持ち込みが可能な機種は、モニター出力端子に Dsub-15 ピンが装備されているものに限ります。薄型 PC で出力端子の規格が異なる場合には、接続アダプタをご用意ください。また、学会側が準備したプロジェクターと接続できない場合に備え、「発表用データ」を入れた USB メモリを、バックアップとして必ずお持ちください。
- ⑦ 発表データの作成は、Windows 版 Power Point 2003/2007/2010 でお願いします。Mac の方は Windows に変換し、あらかじめ確認をお願いします。
- ⑧ フォントは OS に標準装備されたもの(MS 明朝, MS ゴシック, Times New Roman, Arial, Century) をご使用ください。
- ⑨ 発表セッションの 30 分前にはお越しください。
- ⑩ 配布資料がある場合は 70 部を準備し、発表 30 分前までに各会場の受付に提出してください。

### ◆座長の先生方へ

- ① 前座長の登壇後前方の次座長席に、ご着席ください。
- ② 受け持ち時間の進行は一任しますが、1 題あたり 11 分以内でご進行いただきますようお願いします。なお、発表者交替のため、別に 1 分を想定しています。
- ③ 慣例により、後日「学会通信」用の座長のまとめをお願いします。年次学会事務局へ提出をお願いいたします。締切は平成 26 年 7 月 31 日（木）です。

## ◆その他

- ・駐車場は準備をしておりますが、できるだけ公共交通機関をご利用ください。お車でお越しの方は、駐車場まで誘導させていただきますので、大学正門でその旨お申し出ください。
- ・近鉄大阪線河内国分駅、JR 高井田駅、近鉄南大阪線古市駅よりスクールバスをご利用ください。バスの運転手に学会参加の旨をお伝えの上、ご乗車ください。バス乗り場、時刻につきましては、HP でご確認ください。  
(<http://www.fuksi-kagk.u.ac.jp/profile/access/schoolbus.html>)
- ・学会開催時間内は、携帯電話などの通信機器類はマナーモードにするか電源をお切りください。
- ・会場は禁煙です。ご協力をお願いします。
- ・手荷物預かりのサービスは行いませんので、ご了承ください。
- ・昼食は、ランチョンセミナーを予定しております。奮ってご参加ください。

## 特 別 講 演

「日本における疲労の実態と客観的疲労評価法」

講師 倉恒弘彦

(関西福祉科学大学教授、東京大学特任教授、  
厚生労働省慢性疲労症候群研究班)



## 日本における疲労の実態と客観的疲労評価法

倉恒 弘彦（くらつね ひろひこ）

関西福祉科学大学健康福祉学部 学部長(教授)

東京大学大学院特任教授、大阪市立大学医学部客員教授

近年、過労や睡眠不足、あるいはストレスによる負荷が続くことで慢性的に疲労が蓄積し、身体的な疲労はもちろん、精神的にもやる気が起きないなどの症状を訴えて病院を受診してくる患者が増えてきている。1999年、名古屋地区の一般地域住民4000名を対象に疲労の本格的な疫学調査を行ったところ、約4割が慢性的な疲労を自覚しており、その半数近くの人々が疲労のために日常生活に何らかの支障をきたしていることが明らかになった。翌2000年、同一地区の医療機関を受診している患者2180名を対象に疲労アンケート調査を行ったところ、45%の患者が半年以上持続する慢性疲労を自覚しているが、医師が診察していてもその明らかな病因を特定できるのは39%に過ぎず、32%は過労と、29%は原因不明の慢性疲労と診断され治療を受けていることも判明した。したがって、原因が明らかでない慢性的な疲労は、21世紀の社会が克服してゆく必要のある重要な課題の1つになってきていている。

我々は、平成21年度より障害者対策総合研究事業として、日本における疲労の実態を調査するとともに、慢性疲労症候群の病因病態の解明や診断・治療法の開発を行ってきた。

また、最近では学校の教職員を対象に自覚症状調査と共に自律神経機能解析、睡眠・覚醒リズム解析などの客観的評価を行い、教職員における疲労の実態を明らかにしてきている。

そこで、本講演では現代人の疲労の実態や疲労の客観的な評価法について解説するとともに、慢性的な疲労に陥るメカニズムについて紹介する。また、疲労の対処法や教職員における疲労についても言及してみたい。

厚生労働省慢性疲労症候群研究班ホームページ：

<http://www.fuksi-kagaku.ac.jp/guide/efforts/research/kuratsune/index.html>



## シンポジウム

「メンタルヘルスにおける学校保健の効果的な連携」

平田まり（関西福祉科学大学）

長尾圭造（長尾こころのクリニック）

矢部貴子（大阪府立吹田高等学校 指導養護教諭）

細見久視（児童養護施設 武田塾）

太田伸治（大阪府太子町立中学校 校長）



シンポジウム  
「メンタルヘルスにおける学校保健の効果的な連携」

平田まり

子どもの健全な成長発達がなされるように学校教育では様々な方面から取り組まれていますが、とりわけ学校保健は子どもの心身の健康の維持増進に重要な役割を担っています。子どもは発達していく過程で課題に直面し、葛藤しながらそれを乗り越えていくことによって精神的にも成長していきます。したがってそれが子ども自身でできるような力をつけることを保健学習などではかっていき一方で、子どもを丁寧に見守って、精神的な成長発達が適切でない子どもには健康相談・教育相談やカウンセリングなどによって特別な配慮を行う必要もあります。

子どもの成長発達が障害される原因として、発達障害など子ども自身に問題がある場合の外に、学校での人間関係や家庭などの養育環境の問題があります。

学校教育は集団の場で行われるので、学校での良好な人間関係を築くことは子どもの教育を保証し、健康や安全を守る上で重要です。しかし近年は、子ども間でのいじめ、あるいは教員からの不適切な指導が問題となっており、子どもの心身へ悪影響を及ぼして不登校の原因にもなっています。

また格差社会と言われるような現代の社会状況で物心ともに余裕のない保護者も増えて、子どもの養育が適切に行えないばかりでなく、虐待に至る例も珍しくなくなっています。その結果、児童養護施設などでの社会的養育を必要とする子どもの数は増加傾向です。本来は安息の場所であるはずの家庭に恵まれない子どもは心身に傷を負っていることも多く、学校においても居場所を見つけられない傾向があります。

このように子どもの健全な成長発達のためには、学校教育としての基本的なメンタルヘルスと共に、今日、顕在化してきた問題における課題に取り組んでいく必要がありますが、それへの対処には学校内外での連携が重要になっています。

本シンポジウムでは、先ず学校における基本的なメンタルヘルスでの連携について、精神科医の長尾圭造先生にご自身の活動を基にされたシステムティックな学校メンタルヘルスの取り組みをご紹介いただきます。そして学校保健における連携でコーディネーター役を期待される養護教諭の立場から、高等学校の養護教諭である矢部貴子先生から長年の学校現場での経験から連携の実践についてお話をいただきます。次に児童養護施設で子どもの養育に携わっておられる細見久視先生から、子どもへの対処における学校と養育を担当している機関との連携についてお話をいただきます。最後に学校での管理者としての立場から、中学校長の太田伸治先生にお話しいただきます。

シンポジストの御発表後にフロアーからのご意見等もいただいて活発な討議が行われることを期待しています。子どもの心の健やかな成長発達に本シンポジウムが一助となることを祈念いたします。

## 精神医療の立場から学校との連携を考える

長尾圭造 (長尾こころのクリニック)

キーワード：学校メンタルヘルス、構造化質問紙法、メンタルヘルス的子ども理解、

### 背景：

心の保健室の重要性が叫ばれてから久しい。しかし、実際の活動ができる体制はない。そこで打開する新たな方策を見出す必要がある。

### 目的：

教師が子どものこころの理解をすることと、学校での安心した環境で学習することを目的とするための活動を、地元で10年間取り組んでいる。この活動は、1. 子どもの理解の仕方として子どもの内面を知る客観的資料を基にすることと、2. 子どもの内面をメンタルヘルスの視点から、すなわち子どもの行動・態度を本人の能力・内面特性や、家族・仲間との関係性から理解することにある。3. そして、それらの問題点に応じて、学校の社会資源のうち、どの分野が担当するかを検討する。4. そのうち、クラスでの問題解決が望ましい内容に関しては、クラスの健康度の高い生徒の協力を得ながら問題の軽減や解消・解決を図るところにある<sup>1-3, 6, 7, 9)</sup>。

### 方法：

#### 1) 学校メンタルヘルス取組の原則と方法

教師が生徒をメンタルヘルスの視点からとらえることが最初の目標となる。そのための作業準備として3種の自記式アンケートを実施する。1つは、生徒に対して、「学校生活に対するクラスでの居心地や学校生活意欲」を調査する。しかし得られた結果に問題のある場合、必ずしもクラスの病理を表していることはなく、個人病理や個人的課題を抱えていたために学校生活が不満足になっている場合もある。

この為に、次に個人の内面的な自己肯定感（満足感、達成感、適切感等）を知るために「自尊感情アンケート」を同時に実施する。この結果、クラス状態から想定し難い自尊感情の低い場合や高すぎる場合は、個人病理を反映している可能性が高い。低い場合は不安や気分変化（うつ感情、うつ思考、行動抑制など）を伴っている可能性が高い。高すぎる場合は他者理解に乏しい状態（軽躁状態、高機能自閉症の自己満足状態、AHDのマイペース状態など）を反映している可能性が高い。

そのため3つ目に、「健康症状チェック」という不安・抑うつ症状チェックを同時に実施する。

次いで事例検討を行うが、その際には、これらと、4. 担任がこれまで得ている学校内での情報を共有し、教師と学校メンタルヘルス相談医と情報のすり合せをする。その結果、生徒個人の置かれている状況を、教師がメンタルヘルスの視点から捉えることができる。この結果、教師などがメンタルヘルスの視点から生徒との関係を築き、指導相談の基本姿勢とすることができる。

重要な点は、ある生徒におきた問題や気になる事柄を、誰が担当するかである。担任か、養護教諭か、スクールカウンセラーか、学校福祉士か、その他の社会資源化、を決めることがある。いわゆる振り分け作業も同時に検討している。

## 2) 学校メンタルヘルスの実際の進め方

1. 上記3種のアンケートを1学期の前半に生徒に実施する。2. その後、アンケート結果を分析する。3. 次いで、上記4. のこれまで担任情報と併せて、学校側の担任、養護教諭、学校管理者（学年主任、教頭、校長など）とメンタルヘルス専門医と一緒に分析する。4. そして、その後のクラス（時には学年）としてのクラスと生徒への対処方法を見出す。5. 次いで担任が、具体的なアプローチを提案検討する。6. そしてその方法が決まれば、クラスで日常的にまたは授業の中で、実施する。

1) の 4. で述べた、すりあわせ会議の進め方は、最初に1. クラス担任が、自分のクラスの特徴や特性を述べる。2. 次いで、このクラスを1年間通してどのようなクラスにするかの希望や予定を述べる。次いで、3. 上記3つの資料から、相談医がクラス全体の特徴を述べる。次に、結果が平均から逸脱している生徒個人の検討に入る。その後、担任が気になる生徒を取り上げる。最後に健康度の高いクラスのリーダー的存在となる生徒を取り上げる。

そしてクラスダイナミクスを利用した仲間関係作りを行う。

作業準備としての調査アンケートには、クラスの居心地に関しては「QU テスト」を用いている。QU テストの結果は、クラス全体の特性を理解し、次いで要支援群にいる生徒初め、学校生活満足群以外で集団からかけ離れた位置にいる生徒を取り上げる。

自尊感情に対しては「Coopersmith の自尊感情項目を改変したもの51項目」を用いている。実施の結果、平均値を1標準偏差より下回る生徒を対象に検討する。次に健康度の高い生徒（クラスのリーダー役を担える生徒、

協調性の高い生徒でクラスメイトに親切にできる生徒）を知る必要もあることから、高得点群にいる生徒も検討の対象とする。

健康状態チェックは著者が作成した55項目からなるものを使用している。生徒個人の問題がクラスに課題があるというよりは、個人の内面の問題を反映していると考えられる場合、不安とうつ症状の程度を検討し、今後、個人的にどのような配慮が望ましいかを検討する。

### 3) 有効性の評価方法

これまでのところ、1. 実際のクラスでの生徒の変化として、QU 指標を基に示す<sup>4)</sup>、2. 担当した教師の印象をアンケート調査して評価する<sup>5)</sup>、3. 学校が実施している学校生活のアンケート調査を基に、この活動の有効性を評価した<sup>7)</sup>、4. この取り組みの波及効果を調べるために、精神障害全般に対するステigma意識の調査を、この取り組みをしている教師と、この取り組みを経験していない教師との比較をする<sup>8)</sup>という指標を検討している。

その結果は、それぞれに報告しているが、いずれも、取り組んだ甲斐があるといえる成果が得られている。

### 結論：

これまでの取り組みは著者自身による活動であった。この活動を広め敷衍させるためには、一定の手順をまとめてパッケージ化する必要がある。今年度はそのための取り組みをしている。これにより、何処でも利用できる学校メンタルヘルスとなるように工夫をしている。

文献：省略

# メンタルヘルスにおける学校内外の連携について－養護教諭の立場から－

矢部 貴子（大阪府立吹田高等学校 指導養護教諭）

キーワード：校内外連携、コーディネイト、イノベーション、不易流行

## 【はじめに】

近年、児童生徒が有するメンタルヘルスの問題は、社会環境や生活習慣の変化とともに多様化、深刻化している。具体的にはいじめ、不登校、性の問題行動、拒食症、うつ状態、発達障がい、感情の爆発(キレやすさ)、集団への不適応、虐待、インターネット上のトラブル、自傷行為、また、暴力行為や自死などもあり、学校で早急に取り組むべき重要課題となっている。

## 【児童生徒の実態】

財団法人日本学校保健会によると、保健室利用者のうち、健康問題の主な背景要因については、「主に心に関する問題」が4割以上を占めており、小学校・中学校・高等学校のいずれにおいても「主に身体に関する問題」(3割)を上回っている。このことから、メンタルヘルスが学校保健の中で主たる問題の位置を示していることがうかがえる。

## 【本校の実態】

### 1. 教育相談・支援教育について

本校の教育相談室は、保健室に隣接しており、生徒と教職員から「みかんルーム」という愛称で呼ばれている。

本校の教育相談については、担任を中心とした日常的な相談体制に加え、月曜日から金曜日までの昼休みと放課後、「みかんルーム」に保健部担当教職員が詰め、生徒が気軽に相談ができる体制を築いている。また、緊急の際には、いち早くいつでも相談に乗れる体制を保健部教職員中心に常時設定している。

保健部教職員以外にもスクールカウンセラーが毎月1~2回来校し、生徒・保護者・教職員の面接、スーパーバイズ、コンサルテーションに当たってもらっている。よりよい人間関係を育むためのコミュニケーションスキルの向上を目的として、スクールカウンセラーを講師とする心理学入門講座も実施している。

教育相談のケースによっては、学校内に加え、

保健所や専門医等の医療機関、子ども家庭センター、大阪府教育センター、大阪府高等学校適応指導教室等の学校外の関係諸機関とも連携して支援している。

心身の発達に関わることで課題を有する生徒についても、校内に加え、専門医等の医療機関、大阪府立支援学校等の学校外の関係諸機関と連携を取りながら、当該生徒への支援とともに、ケース会議や職員研修なども行い、生徒のニーズ、自己実現に向けたサポート体制の構築を図っている。

今後もさらに、これらの取り組みを引き続き充実させ、生徒が悩みをより気軽に相談でき、また、一歩進んで積極的に心身の健康を増進できるスキルを身につけ、学校生活を充実したものとしていけるよう努力していきたい。

過去3年間の本校の保健室・相談室来室者数は、下図の通りである。

## 【保健室・相談室の来室者数】

	平成23年度	平成24年度	平成25年度
在籍数	873	854	836
保健室来室者数 (のべ人数)	3162	2210	2920
相談室来室者数 (のべ人数)	420	410	643
保健室登校 (実人数)	5	2	2

### 2. 「吹高生の健康生活アンケート」について

本校では、生徒の日常の生活状態や健康に関する意識や関心について把握し、その結果を健康づくり推進指導の基礎資料とし、家庭や地域の関係諸機関と相互に連携を深め、よりよい健康教育をめざしたいと考え、平成24年度以降、全生徒を対象に健康生活アンケートを行っている。

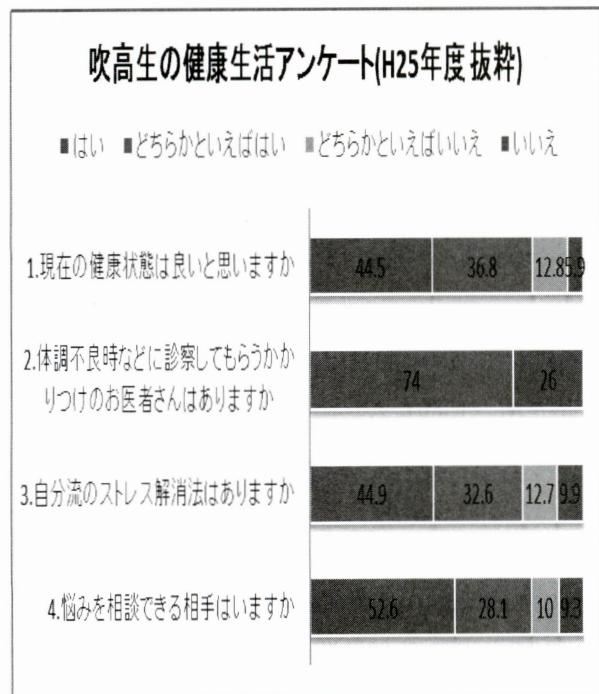
アンケート項目は、運動の習慣、食事や睡眠の状況、ストレス解消法や悩みの相談相手の有

無、部活動やアルバイトの経験、かかりつけ医・かかりつけ歯科医の有無、飲酒・喫煙の経験の有無、薬物や性感染症、避妊や妊娠についての知識等、全 24 項目である。

本校生の生徒一人ひとりの悩みや想いを真摯に受け止め、それぞれのケースに応じたきめ細やかな対応を行う上で、このアンケート結果から把握できる生徒の健康実態は重要なものである。

下図は、平成 25 年度のアンケート結果の抜粋である。

(数字は%)



### 3. ケース紹介（省略）

#### 【おわりに】

安全で安心して学ぶことができる環境づくりが、とりわけ近年の学校においては必要不可欠なものであるという意識が、社会的にも定着してきている。今後、生徒自らの持つ資質や能力を最大限発揮するために、教育相談の果たす役割はますます大きくなっていくものと推察される。

また、学校は、生徒の学校生活あるいは人生設計における多様なニーズや不安等に適切に答えることができるよう、担任を中心とした学校内の日常的な支援体制を充実させるとともに、ケースによっては学校外の関係諸機関との連携を図りながら組織的な支援を行っていくことが求めら

れている。

これらの支援が円滑に進むよう、養護教諭にはより一層のきめ細やかな指導とともに、イノベーションの視点を持ちながら学校内外の連携において十分なコーディネイト力を発揮することが期待されている。

#### 【引用文献】

- 1) 「児童生徒の健康状態サーベイランス」  
財団法人日本学校保健会 平成 22 年
- 2) 「高校生の生活習慣について」  
平成 23 年度職域合同研究協議会 第 2 地区  
保健主事部会
- 3) 「大阪府立吹田高等学校学校教育自己診断」  
平成 25 年

## 社会的養護の連携について

細見久視 (児童養護施設 武田塾)

キーワード： 少子化社会、社会的養護の増加、保健室の担う役割、

### 【総人口と出生率】

総務省が「子どもの日」に合わせて4日に発表した4月1日現在の15歳未満の子供の推計人口は、前年より15万人少ない1649万人だった(H26年5月7日本経済新聞)。

平成24年度の総人口数12,765万人、子どもの数1,665万人(15歳未満人口)出生数103万7101人、平成23年度の総人口数12,771万人、子どもの数1,677万人(15歳未満人口)出生数105万806人。1年間で総人口6万人減、子どもの数12万人減、出生数1万3705人の減少を表される少子化社会であった。(総務省統計局、厚生労働省平成24年度概況資料)

### 【社会的養護の現状】

社会的養護の子ども達の現状は、保護者のない児童、被虐待児など家庭環境上養護を必要とする児童などに対し、公的な責任として、社会的に養護を行う。対象児童は全国約4万7千人(平成24年度現在)。

全国の児童相談所における児童虐待相談対応件数は、平成23年度で約6万件であった。政令市以外を受け持つ大阪府子ども家庭センターでも、21年度は3,270件、22年度は4,820件、23年度は5,711件と全国の10%余りを占め全国最多である。

また、一時保護を行った子どもの数は5年前と比べ、1.5倍に増加しており、その対応に追われる状況は一向に変わっていない。一時保護の後、家庭に戻ることができない子

どもたちは、児童養護施設等への入所や里親へ委託され養育等をされることになる。このように、子どもたちを公的責任で社会的に養育する「社会的養護」の子ども達が増加傾向にある。

### 【全国の施設数と児童委託数等】

乳児院130ヶ所(3,000人)、児童養護施設589ヶ所(29,399人)、情緒障害児短期治療施設38ヶ所(948人)、児童自立支援施設58ヶ所(1,801人)、母子生活支援施設263ヶ所(1,972人)、自立援助ホーム99ヶ所(372人)その他小規模グループケア809ヶ所、地域小規模児童養護施設243ヶ所。( )内は平成24年度10月現在の現員数)

委託里親数3,292世帯(養育里親、専門里親、養子縁組里親、親族里親含む)、委託児童数4,295人、ファミリーホーム177ヶ所、委託児童数671人。(平成24年3月現在)

### 【大阪の施設数と児童委託数等】

児童養護施設38ヶ所(2,293人)、乳児院8ヶ所(290人)、その他情緒障害児短期治療施設5ヶ所、児童自立支援施設3ヶ所、里親家庭(養育、専門、親族、養子、等200名( )は平成23年度の委託数)。

平成24年度の大坂府(大阪市、堺市を含む)児童虐待相談対応件数の総数(速報値)は9,875件(身体的虐待、性的虐待、心理的虐待、ネグレクト含む)で全国66,807件の約

15%を占める。また、虐待対応件数の増加に伴い。一時保護件数も増加し、平成23年度の一時保護件数は2,562件となっている。

#### 【大阪の学校数の推移等】

幼稚園774園、小学校1,036校、中学校533校、高等学校（全日制・定時制）260校。

在園、在校児童数、幼稚園11万9145人、前年度より1,598人減少。小学校46万3068人、前年度より8,233人減少。中学校25万2766人、前年度より719人減少。高等学校（全日制・定時制）23万2995人、前年度より836人増加。

#### 【学校における安心出来る居場所】

このような推移の中で、各学校に社会的養護の子ども達が、在校している現状の中、登校が出来ない、クラスに溶け込めない、授業が受けられない（集中出来ない、コミュニケーションが取れない、思いを伝える事が難しく、時には、服装を乱したり、校則を守らなかつたり、大声を上げたり、物を投げたり、物を叩いたり、暴力を振るつたり、自らを傷つけたり…。）といった様々な行動を、先生に対して、クラスメートや周囲に対して、発信し思いをぶつけている子ども達もいる。

また、逆もあり、隠れたり、閉じこもったり人を避けたりする子ども達もいる。

そんな中で、教室で（先生と、友達と？一人で？）、支援学級で（先生と、友達と？一人で？）、廊下、階段で（一人で？友達と？先生と？）、職員室で（先生と？）と様々な場所で自分の居場所を探す子ども達もいる。

#### 【学校における保健室の役割】

安心出来る場所で、自然に自分の痛みを言える場所、それでいて気づいてもらえる場所、

それは全てとは言わないが、『保健室』であり、そこに居られる『養護教諭の先生』であるよう

に思う。

本来は、個々の教室であり、担任であり、クラスメートであると思われがちであるが、先にも述べたように、個々の生立ちの中で愛着を求めたり、伝えたいけれど伝えられない心の声があつたりと様々な思いの中で、ふと1対1で体の痛みを聞いてくれる場所。それは強いては心の痛みや悩みを聞いてくれる場所、時には教室に戻れず自習の出来る安心出来る場所でもある。

そして、そこに居られる養護教諭の先生に届く、子どもたちの声は担任やクラスメートを繋ぎ、関係機関を繋ぎ、強いては家庭を繋ぐ役割をも果たす。

また、近年、社会的養護の早期発見の場でもある事も事実である。

健康診断（体のあざや傷）や歯科検診（ネグレクトの子ども達に多く見られる兆候）等での早期発見にも繋がっている。

これらを考察すると、保健室の役割は単に、『社会的養護の子ども達』の居場所に留まらず、今、家庭で痛み、悩んでいる子ども達の声が、聞いてもらえる？場所ではないかと考える。

日々、社会的養護の子ども達の減らない現状の下で、毎日のように子ども達は居場所を求め、保健室を尋ねる子ども達がいる。

この『心の声』に気づき、何が出来るのか？何が出来ないのか？何故出来ないのか？

みなさんと考える場であれば幸いである。

## 学校現場で向き合う大人と子どもたち

太田 伸治（太子町立中学校 校長）

キーワード：生徒、学級、担任、居場所のある学級、秩序を作る基本的なルール、集団の中で個は育つ

**【子どもは学級においてはじめて生徒になる】**  
学校のスタートである小学校で1年生に入学したその日から授業が始まることはない。いや、授業は始まるのだがそれは学用品の出し入れや授業の始まりと終わりを知らせたりする学校生活に必要と思われる入門期の指導がなされる。中学校でもその辺りの事情はあまり変わりない。班という小集団を決め、係り活動の役割を決め、給食や掃除のルールを提示され、入門期の指導がなされる。それは学校という公の場に身を置くための準備的な学習である。「知」を主軸とする教育機関の機能から考えれば学習塾のようにすぐに教科の授業からはじめても構わない。昨今のように就学前の教育が普及していれば「それでは数学の授業を始めます。」といつても戸惑いは少ないに違いない。「慣れ」が必要だということが教師の思い込みだとしても、最初にやることは学校では教科書や学用品を準備させて、時間がきたら教室の決められた席に座ること、「学級」の中での役割分担で、それは桜咲く中で行われる「入学式」という文化に始まる儀式といつてもよく、実際に学校はそうして子どもを「生徒」たらしめてきた。

生徒となった子どもたちが必ず所属することになる「学級」は学校教育組織の基礎的な単位である。「学級」には担任がいる。自明に見えることだが、子どもたちはそこではじめて「生徒」として「先生」に出会う。朝登校すれば、まず自分の所属する「学級」の教室に行く。そこには自分の席があり、自分のものを置く場所があり、そこで授業を受け給食を食べ、他の生徒と共にそこで過ごす。同学級の生徒たちと共に生活するために、係りや当番を決め日常の学習や生活に必要な様々なルールを示される。「学級」は教室という場所において生活や学習を共にする人間関係の枠組みであり、

それは既に与えられたものとしてそこにあり（もちろん自然発生的にできたりはしない。）一人一人の生徒に学校生活を形づくるステージになる。

**【いじめも不登校も学級内関係の中で生まれる】**  
いじめも不登校も学級崩壊も、「学級」の人間のダイナミクスに応じて起きている問題である。「学級」の雰囲気がなんとなく、いじめやからかいを許容する雰囲気になっていると、いじめは起きやすくなる。学級の中に、強いものだけが生き残って、弱者が放置されるような雰囲気があると、不登校の子どもが生まれやすくなる。

重要なのは不登校にしろ、いじめにしろ、「学級」の人間関係の中で生まれているという視点である。個人の要因ももちろん関係してくるが、それは「子どもの性格的問題」とか「家庭の問題」などの個人的要因に還元できるものではない。そして、「学級」の雰囲気や人間関係を作るうえで最も大きな、直接影響を果たすのが学級担任であることは言うまでもない。

### 【教師のリーダーシップ】

「学級」の「集団作り」（雰囲気づくり）に大きな影響を与えるのが担任のリーダーシップである。リーダーシップを發揮する一つの機能は「先生はこんな学級を作りたい」という学級目標を子どもたちも巻き込んで作り、それに向かってぐいぐいと引っ張っていく力である。目標はできるだけわかりやすく具体的なほうがいい。そして担任はことあるごとに「今日はこの学級目標を達成できたか？」と子どもたちと確認し合っていくことである。子ども一人一人がこの学級目標に示された学級に成長していくことに、わたしも役に立っている、自分はこの学級で必要とされている、そんな感覚を「学級」の生徒に持たせられるようになることを担任は狙って様々な取り組みを行っていく。

「学級」のすべての子どもが「この学級で必要とされている」と感じることができる学級を作っていくことで、「学級」の中に居場所ができ不登校の生徒は減っていき、子どもたちの気持ちも満たされ、いじめも起きにくい。

「毎日学校に来ているけど、授業もよくわからぬし、学級にいても楽しくない。」「何のために学級にいるかわからない。」そんなイライラを解消するために、特定のターゲットを見つけて、いじめに走る。いじめは多くの場合、欲求不満の解消の一つの手段である。いじめをなくすにはイライラした子どもがいない学級を作ること、すべての子どもが「私はこの学級で必要とされている」感覚を抱くことのできる集団を作っていくことである。教師が発揮すべきリーダーシップのもう一つの大きな機能は、ルールを守らせ「学級」の中に、秩序を作っていくことである。ルールが守られた秩序ある「学級」の中では、精神的に弱い子でも脅えることなく安心して暮らせる。安全・安心な場として学級が機能するためには、基本的なルールが確立されなければならない。例えば「人の話を聞けない」ことで4月当初から授業中の「ちょっとしたざわつき」を止めていないと、5月・6月には「絶えずどこかでざわざわが途切れない」のが当たり前になってしまう。常態化した「ざわつき」は早ければ1学期の間に、遅くとも10月・11月には「爆発」し、秩序も崩壊する。

#### 【関係性を高める、集団性が高まる】

ルールは守られていても活力がないおとなしい「学級」、一人一人が生かされていないと感じる「学級」では子どもたちの居場所になっているとは言えない。担任が目指すのは担任と子ども、子どもと子どもの心のつながり、関係性を高めることである。100mを走るとき、授業でタイムトライをしても走力のある一部の生徒しか盛り上がらない。体育大会などで学級対抗リレーとなると、走力に関わらず盛り上がる。学級全員リレーなどはこの手の行事の定番である。「学級」のみんなが自分を応援してくれる中、「学級」のためにみんな全力を尽くす。このような行事を担任は大切に考

えている。集団性が高まることは、生徒だけでなく担任にも大きな達成感をもたらす。「○○中、最高のクラス！」ということになる。

「学級」でいじめの温床となる「スクールカースト」が形成されたり、過度な同調圧力が生まれたりするのは共同関係づくりが欠如し、子どもたちのむき出しの力関係がそのまま学級集団の秩序となってしまう。そのため望ましい集団性を高める行事を担任は歓迎し、行事による集団作りが聖域化していく。

#### 【学校の課題意識はどこにあるのか】

平成25年度「調査研究報告書」(全日本中学校長会編)によると、第2部調査1「健全育成の推進・充実のための研究、当面する生徒指導上の課題への対応」の1、(1)中学生の心(意識や行動)の変化の表れとして、特徴的なことは何だと思われますか。とのアンケートに第1位は「人間関係づくりが不得手」(72.6%) 2位は「言葉による自己表現が苦手」(64.9%) である。(3)生徒同士の好ましい関係を作る能力を身に付けるためには、どのような実践が効果的だと考えるか。との質問には1位が「人間関係づくりをねらいとした学年・学級づくり」(81.3%)、2位が「授業における生徒同士のコミュニケーション活動の重視」(68.2%) 3位が「部活動における人間関係づくりに重点を置いた指導」(54.6%) となっている。かくして、行事と部活動に熱心に取り組む熱血先生というタイプが学校でもてはやされることになる。同じくこの調査2特別支援教育推進上の課題への対応の2通常の学級に在籍する発達障害のある生徒への教育的支援について(2)貴校では発達障害のある生徒に対して通常の学級ではどのような教育的支援を行っていますか、という問い合わせにダントツの1位は「学級担任の個別的な配慮で対応している」(73.3%)で解決するための対応として1位は「指導できる教員の増配置」(75.6%)である。担任は個別的な配慮による「指導上の困難」な状況に直面している。

#### 【注意されることが嫌だ】

1学期の始め、クラス替えがありまだお互いがよ

くわからないような時期に一人の女の子がA男に苦情を言った。取るに足らないようなことだったので聞き流したらA男は激怒した。「なんや、お前は！調子に乗りやがって！」というようなことをまくし立てた。言っている内容は理屈にもならないもので自分勝手なものだが、相手を罵倒する物言いは有無を言わせぬ凄味があった。とにかくその場を収めるため、「何を勝手なことを言ってる。言いたいことがあるならきちんとした言い方で言え。」と「担任」の私も声を張り上げてA男に向かうしかなかった。A男に苦情を言った子は涙ぐんでいた。A男はぶつぶつと捨て台詞を言いながら、場を離れた。「担任」としてこの子をどう指導したらいいか、それ以前にどうかかわればいいか、まったくわからなかつた。「担任」の「学級」における指導方法は問題を持つ子どもに直接指導するというより、例えば生活目標や掃除や係りの仕事という「学級」を動かすシステムを作り、その活動を通して子どもたちのかかわりの中で、子どもたちの力を高めあっていこうとする。「担任」からみてA男に悪い感情は持っていたが、特に共感を感じることもなかつた。そんなA男と周りの子がどのような関係を作っていくのか、そこに「担任」がどのようにコミットしていくのか、全く予想ができなかつた。

そんな中、行事の取り組みの中で問題が続々と起つてきた。全くやる気を見せないA男とA男に同調する数名の男子は練習に参加したのはいいが、ふざけて誰かが転ぶと面白がつて今度はわざと転んだりする。だらけたり、決められたことも守らないという気分に乗じて、「学級」は怠惰と自分勝手に流され漂流する。周りから注意されても、担任が出て、「ふざけていない」という。自分の言動を問題にされると、事実を曲げてでも自分を守ろうとする。たとえ事実を認めても、「ふざけていない」と悪い気持ちでやつたのではないという。結果として行動を正当化しようとし、決して「反省」はしないし「反省」にもならない。

練習終了後、体育館でA男と二人きりになった。ここは「担任」の勝負どころである。こちらの考

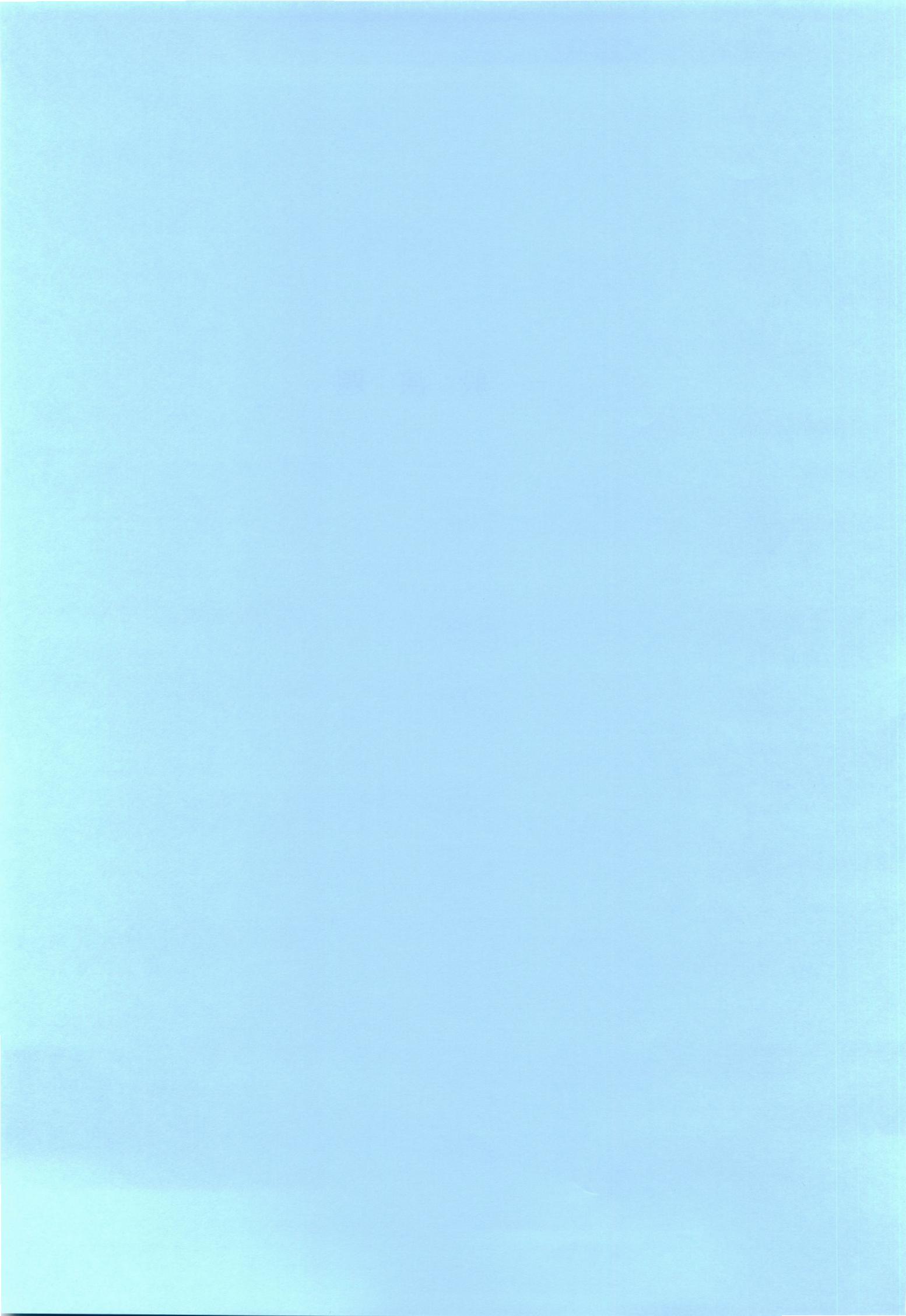
えを前面に出せば、A男の気持ちは「担任」からも「学級」からも離れ背を向けることは確実である。一喝することで表面的な解決を図つても教師の子どもを鍛えるという視点を持った「主体性」の範疇から離脱していく。そして、断絶した関係性の中、子どもたちはとめどなく荒れしていく。

#### 【集団の中で個は育つ】

「主体性」という言葉は子どもにはあまり使わないが、何もないところから「主体性」も生まれない。もちろん「主体的になれ！」と訴えたり「いかに主体的になることが大切か」と諭したところで何ら意味を持たない。それどころか、訴え諭することが観念としてだけ子どもの中にに入っていくと、子どもは自分を変えることなく、主体的に生意気になっていく。子どもたちの言い分を尊重したり、行動の意味を考えさせようすることは大切なことだと思われているが、今ある子どもをそのまま認めることからは、決して主体性は生まれない。教師に子どもを変える思想性とメント（動き）がなければ子どもは今ある自分から抜け出せない。子どもの言い分を尊重したり、認めるとは、方法論としては有効であるが、そこに教師の子どもを主体として鍛えるという思想性がなければ子どもを変える、子どもが変わるメントは作りようがないのである。

行事の取り組みで、できないからと言って何度も何度も練習している子どもの姿を見たとき、「担任」として心を打たれるときがある。これは教師の決して妥協しないという強さ、厳しさが子どもに伝わり、それに子どもたちが呼応したのであろう。子どもたちはあらんかぎりの力を出し、もしかしたら自分たちの力を超えていたかもしれない。それが結果として成功しなくとも、そのプロセスで子どもたちは集団の中で成長したことに意義がある。うまくいかなかつたら子どもたちに対して「自分が悪かった」と「担任」が頭を下げればいい。子どもはそうした教師の姿を見て何かを感じるはずである。集団を指導する学校ならではの教育力がここにある。

## 一 般 演 題



## 中学生の生活習慣病の予防と食物摂取頻度との関連

○藤原 寛（京都府立医科大学小児科）、井上文夫（京都教育大学体育学科）

keyword : 中学生、生活習慣病・食物摂取頻度、健康教育

**【目的】**第二次食育基本計画では、「食育の推進に関する施策についての基本的な方針」として、「3つの重点課題」を提示している。その1つに「生活習慣病の予防及び改善につながる食育の推進」とし、「栄養バランス等に配慮した食生活を送っている国民の割合の増加」を目標としている。現在、生活習慣病の予防と改善は国民的課題であり、特に、食習慣の乱れに起因する動脈硬化性疾患が成人期以降に発症する頻度は高い。しかし、食習慣は成人になってからの改善は難しく、成長期から望ましい食習慣を身につけておくことが重要である。そこで、本研究は、中学生の日常的な食品の摂取頻度の実態と生活習慣病との関連指標との関連性を検討し、今後の健康教育推進の一助とすることを目的とした。

**【対象と方法】**調査対象は、0市S中学校の生徒で、循環器疾患、糖尿病、脂質異常等の既往歴のない682名（男子360名、女子322名）を対象とした。測定および検査項目は、健診時に身長、体重、腹囲とともに体脂肪率、血圧、PWV、ABI、骨量、貧血度を計測し、肥満度は年齢別、男女別標準体重法により算出した。食習慣に関する調査は、日常的に摂取する頻度の高い食品から20品目を選択し、「毎日食べる」「ほぼ毎日食べる」「食べる日と食べない日が半々」「あまり食べない」「食べない」の5件法により比較検討した。肥満関連指標や各種測定結果の統計的分析は、関連する2群間の平均値の差の検定はstudent-t検定、3群間比較にはFriedman検定、2群間の関連性はPearsonの単相関係数を用いた。食習慣調査の分析では、学年、性別、体格指標を独立変数として一元配置分散分析、クロス集計は $\chi^2$ 検定を行い、各検定の有意水準は $p<0.05$ とした。尚、倫理面への配慮として、当該校の教職員の理解と全面的な協力と保護者および本人の同意を得て行い、個人特定情報を削除して統計処理を行った。

**【結果】**1. 身体計測値の学年別比較では、肥満度は正規分布を示し、平均肥満度は男子 $-0.7 \pm 16.6\%$ 、女子 $-1.1 \pm 15.5\%$ で有意な差はなかった。体脂肪率は全学年とも女子の方が有意に高値を示し、肥満度 $20\% \leq$ の肥満群は全体では12.8%で比較的男子に多くみられた。一方、肥満度 $\leq -20\%$ の痩せ群は全体では4.2%で、女子に多い傾向がみられたが有意な性差はなかった。2. 日常的な摂取食品の男女別比較では、全体として、米飯や麺類などの炭水化物を摂取し、蛋白質は肉類と魚類を偏りなく摂取していたが、牛乳や大豆製品、海藻の摂取頻度は低かった。また、全体的にレトルト製品の使用頻度は低かったが、スナック菓子やジュース類の摂取習慣は「有る・ない」に分かれた。男女比較では、米飯、パン類、鶏卵、乳製品、味噌汁などに男女差はなかったが、麺類、肉類、魚類、揚げ物類、レトルト食品の摂取は男子の方が有意に多く、女子が有意に多かった摂取食品は緑黄色野菜や清涼飲料などの摂取頻度であった。3. 体型と摂取食品の関連性では、痩身群は米飯や麺類など炭水化物の摂取頻度が有意に少なく、肥満群は、肉類や揚げ物類など脂質を多く含む食品の摂取頻度が有意に多かった。

**【考察】**0市への生活習慣病予防対策事業としての効果的な介入方法に関する研究は8年目を迎えたが、これまでの調査結果では、バランスの良い食事が出来ていない、食の洋風化による高エネルギー食の増加、低脂肪で食物繊維の多い和風食の減少、夜型生活習慣による悪しき食習慣などが学校生活や学習効果の妨げになっていた。よって、本研究から今後の食育指導として、食行動への関心の方向性を身体づくりや食の安全、安心など身近な事柄に向けた食育活動の内容の充実を図ることで、心の栄養となり精神的に安定した生活が活力となって、楽しい学校生活が過ごせるのではないだろうかと考えている。

## 登校忌避感情と生活習慣との関連～食生活を中心として～

○井上文夫<sup>1</sup>, 藤原寛<sup>2</sup>, 浅井千恵子<sup>3</sup>, 森孝宏<sup>1</sup>

<sup>1</sup>京都教育大学, <sup>2</sup>京都府立医科大学, <sup>3</sup>花園大学

キーワード：登校忌避感情，生活習慣，食生活，中学生

**【目的】**問題行動や心の問題については食生活の観点からも研究されている。しかし、登校忌避感情の高い児童・生徒、つまり不登校になる可能性がある子どもの食生活についてはまだ十分に研究されていない。本研究では京都府内の中学生を対象として、登校忌避感情がある生徒の生活習慣を、主として食生活を中心として検討を行い、それらが登校忌避感情にどのように関連しているかを明らかにすることを目的とした。

**【方法】**研究対象は京都府内の公立中学校2校に通う、1年生から3年生の生徒727名（男子346名、女子318名：1年134名、2年410名、3年120名）である。

研究方法として、無記名によるアンケート調査を実施した。調査内容は学年、性別、所属クラブ、生活習慣についての質問、食生活についての質問、食事の質についての質問、登校忌避感情についての質問など全43項目を設定した。食事の質の質問は川崎の文献を、登校忌避感情を測る尺度としては、古市の学校ぎらい感情測定尺度と学校生活享受感測定尺度を参考に作成した。統計処理には、統計ソフトSPSS Statistics18を用いた。クロス集計を使用し、有意差を見るために $\chi^2$ 検定を行った。度数分布を利用して登校忌避感情を高群（80パーセンタイル以上）、中群（20～80パーセンタイル）、低群（20パーセンタイル未満）の3群にわけた後、各質問項目との関連について検討した。

**【結果】**登校忌避感情において男女間の差は見られなかったが、男女によって、登校忌避感情に影響を与える要因は異なった。学年が上がるにつれ登校忌避感情は高く、生活習慣や食生活は学年が上がるにつれて悪くなる傾向が見られた。運動頻度が低いほど、就寝時間が遅いほど、携帯電話使用頻度は高いほど登校忌避感情が高い生徒の割合が高かった。食事を一人でするもの、食事中に会話のないものでは登校忌避

感情が高かった。間食・夜食の頻度の高いものや好き嫌いの多いものでは登校忌避感情が高かった。食事の質が良好なほど、食習慣は良好であり、登校忌避感情は低くなっていた。

**【考察】**今回の結果から家族と共に楽しく食事をすることが、登校忌避感情に大きく影響を与えてることがうかがえ、好き嫌いの多い生徒の方が登校忌避感情は有意に高くなっている、好き嫌いによる野菜不足や糖分過多などの栄養バランスの悪さが攻撃性を高めている可能性が考えられ、実際の不登校生徒でも顕著に見られると報告されている。

生活習慣では運動が、食生活では食事の様子が登校忌避感情に影響を与えていた。「心の健康」に及ぼす影響は、「食事の質」ばかりではなく「共食頻度」や「食卓の雰囲気」の3つの説明変数で関連づけられると報告されている。単に栄養バランスの良い食事をとればよいのではなく、家族で食卓を囲んで食べる食事、家族間でコミュニケーションがみられる食事というものが、中学生の生徒の登校忌避感情に大きな影響を与えることが明らかになった。これらのことから、家庭環境の問題が重要と推測され、保護者との連携で食生活を見直すことや、生徒たちへの食育で、家族間のコミュニケーション量の確保を促す必要があるという課題が示唆された。本研究の限界として、2年生が他学年と比べて多かったこと、アンケートを11月に行なったために3年生がクラブを引退した後だったこと、登校忌避感情の得点の分け方を20パーセンタイルと80パーセンタイルの部分で区切ったこと、家族機能について調査できなかつたことなどが挙げられた。

**【文献】**1)川崎末美：食事の質、共食頻度、及び食卓の雰囲気が中学生の心の健康に及ぼす影響 日本家政学会誌 52, 10, 923-935, 2)古市裕一：小・中学生の学校ぎらい感情とその規定要因 カウンセリング研究 24, 123-127, 1991

## 養護教諭養成課程の学生による下宿学生の食育指導の効果について

○ 楠本久美子 1)、大川尚子 2)、長谷川積美 3)

1) 四天王寺大学、2)関西福祉科学大学、3)大阪府立藤井寺保健所

キーワード：食育 大学生 下宿生

**【目的】**養護教諭養成課程における「養護実習指導」の授業において、チームティーチング形式の模擬「集団保健指導」を毎年行っている。昨年度から学生食堂を利用する1年生の「学生向けの食育指導」をボランティア活動を兼ねて集団・個別保健指導および料理講習会を行い、特に下宿学生たちの食生活の改善に取り組んだ結果、1年経過後においても下宿学生は自宅通学生よりも「朝食欠食」がなく、「全然食べなかった魚、野菜、牛乳」を食べるようになっていて、自宅通学生との間にそれぞれ5%有意水準で有意差が認められた。また多くの下宿学生及び自宅通学生ともに、「先輩との交流ができて良かった」「栄養バランスがよく理解できた」と回答していて、食育指導の成果が見られた。

**【方法】**平成25年度の4月中旬に、学生食堂を利用する1年生150人(男67名、女83名)に食生活の改善を希望する下宿学生36名(男10名女26名)を募り、5月上旬に栄養バランスこまを利用した食育指導と料理講習会(野菜が多いカレーライス)を行った。実施前の1週間前と1年後の5月中旬に無記名の自記式調査を行った。

**【結果】**表1は、食育指導と料理講習会を行う1週間前と1年後の食生活について無記名の自記式

調査を行った結果である。食育指導と料理講習会前では、下宿生よりも自宅通学生の方が朝食を欠食している学生が多く、5%有意水準で有意差が認められたが、受講後は下宿生、自宅通学生とともに欠食者が減少していた。望ましい食生活のあり方や特に栄養バランスの摂取に関する知識は、下宿生全員が知識がなく、自宅通学生との間に5%有意水準で有意差が認められたが、受講後1年経過しても栄養バランスの知識は下宿生、自宅通学生ともに全員の学生が有していた。下宿生は受講前では魚を一切食べない学生が多く、自宅通学生との間に5%有意水準で有意差が認められたが、受講1年後は、魚を食べない下宿学生ではなく、自宅通学生の18名だけに減少していた。心がけて食べたい食品は、下宿生と自宅通学生ともにほぼ同じ傾向があつて野菜と牛乳・乳製品であったが、受講1年後は、下宿生が野菜を心がけて食べたいと意識していて、自宅通学生との間に5%有意水準で有意差があった。

**【考察】**食育指導と料理講習会を1年生の下宿生に行った結果、下宿生は積極的、実践的に食生活の改善が見られ、食べなかった魚の摂取や心がけて野菜等を摂取する姿勢は指導の効果があったと考える。

表1. 食育指導と料理講習会1週間前と1年後の食生活の変化 ( )は%、\*は5%有意水準

		25年度 男子 n=67、女子 n=83		26年度 男子 n=67、女子 n=83	
		下宿生 n=36	自宅通学生 n=114	下宿生 n=36	自宅通学生 n=114
朝食欠食あり		4(11)	*88(77)	0(-)	49(36)
栄養バランスの知識無し		*36(100)	79(69)	0(-)	0(-)
魚 食べない		*28(77)	36(26)	0(-)	18(15)
心がけて食べたい食品	野菜	16(44)	60(52)	*30(83)	59(51)
	牛乳乳製品	16(44)	48(42)	24(66)	68(59)

## 大学生の朝食摂取状況と生活習慣の関係に関する研究

○奥野紗織<sup>1)</sup>、小原久未子<sup>1)</sup>、甲田勝康<sup>2)</sup>、藤田裕規<sup>2)</sup>、間瀬知紀<sup>3)</sup>、宮脇千恵美<sup>4)</sup>、中村晴信<sup>1)</sup>

<sup>1)</sup>神戸大学大学院人間発達環境学研究科、<sup>2)</sup>近畿大学医学部公衆衛生学

<sup>3)</sup>京都聖母女学院短期大学児童教育学科、<sup>4)</sup>平安女学院大学短期大学部

キーワード：朝食、生活リズム、健康意識、大学生

### 【目的】

我が国における朝食の欠食率は、平成23年度国民健康・栄養調査によると、年次推移で男女共に増加傾向であり、20歳代において最も高くなっていた。朝食の欠食は健康に影響を及ぼすとされ、種々の健康づくりプログラムにおいても朝食を摂取することが推奨されている。しかしながら、朝食欠食が健康に及ぼす影響や、朝食摂取に関連する要因については十分にエビデンスが蓄積されたとは言えない。

そこで、本研究においては、朝食欠食率が高い20歳代として大学生を対象とし、朝食摂取状況および生活習慣、運動、健康意識等について質問紙調査を行ったので報告する。

### 【方法】

対象者は、滋賀県のA大学に在学する学生220名（男子137名、女子83名）であった。調査は2013年5月に実施した。

対象者に対して、大学の授業時間内に質問紙を配布し、その場で記入させ、回収した。対象者には、調査の目的及び方法を口頭で説明し、回答を持って同意を得たものとした。回答は無記名とし、また、質問紙が他の対象者から見えないように配慮して回収を行い、個人情報の保護に努めた。

調査項目については、性別、年齢、居住形態、などの基本属性に加え、朝食の摂取状況と摂取内容、生活習慣調査（睡眠状況、運動習慣）、健康意識等であった。尚、調査を行うにあたり、事前に大学4年生8名を対象に質問紙を配布し、プレ調査を行い、得られた回答をもとに質問内容を改正し、本調査を行った。

得られたデータの統計処理にはSPSS version 19（日本アイビーエム、東京）を使用した。平均の比較は、順序尺度に対してはMann-Whitney U検定を用い、連続変数に対してはStudent-t検定を実施した。割合の差の比較には $\chi^2$ 検定を実施した。有意水準は5%とした。

### 【結果】

本研究における結果として、男子学生と比較して女子学生の方が有意に朝食摂取率は高く、性別における朝食摂取状況の違いが確認された。毎回の朝食にかける平均時間については、15.6±7.8分であった。1週間のうち1回でも朝食を欠食する日がある場合、その理由について、「時間が無い」55.2%、「食欲がない」21.1%、「昼過ぎに起きる」17.1%の順であった。また1週間の朝食摂取状況から朝食摂取群と朝食欠食群の2群に分けたところ、居住形態については、一人暮らしの者において朝食欠食率が有意に高かった。睡眠状況については、夜型の学生の方が朝食欠食率が有意に高く、目覚めの気分と熟睡度が有意に低かった。健康意識については、朝食摂取群において有意に健康増進行動への意識が高かった。運動習慣においては有意な結果はみられなかった。

### 【結論】

大学生を対象に朝食の摂取状況と内容・生活習慣調査・甘味関心度の調査を行った。結果として、運動習慣と朝食摂取については関連性がみられなかったが、居住形態、睡眠、健康意識との間で関連性がみられた。従って、生活リズムに加えて、健康意識が大学生の朝食摂取状況に関連している可能性が考えられる。

## 養護教諭志望学生への経年的「授業通信」の発行とその効果

○古角好美 大阪女子短期大学

キーワード：養護教諭養成 授業通信 養護概説

### 【目的】

養護教諭の免許状は教育職員免許法第5条別表第2により規定されている。養護教諭2種免許状取得のためには、養護に関する科目（24単位）、教職に関する科目（14単位）及び養護又は教職に関する科目（4単位）の修得が必要になる。のことから短期大学生にとっては、2年間で履修しなければならない科目数が多く、学習内容の理解や定着化が危惧され、一部学生の授業参加意欲の低下が懸念された。

その状況を改善する方略として古角<sup>1)</sup>は、単年度における養護教諭志望短期学生への授業通信の試行による教育効果とその影響を多面的に検討した経緯がある。

本報告においては、3年間にわたる「授業通信」の発行を継続してきたことを踏まえ、その教育的効果について再検討することを研究の目的とした。

### 【方法】

- 1 発行時期 2011～2013年度の3年間 毎年4～7月 1週間に1回の割合で授業通信を発行
- 2 対象者 養護保健コース1年（女子）1年目32名・2年目17名・3年目19名（質問紙有効回答者）
- 3 科目 「養護概説」免許必修科目 2単位
- 4 発行内容 各時間の授業内容の要点 受講学生の感想及び意見 連絡事項 応援メッセージ等
- 5 質問紙 藤田ら<sup>2)</sup>の「藤のたより尺度（以後、授業通信尺度）」の5下位尺度 3項目ずつ 6件法

### 【結果と考察】

授業通信尺度における下位尺度ごとの項目は6件法で評定されている。評定値の意味的な中央値3.5点を基準にすると、全ての下位尺度ごとの3項目の平均値が10.5点となる。経年にどの年次においてもその基準を上回ることから授業通信は受講者から肯定的な回答を得ていることが推察できた（表1）。

次に、3年間（68名）の受講者を対象に授業通信尺度における下位尺度得点を用いてピアソンの相関係数を求めたところ、5つの下位尺度間には有意な中程度から強い正の相関が認められた。この結果から総合的に解釈すると、授業内容を再確認する授業通信を毎週学生が目にしたことは、通信への興味や

関心（好意）となり、学習内容を復習できる媒体であることから、教職への高い関心と自分が職に就いた折には通信を発行したいと考えるようになる関係性が予想され、それにより授業参加への積極性につながる関連性が推察できた。このように学生への授業通信の発行は、肯定的な評価につながる可能性や関係性が推測された。以上のこととは先行研究<sup>1)</sup>でも同様の結果であった。

次に、年次ごとの授業通信尺度の下位尺度間の変化をみるために、質問紙による個人の得点を算出し、一要因の分散分析により統計的な検討を行った。「授業運営ツール機能」と「教育・教職への関心」に主効果が認められた。そこで、多重比較（5%水準）を行ったところ、表1のように「授業運営ツール機能」においては1年目と3年目、また、「教育・教職への関心」でも2年目と3年目において、有意な得点の増加となつた。

表1 養護概説における授業通信下位尺度間の年次比較 2013.7

	1年目 N=32		2年目 N=17		3年目 N=19		主効果	多重比較
	M	SD	M	SD	M	SD		
1好意関係	15.03	3.14	16.18	2.51	16.26	1.91	1.66	
2内容補完	15.03	2.62	14.76	2.44	16.11	1.82	1.72	
3運営道具	12.28	2.95	12.35	2.91	14.26	2.31	3.40*	1年<3年
4意欲関与	12.06	3.45	11.71	2.93	13.84	2.77	2.57	
5教職関心	14.72	2.58	14.00	2.40	16.05	2.37	3.26*	2年<3年

\*p<.05

先行研究<sup>1)</sup>において、1年目発行の授業通信は、それへの好意や授業内容の理解及び教職への関心に比べ、授業への積極的な出席意欲や運営ツールとしての機能を喚起するようなものになりにくいことが確認された。そこで、3年目発行の授業通信においては、特に前時の内容を想起するための媒体だけに留めず、次時への導入ワークシートとして教材活用した。そのような改善策により有意な得点の増加となり、その波及効果として教職への関心も高まったと推察する。今後、更に受講者目線に着目し、授業意欲を高めるための媒体として、授業者と受講者の双方向性を重視した通信づくりが必要であると考える。

### 文献

- 1)古角好美 養護教諭志望学生への「授業通信」の試行とその効果－短期大学生への取り組みを通して－ 日本養護教諭教育学会誌, 16, 53-60, 2012
- 2)藤田哲也, 溝上慎一:授業通信による学生との相互行為 I 学生はいかに「藤のたより」を受け止めているか, 京都大学高等教育研究, 7, 71-87, 2001

## 中学生における朝型-夜型生活リズムと起立時の自律神経活動との関連

○青地由梨奈<sup>1)</sup>、森下美佳<sup>1)</sup>、宮井信行<sup>1)</sup>、内海みよ子<sup>1)</sup>、内川友起子<sup>1)</sup>辻 あさみ<sup>1)</sup>、寺田和史<sup>2)</sup>、森岡郁晴<sup>1)</sup>、武田眞太郎<sup>2)</sup>、宮下和久<sup>2)</sup><sup>1)</sup> 和歌山県立医科大学大学院保健看護学研究科、<sup>2)</sup> 天理大学体育学部<sup>3)</sup> 和歌山県立医科大学医学部衛生学教室

キーワード: 中学生、朝型-夜型生活リズム、自律神経活動

**【はじめに】**近年、中学生においても生活が夜型化して、就寝時刻が遅延するとともに睡眠時間も短縮傾向にある。このような睡眠-覚醒リズムの変化は、全身倦怠感、集中力低下、不安・抑うつななどの身体的・精神的症状を招くとされているが、その発現には自律神経系のバランスの不調状態が関与することが示唆されている。そこで本研究では、中学生を対象に朝型-夜型の生活リズムが起立時の自律神経活動に及ぼす影響を検討した。

**【対象と方法】**対象者は和歌山県内の某中学校に在籍した12~15歳(13.4±1.0歳)の生徒138名(男子63名、女子75名)であった。睡眠-覚醒リズムを含む生活パターンは、Torsvall & Akerstedtの朝型-夜型質問紙日本語翻訳版を用いて評価し、7項目(各1~4点)の合計得点(ME得点)をもとに、夜型(~14点)、中間型(15~19点)、朝型(19点~)を判定した。

起立負荷試験は午前中に実施し、座位(2分)から能動起立して立位姿勢を維持し(2分)、その後に座位姿勢(1分)をとる方法で行った。試験中は自律神経解析用心拍計(クロスウェル製LRR-03)を用いて心電図R-R間隔を記録し、時間領域解析(CVRR)と周波数解析(FFT)を行って自律神経機能を評価した。また、起立に伴う反応の指標として、A:座位CVRR(自律神経活動の大きさ)、B:座位L/H(自律神経のバランス)、C:起立∠CVRR(起立時の自律神経の増加度)、D:起立∠L/H(起立時の交感神経の亢進度)、E:立位∠CCVHF(起立後の副交感神経の回復度)を求めた。

さらに、小児起立性調節障害(OD)研究班による診断票を用いてOD関連症状(大症状5項目、小症状6

項目)の出現頻度を調査し、ODの有無を判定した。

統計解析にはSPSS ver. 17.0Jを使用し、統計学的有意水準は5%とした。

**【結果と考察】**対象者のME得点は7~26点の範囲に分布し、平均は15.7±3.8点であった。朝型-夜型生活パターンでは、夜型52名(37.7%)、中間型58名(42.0%)、朝型28名(20.3%)となり、朝型よりも夜型の頻度が高かった。また、女子では男子に比べてME得点が低値を示し(16.5±3.8点 vs. 15.1±3.8点, p<0.05)、夜型の割合も有意に高かった(28.6% vs. 45.3%, p<0.05)。

ME得点の3群で起立時の自律神経反応の指標を比較すると(表)、座位CVRR、座位L/Hでは一定の傾向を認めなかつたが、起立∠CVRR、起立∠L/H、立位∠CCVHFでは、朝型、中間型、夜型になるにつれて連続的に低値となる変化がみられ(p<0.05 for trend)、夜型では朝型や中間型に比べて起立に伴う自律神経活動が相対的に低く、交感神経と副交感神経の切替えとその後の回復が不十分であることが示された。また、OD関連症状の訴えを比較すると、個人における大症状と小症状の陽性数の平均は朝型<中間型<夜型の順に高くなる傾向にあり、夜型ではOD陽性者の頻度が最も高く、朝型との間に有意な差が認められた。

**【結論】**中学生においても、生活の夜型化に伴う睡眠-覚醒リズムの乱れは自律神経系の日内リズムに影響を与え、午前中を主とした日中覚醒時の自律神経系の調節のアンバランスやそれに伴う心身の不調をもたらす可能性があることが示された。

表. 朝型-夜型生活リズムと起立時の自律神経反応および起立性調節障害症状の関連

	夜型(n=52)	中間型(n=58)	朝型(n=28)	P for trend
睡眠状況 <sup>a</sup>				
就寝時刻(時・分)	23時27分±42分*** ††	22時58分±30分***	22時5分±36分	<0.001
起床時刻(時・分)	7時12分±30分*** †	6時59分±30分*	6時39分±30分	<0.001
起立時の自律神経反応 <sup>b</sup>				
座位CVRR	6.1±1.8	6.3±1.8	5.3±1.8	0.305
座位L/H	3.6±2.7	2.7±2.7	3.4±2.7	0.499
起立∠CVRR	1.2±2.1	1.4±2.1	2.4±2.1	0.015
起立∠L/H	1.9±3.4**	2.9±3.4**	5.3±3.4	<0.001
立位∠CCVHF	-3.2±7.8** ††	1.7±7.8	5.0±7.8	<0.001
起立性調節障害症状				
大症状(個) <sup>a</sup>	1.2±1.0**	0.8±1.0	0.4±0.6	0.001
小症状(個) <sup>a</sup>	0.9±1.1	0.5±0.8	0.4±0.7	0.015
起立性調節障害陽性 <sup>c</sup>	17(32.7)**	9(15.5)	1(3.6)	0.004

平均±標準偏差、人数(%) \*p&lt;0.05, \*\*p&lt;0.01, \*\*\*p&lt;0.001(vs. 朝型), †p&lt;0.05, ††p&lt;0.01(vs. 中間型)

<sup>a</sup>一元配置分散分析、<sup>b</sup>共分散分析:性を補正、<sup>c</sup>χ<sup>2</sup>検定(多重比較はBonferroniの修正による)

## 中学生における睡眠状態とストレス症状との関連

○森下美佳<sup>1)</sup>、青地由梨菜<sup>1)</sup>、宮井信行<sup>1)</sup>、内海みよ子<sup>1)</sup>、内川友紀子<sup>1)</sup>

辻 あさみ<sup>1)</sup>、戸村多郎<sup>2)</sup>、森岡郁晴<sup>1)</sup>、武田眞太郎<sup>3)</sup>、宮下和久<sup>3)</sup>

<sup>1)</sup> 和歌山県立医科大学大学院保健看護学研究科、<sup>2)</sup> 関西医療大学保健医療学部

<sup>3)</sup> 和歌山県立医科大学医学部衛生学教室

**キーワード:** 中学生、睡眠、ストレス症状

**【はじめに】** 中学生の時期は第2次性徴を迎える、精神面でも様々な発達課題に直面しやすい。また、生活中でも多様な変化を体験し、心理的に不安定となりやすいとされている。一方、生活の夜型化に伴う就寝時刻の遅延や睡眠時間の短縮は、日中の眠気を誘発して学習効率を低下させるだけでなく、疲労感、憂うつ感、不機嫌・怒り、無力感といった種々のストレス症状をもたらすことが指摘されている。そこで本研究では、中学生を対象に睡眠の状況を把握するとともに、睡眠の質の低下とストレス症状との関連について検討した。

**【対象と方法】** 対象者は、和歌山県内の某中学校に在籍した生徒241名（男子110名、女子131名、平均年齢13.5±1.0歳）であった。睡眠状況は、ピッツバーグ睡眠調査票日本語版（PSQI）を用い、就寝時刻、起床時刻、入眠時間、実際の睡眠時間、睡眠困難感、睡眠の自己評価の6項目を調査した。また、各質問的回答から、睡眠の質、入眠時間、睡眠時間、睡眠効率、睡眠困難の5つの要素について得点化（0～3点）し、PSQIの合計得点（0～15点）を算出した（高値ほど睡眠の質が低い）。

ストレス症状は、岡安らの中学生用ストレス反応尺度（簡易版）を用いて調査し、4つの下位尺度（身体症状、抑うつ・不安、不機嫌・怒り、無力感）について各4項目計16項目の点数（0～12点）とその合計得点を求めた。

統計解析にはSPSS ver16.0Jを使用し、群間の比較にはt検定とMann-WhitneyのU検定を用いた。また、性別とPSQI（睡眠の質）がストレス症状に及ぼす影響を検討するために2元配置分散分析を行った。有意水準は5%とした。

**【結果と考察】** 対象者における睡眠の状況を男女別に表1に示した。女子は男子に比べて、就寝時刻が17分遅く、起床時刻が46分早くなっている、実睡眠時間も27分短かった。一方、入眠時間や睡眠効率（実睡眠

時間÷床内時間×100）は男女間で有意な差はみられなかった。PSQIの5つの要素の得点をみると、女子では、睡眠の質、入眠時間、睡眠時間などの得点が高く、合計得点も有意に高値となった。

PSQIの合計得点の中央値を基準に対象者を低値群（2点以下：睡眠良好）と高値群（3点以上：睡眠不良）に分け、両群間でストレス症状についての身体症状、抑うつ・不安、不機嫌・怒り、無力感の下位尺度得点とその合計得点を2元配置分散分析（性別とPSQI）で比較したところ（表2）、性別では無力感を除いて、PSQIではすべての下位尺度で有意な主効果が認められた。また、その効果量は性別よりもPSQIにおいて大きい傾向にあった。なお、性別とPSQIの2要因の交互作用は認められなかった。

**【結論】** 中学生の場合も就寝時刻の遅延や睡眠時間の短縮による睡眠の質の低下は、倦怠感や疲労、抑うつ・不安、集中力低下などのストレス症状と強く関連することが示された。したがって、それらの改善を促すには、良質な睡眠の確保とストレスの軽減のための支援を相互に関連づけて進めることが必要であると考えられた。

表1. PSQIによる対象者の睡眠状況

	男子(n=110)	女子(n=131)
就寝時刻	23時2分(56分)	23時19分(52分)*
起床時刻	7時42分(29分)	6時56分(30分)*
床内時間	8時間2分(51分)	7時間37分(50分)*
実睡眠時間	7時間39分(54分)	7時間12分(51分)*
睡眠効率	95.3%(5.7%)	94.9%(6.2%)
入眠時間	13分(12分)	15分(15分)
PSQI合計得点	2.2点(1.6点)	2.9点(1.9点)**

平均(標準偏差) \*p<0.05, \*\*p<0.01(vs. 男子)

表2. PSQIの高値群と低値群によるストレス症状の比較

ストレス症状	男子		女子		性別(F値)	PSQI(F値)	性別×PSQI(F値)
	低値≤2点 (n=68)	高値≥3点 (n=42)	低値≤2点 (n=64)	高値≥3点 (n=67)			
身体症状	0.99(1.43)	3.02(2.09)	1.55(1.84)	3.79(3.11)	5.18*	53.75***	0.12
抑うつ・不安	0.32(0.78)	1.38(2.11)	0.72(1.90)	2.01(2.43)	4.33*	22.66***	0.63
不機嫌・怒り	1.24(2.07)	2.50(2.58)	1.97(2.80)	3.69(3.82)	6.27*	15.13***	0.55
無力感	2.24(2.30)	3.86(2.94)	2.78(2.65)	3.75(3.34)	0.34	12.16**	0.38
合計得点	4.78(4.34)	10.76(6.95)	7.02(7.58)	13.24(10.52)	5.38*	36.10***	0.14

平均(標準偏差)、\*p<0.05, \*\*p<0.01, \*\*\*p<0.001 (2元配置分散分析)

## 児童生徒の睡眠と疲労に関する調査研究

○岡村波留奈<sup>1)</sup>、赤澤まい<sup>1)</sup>、大川尚子<sup>1)</sup>、平田まり<sup>1)</sup>、野口法子<sup>1)</sup>、  
大平雅子<sup>2)</sup>、正田理沙子<sup>3)</sup>、倉恒弘彦<sup>1)4)</sup>

1)関西福祉科学大学、2)滋賀大学教育学部、3)滋賀大学教育学部附属中学校、4)東京大学特任教授

キーワード 児童生徒、睡眠、疲労、ピツバーグ睡眠質問票

### 【目的】

社会の複雑化、生活形態の多様化などを背景に、生活の夜型化が進行しており、こうした社会的環境の変化は、大人のみならず子どもの生活にも大きな影響を与えている。本研究では、大阪府A市の小学6年生と中学1年生を対象に睡眠と疲労に関する調査を実施した。

### 【方法】

1. 対象：大阪府A市B小学校に通う小学6年生71名（男子31名・女子40名）、C小学校に通う小学6年生91名（男子48名・女子43名）、D中学校に通う中学1年生163名（男子91名・女子72名）。

2. 時期：2014年1～2月に実施した。

3. 手順：児童生徒に調査の概要、記入方法等についての説明を行い、無記名自記式質問紙調査を実施した。

3. 内容：自覚的な疲労関連症状は、文部科学省「生活者ニーズ対応研究、疲労と疲労感の分子神経メカニズムの解明」研究班が発表している問診票<sup>1)</sup>を用いて、身体的疲労、精神的疲労、両者を合わせた総合的疲労を判定した。睡眠に関する質問票は、ピツバーグ睡眠質問調査票<sup>2)</sup>（Pittsburgh Sleep Quality Index 以下PSQI）と「子どもの睡眠様態評価に関する予備研究」<sup>3)</sup>を参考にした。

### 【結果および考察】

睡眠、疲労実態の校種比較の結果を表1に示した。就寝時刻、起床時刻、睡眠時間、睡眠感、日

中の眠気、やる気、PSQI、身体的疲労、精神的疲労、総合的疲労に有意な差がみられ、すべての項目で小学6年生よりも中学1年生で高値であり、中学1年生で睡眠状態が悪化し、身体的、精神的疲労感が高くなっていた。

PSQIの総得点が6点以上の「睡眠に問題あり」とされる児童生徒の割合は、全体で36.1%、小学6年生が30.9%、中学1年生が41.4%と小学6年生と中学1年生で有意な差がみられ、中学1年生の睡眠の質の悪さが判明した（図1）。

### 【参考文献】

- 文部科学省「生活者ニーズ対応研究、疲労と疲労感の分子神経メカニズムの解明」研究班発表の問診票
- 土井由利子ほか ピツバーグ睡眠質問票日本語版の作成. 精神科治療学 13, 755-763, 1998
- 大平雅子ほか 子どもの睡眠様態評価に関する予備研究. 第60回近畿学校保健学会, 2013

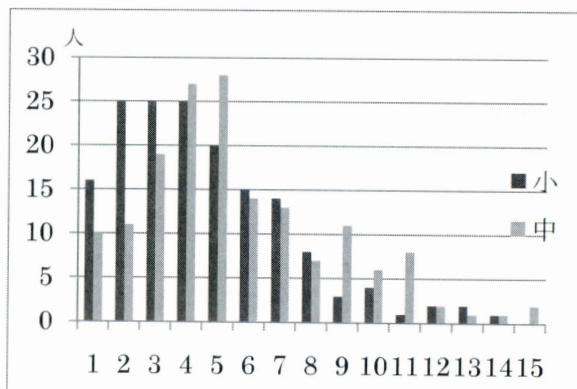


図1 PSQI 得点の分布状況

表1 就寝時刻、起床時刻、睡眠時間、睡眠感、日中の眠気、やる気、PSQI、身体的疲労、精神的疲労、総合的疲労の校種比較

	就寝時刻	起床時刻	睡眠時間	睡眠感	日中の眠気	やる気	PSQI	身体的疲労	精神的疲労	総合的疲労
全体	22:53	6:49	7:53	1.83	1.54	1.62	5.14	5.71	7.00	12.71
小学6年生	22:32	6:55	8:22	1.69	1.32	1.51	4.55	4.47	5.95	10.43
中学1年生	23:14	6:43	7:25	1.97	1.77	1.72	5.72	6.95	8.04	15.00
t検定	<0.001***	<0.05*	<0.001***	<0.001***	<0.001***	<0.05*	<0.001***	<0.001***	<0.01**	<0.001***

## 睡眠の質に着目した保健指導の実践と評価

○正田理沙子<sup>1)</sup>, 大平雅子<sup>2)</sup>

1) 滋賀大学教育学部附属中学校 2) 滋賀大学教育学部

**キーワード：**睡眠の質, 授業実践, 養護教諭

### 【目的】

本校生徒には、睡眠習慣について課題がある。しかし、塾や習い事等で帰宅時間が遅い生徒は多く、単に早く寝ることを促す指導で睡眠習慣の改善に繋げるのには限界があると感じていた。そこで、平成24年12月に本校生徒第1, 2学年を対象に睡眠に関するアンケート調査を実施したところ、睡眠の質に着目した保健指導が有効である可能性が示唆された。睡眠の質に着目した保健指導を実施することで、自身の睡眠習慣を振り返り、改善や工夫をしようとする意識や態度を育成することを目的とした。

### 【方法】

本校の第2, 3学年の各学級で1時間、養護教諭がT. T. として授業に参加し、保健指導を行った。

1 実施時期：平成25年11月～12月

2 学習目標

- (1) 睡眠のメカニズム、睡眠の必要性と重要性を理解する。
- (2) 自身の睡眠習慣を見つめ、自分にとってよりよい睡眠をとるための工夫を考える。
- (3) よりよい睡眠をとるための工夫を一週間実践し、自己評価する。

3 学習過程

過程	学習内容・活動
導入	<ul style="list-style-type: none"> <li>・本時のめあてを確認する。</li> <li>・自分の睡眠習慣を振り返る。</li> </ul>
展開 I	<ul style="list-style-type: none"> <li>・睡眠のメカニズム、必要性、重要性を理解する。</li> </ul>
展開 II	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自分たちにできそうな睡眠の質を向上させるための工夫を考える。</li> <li>4人班で話し合い、出てきた工夫を付箋に書き込む。</li> <li>付箋を黒板に貼る。</li> <li>・工夫（薄暗い環境でリラックスできる音楽を聞く）を体験する。</li> <li>・一週間、実践できそうな工夫を選ぶ。</li> <li>クラスで出し合った工夫の中から興味のあるものを3つ選ぶ。</li> <li>それらが自分にとって継続して実践可能であるか考える。</li> <li>その上で、今日から一週間実践する工夫を一つ選ぶ。</li> </ul>
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・本時のまとめを行う。</li> <li>・一週間の実践記録の書き方を確認する。</li> </ul>

### 【結果と考察】

授業内で記入したワークシートや一週間の実践記録からは、多くの生徒が自身の睡眠習慣について振り返り、睡眠の質を向上させるための工夫に取り組んだことが見受けられた。また、同じ工夫を選択した者の中には、効果を実感した者、実感できなかった者、いざ取り組んでみると継続して実施すること自体が困難であった者などがあり、それぞれが一週間の実践を自己評価することができていた。よって、自分に合った工夫探し・実践・自己評価という学習目標は達成できた。しかし、保健指導を行う上では、得た知識を実生活に生かすことができるかどうかが重要である。その際「必要に駆られる（動機）」「できる（可能）」「実感する（コスト感）」ことが、実際の生活で継続的に実践されることに繋がると考える。今回の授業実践では、無理なく実施可能な工夫を選ぶことを強調し、一週間の実践を自己評価させることで効果を実感させようと試みた。しかし、実践した工夫に本当に効果があったのか、理想的な睡眠に近づいているのかどうかについては、あくまで自己評価であり客観性に欠ける。保健指導後生徒たちに行動変容がみられたとしても、それを継続に結びつけるのは難しいと感じた。

### 【今後の課題】

今後、睡眠状態を客観的に評価するものとして、ライフ顕微鏡を使用したい。工夫を取り入れる前の睡眠状態を客観的なデータで示すことで睡眠習慣の改善や工夫に取り組む意欲を高め（動機づけ）、工夫を取り入れることで得られる変化を主観的な評価に加えて客観的に評価することで、より強く実感させる。このことによって、継続して自らの健康の保持増進に取り組める生徒の育成を目指したい。

## 中学生におけるインターネット利用状況と睡眠習慣との関連

○大平雅子<sup>1)</sup>, 正田理沙子<sup>2)</sup>

1) 滋賀大学教育学部 2) 滋賀大学教育学部附属中学校

睡眠習慣、中学生、携帯電話、ソーシャルメディア

### 【目的】

睡眠にまつわる諸問題は現代社会において重大なリスクファクターである。これは子どもでも同様である。これまで我々は、これまで睡眠様態評価に欠かせない「睡眠の質」に着目し、子どもの睡眠実態を調査してきた。その結果、日中の眠気は必ずしも睡眠時間の短さで説明ができるものではないことが明らかになり、「睡眠の質」改善に焦点を当てた睡眠教育が必要であることが示唆された。

一方、近年ソーシャルメディアやスマートフォンの急速な普及により、インターネットの長時間の利用による悪影響が問題になっている。また、中学生および高校生を対象にした研究により、就寝後に携帯電話を会話やメールのために使用する頻度が多い者ほど、睡眠の問題を抱えている割合が高いことが明らかにされており (Munehisa T, et al. 2011)、2014年3月に改定された「健康づくりのための睡眠指針2014」(厚生労働省, 2014) でも就寝前のスマートフォン使用を控えるように提言されている。しかしながら、就寝前だけでなく、日常的なインターネットの利用状況と睡眠習慣の関連はほとんど分かっていない。

そこで、本研究では、就寝前だけでなく、日常的なインターネット利用状況が子どもの睡眠習慣にどのような影響を及ぼしているのかを明らかにすることを目的とした。

### 【方法】

**被験者：**滋賀県内A中学校に通う中学生342名（男子171名・女子171名、中学1年生115名・中学2年生111名・中学3年生116名）

**調査手順・時期：**A中学校教員に調査の概要、記入方法等についての説明を行い、2013年11月担任による無記名自記式質問紙調査を実施した。記述漏れがみられた2名を除き、最終的に340名を分析対象とした。

**調査内容：**睡眠習慣の評価には、ピツツバーグ睡眠質問票(Pittsburgh Sleep Quality Index :PSQI)の日本語版(土井由利子, 1998)を用いた。本研

究では、睡眠困難の理由に関する項目を除いて、過去1ヶ月間の就寝時刻、睡眠潜時、起床時刻、熟睡感、日中の眠気、活気を評価した。インターネットの利用状況調査には、インターネット、メールおよびLINEの利用状況に関する質問を5項目設定し、その合計得点を集計したものを用いた。

### 【結果】

被験者をインターネットの利用状況調査の結果に応じて2群(依存傾向群( $\geq 10$ , 175名)、非依存群( $< 10$ , 165名))に層別化し、睡眠習慣に関する各項目について比較を行った。その結果、非依存群よりも依存傾向群で、就寝時刻( $p < 0.001$ )、睡眠潜時( $p < 0.01$ )、起床時刻( $p < 0.05$ )、熟睡感( $p < 0.001$ )、日中の眠気( $p < 0.001$ )、活気( $p < 0.001$ )と全ての項目において有意な差が認められた。また、この傾向は性別による差はないものの、男子学生でより強い傾向が示唆された。

### 【考察】

本研究では、インターネット利用状況が中学生の睡眠習慣に及ぼす影響を調査することにより、就寝前だけでなく、日常的なインターネットの利用状況と睡眠習慣に強い関連が明らかになった。つまり、近年の中学生の睡眠習慣悪化の要因には、就寝前のインターネットやスマートフォンへの使用だけでなく、日常的な依存傾向が強く関連していることが考えられる。したがって、子どもの日常生活におけるQOL(Quality of Life)向上のためには、「睡眠の質」改善の方策として、睡眠教育に情報教育の視点を取り入れることが有効であると考えられる。

### 【参考文献】

- Munehisa T, et al. The Association between Use of Mobile Phones after Lights Out and Sleep Disturbances among Japanese Adolescents: A Nationwide Cross-Sectional Survey. *Sleep* 2011; 34: 1013-1020
- 土井由利子ほか：ピツツバーグ睡眠質問票日本語版の作成. *精神科治療学* 1998; 13(6): 761-763

## 小学校における性に関する教育プログラムの効果の検討

○伊藤 敦子<sup>1)</sup>, 鬼頭 英明<sup>1)</sup>, 西岡 伸紀<sup>1)</sup>, 中村朋子<sup>1)</sup>

1) 兵庫教育大学

キーワード：小学生，性教育，WYSH教育，エイズ教育

### 【目的】

近年、子どもたちの性行動は低年齢化する傾向にある。十代からの性行動は、人工妊娠中絶や性感染症の蔓延など、生涯を通じての健康増進にも大きく影響することから低年齢期からの教育の充実が不可欠である。

性教育は、大切なのちをどう生きるか、自己の肯定から自己決定力を育てることが目標とされているが、短期間にに行う教育では身に付かず成長の段階に合わせ積み上げていくことが必要とされる。また、小学生からの発達段階に応じた性教育が必要であることはいうまでもない。

大阪府内の公立 A 市 B 小学校では、平成 14 年度から 3 年間にわたり、文部科学省からエイズ教育推進地域の指定を受け、研究テーマ「いのちを大切にし、ともに生きるこころを育てる」～「学び・考え・行動する」ことのできるエイズ教育（性教育）をめざして～を掲げ、実践研究を積み重ねてきた。本研究では、この小学校でのエイズ教育（性教育）の学習経験を経た者（20 歳）、及び中・高校生において学習内容の定着度をインタビュー等により調査して評価することとした。

### 【研究方法】

調査は、小学校当時に学んだ内容、学んだ内容について中学校で話題にした経験、家族との会話の経験を中心に質問紙調査を実施するとともに、同様の内容でグループインタビューを実施した。対象者は、当該校の卒業生とする。

①平成 14 年度～平成 16 年度当時の小学校 4 年生～6 年生で現在 20 歳の専門学校生、社会人、大

学生②平成 14 年度～平成 16 年度当時は小学校 2 年生～6 年生で現在中学 1 年生～高校 3 年

なお、対照として近隣校の現在中学 1・2 年生にも質問紙調査を実施した。グループインタビューについては、逐語録を作成し 4 名の校長・教諭経験者に文脈から内容の整理を依頼し、別の 2 名にカテゴリ化を依頼した。

### 【結果及び考察】

ここでは、主に 20 歳になった大学生を対象にして得られた記述について示す。小学校で学んだ性教育に関する用語と用語に関連する具体的な記述について尋ねたところ HIV 感染のおこり方については、触れただけではうつらない、空気感染はしない血液感染や SEX などでうつること、エイズについては HIV に感染後、潜伏期間を経てエイズが発症すること、自尊感情については、自分のいのちを大切に他人をも思いやるなどの知識が記述された。

小学校で学んだ内容を中学校で話し合う機会があったかどうか尋ねたところ、すべて話し合ったことがないと述べた。

保護者と話し合う機会については、プログラムの授業を実施した際に保護者も参加する機会があったことから、当時は家庭でも共通する話題として話し合う機会があったとの発言が得られた。

当該校の児童数が少ないという大きな課題はあるものの、20 歳の対象者からは、小学校で学んだ知識が役に立っているとの印象が得られた。今後、高校生及び中学生を対象とした調査結果も含めて、総合的に評価を進めていく予定である。

## 「育ちゆくからだとわたし」の指導による思春期の発育に対する肯定感の変化

○石井有美子、笠原清次、鬼頭英明、西岡伸紀  
兵庫教育大学大学院学校教育研究科

キーワード：小学生、二次性徴、否定感、抵抗感、不安感

### 【目的】

自尊感情の様々な研究の中で思春期において自尊感情が低下することや、思春期の身体発育が、青年の精神的健康や不適応行動の出現などに関連していることがこれまでの研究から指摘されている。

そこで、本研究では、小学校4年生の保健学習「育ちゆくからだとわたし」において、思春期の発育を肯定的に受け止められることを目指し指導の内容と方法を検討し、授業による働きかけが児童にどのような影響を与えたのかを分析しその効果を検証することを目的とする。

### 【方法】

京都府下の公立小学校4年生（男子37人、女子33人）を対象にH26年2月から3月に、担任と養護教諭でT・T指導で行った。

学習内容は、「大きくなってきたわたし」「思春期にあらわれる変化」「よりよく育つための生活」の4時間である。

調査は、池田の思春期やせ志向尺度の4因子のうち、二次性徴に関する自己の体型への「否定感」と性的成熟への「抵抗感」の7項目について単元の前後に調査した。また、大人へ成長することへの不安は、3時の後と単元終了後に調べた。自己評価における理解度は、単元終了後に「個性の違い」「男女の特徴」「初経・精通」「食事、運動、休養・睡眠」の4項目について調査した。

授業では、毎時間の授業に対する態度や考え方をワークシートに記述させ、ワークシートの記述内容と「否定感」「抵抗感」「不安」「自己理解」との関連があるかどうかについて相関を調べた。

分析の対象者は、欠席者16名とワークシート未提出者6名を除いた47名であった。

### 【結果】

「否定感」と「抵抗感」は、指導によりわずかに減少したが、有意な差は認められなかった。

大人に成長することへの「不安」については、性別で差はなかった。男子は、「不安」と「否定感」

( $r=.362$ )及び「抵抗感」( $r=.630$ )との間に有意な関連がみられ、女子については関連がなかった。

自己評価における理解度は、性別による差はなく、理解度は高かった。しかし「個性の違い」「男女の特徴」「初経・精通」「食事、運動、休養・睡眠」の中では、「初経・精通」の理解が一番低かった。理解度と「否定感」「抵抗感」の相関は、男子については全て有意ではなかったが、女子については、「男女の特徴の理解」が不十分であると、「抵抗感」( $r=-.360$ )及び「不安」( $r=-.367$ )が高くなかった。また、有意ではなかったが、「抵抗感」と「個性の違い」( $r=-.275$ )

「抵抗感」と「初経・精通」( $r=-.261$ )においても負の相関が一貫してみられた。

ワークシートの感想の記述内容で多かったのは、思春期の体の変化について 24.3%(45)、体の成長について 22.7%(42)、個人差 20.0%(37)の順であった。少数ではあるが、体の変化を否定するもの、例えば「ひげが生えることや、きれいな声が出なくなるのは嫌。でも体ががっしりするのはうれしい。」という肯定的反応と否定的反応の複雑な気持ちがあることが分かる感想も 1.1%(2)あった。反対に、「できることを増やしていきたい」「自分に満足できる大人になりたい」「子どもを産むのが楽しみ」「女子しかできないおしゃれをしたい」「どんなふうになるのか想像ができた」「安心した」「怖がらない」「恥ずかしがらず相談する」など肯定的に受け止められたものが 19.5%(36)あった。

### 【考察】

思春期の発育を肯定的に受け止められることを目指し、指導方法を検討し授業を行ったが、自己評価における理解度は高かったものの、「否定感」及び「抵抗感」の明確な軽減には至らなかった。自己評価と、「否定感」「抵抗感」「不安」の関連は男女で違いがあった。女子では、自己評価の中でも低かった「男女の特徴」や「初経・精通」等についての理解が不十分であると、「抵抗感」や「不安」につながることから、より理解しやすい指導内容の検討が肯定的な受け止めにつながると示唆される。

## 中学生における性情報の獲得と性意識形成との関連

○有馬美保<sup>1)</sup>、宮井信行<sup>1)</sup>、内海みよ子<sup>1)</sup>、森岡郁晴<sup>1)</sup>、宮下和久<sup>2)</sup>、武田眞太郎<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup> 和歌山県立医科大学大学院保健看護学研究科、

<sup>2)</sup> 和歌山県立医科大学医学部衛生学教室

キーワード：中学生、性情報、性意識

### 【はじめに】

近年の携帯電話・スマートフォンなどの個人情報機器の普及は青少年が親の監視や統制を離れて様々な性情報に接触することを可能にし、性行動の低年齢化や活発化につながっているとの指摘がある。こうした中で、正しい性意識を身につけるための、発達段階に応じた働きかけの必要性は益々高まっている。本研究では、中学生における性情報の取得状況の実態を明らかにするとともに、それらが性に対する意識の形成にどのように関連するかについて検討を行った。

### 【対象と方法】

和歌山県内の某中学校の3年生の生徒238名(男子98名、女子140名)を対象に、無記名自記式質問紙調査を行った。調査内容は、(1)基本属性・個人環境:年齢、性別、家族構成、自分専用の部屋、情報機器の所有、家族や友人との関係および会話の程度、(2)性教育:既習の性教育の内容とその効果の認識、(3)性情報源:性情報の取得媒体と利用頻度(①学校情報源:養護教諭、その他の教諭、授業や教科書から取得する情報、②学校外人の情報源:友達や先輩、親や兄弟姉妹、特定の異性から取得する情報、③学校外メディア情報源:コミックス/雑誌、テレビ/ビデオ(DVD)、インターネットから取得する情報)、(4)性に関する意識:性的関心の内容、性に対するイメージ(良い/悪い、明るい/暗い、きれい/きたない、軽い/重い、恥ずかしい/恥ずかしくない)であった。

統計解析にはSPSS for Windows ver.18.0Jを使用し、統計学的有意水準は5%とした。

### 【結果と考察】

#### (1) 基本属性と個人環境

「両親と同居している」者は約8割で、「家族とよく会話する」者は5割を超えており、女子で有意に多かった。また、情報機器については約7割の者が携帯電話・スマートフォンを個人で保有していた。

#### (2) 既習の性教育と内容

性教育については、男女とも8割以上が「既習した」と回答し、その内容としては、「生命の誕生」「いのちの大切さ」「妊娠のしくみ」が6割以上で多かった。また、「月経」は女子で、「自慰」は男子で多く有意な差が認められた。

### (3) 性情報の取得媒体と利用頻度

学校情報源の中では、男女ともに「授業や教科書」と回答した者が4割程度で最も多く、男子よりも女子が多い傾向にあった。また、学校外人の情報源としては、「友達や先輩」を情報源としている者が約5割を占めて最も多く、「親や兄弟姉妹」「特定の異性」とした者はかなり少なかった。学校外メディア情報源については、「インターネット」は男子で多かったが、「テレビ/ビデオ(DVD)」「コミックス/雑誌」では女子の方が多く、有意な差が認められた。

### (4) 性に関する意識

性について関心のある内容としては、「いのちの大切さ」が男女とも5割以上で最も多く、次いで、「恋愛」「生命の誕生」「男女平等」「男女の心の違い」などが多くかった。また、性的な関心は男子に比べて女子が高い傾向にあり、「妊娠のしくみ」「恋愛」への関心は男女間で有意な差がみられた。また、性に対するイメージとしては、「恥ずかしい」とする者が男女ともに6割以上で最も多かった。「良い」「明るい」「きれい」「軽い」とする者は2~4割であり、特に「きれい」とイメージする者は女子で有意に少なかった。

### (5) 性情報源と性意識との関連

性情報の取得媒体の違いには、個室や自分専用の情報機器の所有といった物質的な環境よりも、家族や友人との会話といった人的な要因が関連していた。性情報を学校から多く得ている者とメディアから多く得ている者とでは、性的関心の程度や内容に違いがみられた。また、性に対するイメージについても、メディアから情報を多く得ている者では、性を「良い」「明るい」「きれい」とイメージする者が有意に多かった。さらに、重回帰分析を行った結果、性イメージには、性別、両親との同居、学校外での人的またはメディアからの情報の取得が有意に関連していた。

### 【結論】

中学生の性的な関心や性イメージの形成には学校での情報とともに、学校外での友達や先輩、メディアからの情報の影響が強いことが示唆された。今後の性教育において、家族などを視野に入れて対象を拡大すること、メディアリテラシー教育やピア・エデュケーションを盛り込むといった工夫が必要であると考えられた。

## 月経痛への対処の指導について

○二宮 美穂<sup>1)</sup> ○八野 久美子<sup>2)</sup> 濱田 由実子<sup>3)</sup> 中本 真由<sup>4)</sup> 山下 めぐみ<sup>5)</sup>

1) 吹田市立第五中学校 2) 吹田市立青山台中学校 3) 吹田市立山田東中学校 4) 吹田市立片山中学校 5) 吹田市立高野台中学校

キーワード：月経痛、対処方法、保健教育、養護教諭

### 【目的】

月経に関して来室・相談が多いのが月経痛である。自分の月経がいつだったか記録・記憶していない生徒、不確かな知識のまま過ごしている生徒、また「生理痛の痛みは病気じゃないから我慢しなさい。」「薬を飲むとくせになるし、そのうち効かなくなるから、飲まない方がよい。」と保護者から言われ、痛みに耐えている生徒もいる。

そこで生徒の月経痛、月経痛の対処法などの実態を明らかにし、適切な対処ができるよう効果的な保健教育を目指し、研究を進めている。

### 【方法】

調査対象：市内小中学校養護教諭

調査方法：平成25年9月質問紙による実態調査。養護教諭連絡会時配布、市内通送便にて回収。回収率75%。  
(小学校32名、中学校16名)

### 【結果及び考察】

#### ① 月経痛での保健室来室者

中学校では月経痛の来室者がいないと答えた学校はなく、月に数人という学校が69%と多かった。小学校では13%の学校が月経痛での来室者がいなかった。

#### ② 保健室来室者への月経痛セルフケアの指導

小中学校とも95%以上の学校で来室者への指導が行われていた。

腹部、腰部を冷やさない指導については小学校97%、中学校100%と高率で指導されていた。また、中学校では重い月経痛の生徒の来室があるので強い痛みの場合は専門医を受診するようで指導されている割合が93%と高率になっていると考えられる。

#### ③ 鎮痛薬の使用の指導について

鎮痛薬の使用についても②と同様の理由で、中学校の方がほかのセルフケアで痛みが緩和しない場合に鎮痛薬の使用を勧める割合が81%と高率になっていると考えられる。

服用時期は、中学校では痛みの予感がしたときが36%、小学校では16%と低かった。月経が始まって24

時間後に痛みの原因となるプロスタグランジンの生成が最高になるので、鎮痛薬は月経が始まつてすぐに、あるいは痛みの予感がしたときに服用するのが効果的である。また、鎮痛薬の使用方法の指導は53%の人ができると答えているが、鎮痛薬の種類については、できない、わからない人を合わせると91%と高率であった。今後、鎮痛薬の使用に関する指導について、養護教諭向けの研修などを実施する必要がある。

#### ④ 月経・月経痛に関する保健教育について

小学校では月経に関する保健教育について毎年行っている、年によっては行っている学校が91%と高く、中学校では行っていない、わからない学校が57%と半数を超えていた。その理由としては時間が確保できないが71%と高率であった。

月経痛に関する保健教育は中学校では2校、小学校では15校で実施されていた。中学校のほうが月経痛での来室者が多いが、中学校では保健体育の教師が100%授業をしており、養護教諭は保健教育を実施できていなかった。小学校では養護教諭が93%、担任が76%保健教育を実施していた。

月経に関する集団での保健教育であればよいと思われるものは小中学校とも90%以上が簡単に使えるパンフレットと回答していることから、養護教諭が保健室を空けにくい状況であることが推察できる。授業時間が確保できない、保健室をあけにくい中、養護教諭以外でも指導しやすいツールとしてパンフレットは有効であると考えられる。

#### 【今後の研究について】

小学校6年女子児童、中学校女子生徒とその保護者へ実態把握のアンケートを実施。ニーズに合わせて、パンフレットを作成し、女子中学生全員に配布できるよう取り組んでいる。また鎮痛薬の指導については学校薬剤師と連携し、していく計画である。

## 高等学校における性教育についての一考察

○谷口友加里<sup>1)</sup>, 伊藤万紀子<sup>1)</sup>, 平田まり<sup>2)</sup>

1) 大阪府立柏原東高校 2) 関西福祉科学大学

キーワード：高校生、性教育、性知識

### 【はじめに】

決して正しいとはいえない性情報が氾濫している今こそ、早い段階から将来を見据えた学習をすべきである。特に高校卒業後直ぐに就職する生徒は進学する高校生よりも早い段階で社会人となるので、自立した大人となるためにも、正しい性知識を持つことは非常に重要である。しかし、小中学校から高校の授業の中での「性教育」には限界がある。そこで、生徒の半数が就職希望者である高校において、生徒の性への理解を深め、学び考える力をつけるために、1年生と3年生に外部講師による性教育講演会を行った。講演会の前後に性に関するアンケート調査を実施し、知識・意識の改善効果と定着度を測った。

### 【対象と方法】

大阪府内の1高等学校の3年生を対象に2013年12月に外部講師による性教育講演会を実施し、その前後に、同一内容の調査票を用いて無記名自記式のアンケート調査を2回実施した（2013年9月と2014年1月）。

全問の有効回答者は講演前168人（男子74人、女子94人）、講演後160人（男子68人、女子92人）であった。

調査にあたり目的や方法を説明し、同意を取ったうえで実施した。調査項目は、妊娠・避妊、性感染症予防に関する知識と相手への愛情・思いやりについてとそれを基にした対話に対する意識を問うものであった。解析は統計解析ソフトSPSSを用いて行った。講演前後の比較は $\chi^2$ 検定を行い、 $p < 0.05$ を有意とした。

### 【結果および考察】

#### 1. 妊娠・避妊、性感染症予防に関する知識

コンドームの失敗率についての正確な知識では、全体では講演前（39.3%）に比べて講演後（65.6%）は高まり、また男女別の解析でも高まった。高校生にとっては、避妊法が最も現実的な

問題であるので、関心が高かったためと考えられる。成功率の高い避妊法（ピル）と基礎体温からの推測排卵日については、男子では正解率が高まったが女子では効果が認められなかった。男子は今まで講演内容のような知識を得る機会がなく、彼らにとっては新鮮であったため、男子の方がより効果が見られたと考えられる。妊娠週の算出起点や性感染症予防法（コンドーム）については、講演前も比較的正解率が高く（66.1%、78.6%）講演後も有意な変化は見られなかった。更に正解率を高めるには別の方法を模索する必要がある。妊娠中絶可能期間は講演前の正解率も低く（34.5%）、講演後も有意な変化は見られなかった。妊娠中絶が高校生にとってあまり現実的な関心事ではなかったのかもしれない。

#### 2. 避妊や性感染症予防に関して、つきあっている人と話そうとするかについての回答

「必ず話す」と回答した生徒は講演前では25.0%で、講演後も有意な変化はなかった。高校の現場では、いわゆる男女交際の機会が他の生徒と比べて多い生徒と全く関心のない生徒との二極分解の傾向もあり、避妊や性感染症予防について「話す」機会が顕著とは言えない。

#### 3. あなたにとってセックス（性交）はなんだと思いますかについての回答

講演後に全体では、「わからない」が減少し、「子どもを産むため」が増加した。「愛情の交換」は有意な変化がなかった。望まない妊娠や性感染症を防ぐことができる実践的な教育も大切だが、相手への愛情・思いやりを基盤とした男女関係、人間関係が深まるような教育活動が望まれる。

また、講演後の調査は一定の期間を経て実施したが、更に時間をおいて調査して、知識・意識の定着率についても検討する余地はある。

今後も継続して講演会を行い、また調査を実施することで、新たな課題に対して工夫や改善をし、それらを今後の保健部健康教育の内容充実に結び付けていきたい。

## 大学生の性感染症の認知・知識・意識と予防行動との関連

○中村朋子<sup>1)2)</sup>、齋藤充子<sup>1)</sup>、森田富士子<sup>1)</sup>、石見幸子<sup>1)</sup>、鬼頭英明<sup>1)</sup>

1)兵庫教育大学大学院、2)兵庫大学

**【目的】**2011年日本性教育協会の調査で、18歳以上の学生における性感染症の高い感染率が報告された。また、国立がん研究センターは、性感染症が原因であるHPV（ヒトパピローマウイルス）による、子宮頸がん罹患率の増加および低年齢化を報告している。そこで、大学生を対象に、HPV 感染を含む性感染症の認知、知識や意識と予防行動の実態を把握し、認知・知識と意識と予防行動との関連性について明らかにする。得られた結果をもとに、性感染症の予防行動につなげるための啓発や教育の在り方について検討する。

**【方法】**2013年1月から、一般大学280人、看護系大学372人、計652人の大学生を対象に質問紙調査を実施した。性感染症に関わる用語、HIV、クラミジア、B型肝炎、尖圭コンジローマ、性器ヘルペス、淋病、梅毒、子宮頸がんの8種類を対象とし、認知・知識と性感染症の意識、予防行動を問う内容と選択式回答方法とした。分析には、SPSS Ver. 21.0を使用した。

**【結果】**8種類の性感染症の中で最も認知度が高かったのは、学校において保健学習で学ぶHIVの78.6%であった。次いで、子宮頸がんが60%であった。また、学校間では性感染症を学ぶ機会のある看護系大学生の認知が有意に高かった。一方、知識の正答率では、クラミジア、子宮頸がん、B型肝炎が70%前後の結果であったが、HIVは54.8%と低かった。性感染症の意識では、性感染症に感染する可能性に対して、ほとんどの学生が気になっていると回答した。しかしながら、性感染症より妊娠の可能性を気にする方が有意に高かった。予防行動では、半数の学生が予防行動を取れていなかった。また、男女間においては男性が、学校間では看護系大学生が予防行動を有意に取ることができた。HPVの予防接種を受けた学生は

36.3%で、接種回数と学校間で有意差がみられた。子宮頸がんの検診を受けた学生は5.4%で、看護系大学が有意に高かったが、今後の検診行動には有意差は見られなかった。性感染症の認知、意識と予防行動を高(H)群・中(M)群・低(L)群の3群に分け関連性をみたところ、性感染症の認知が高いH群は、意識・予防行動において低いL群より有意に高く、性感染症の意識も同様であった。子宮頸がんの認知と知識が高い女子学生は、受診行動も有意であった。子宮頸がん検診を受けた学生は、HPV予防接種行動においても有意に高かった。

**【考察】**性感染症の認知は、学校教育での学習機会や子宮頸がんのような女性特有の生命の危機的状態を招く疾患であることがあげられる。しかしながら、知識の正解率や学校間での有意差より、性感染症の認知の向上と知識の定着には、高校卒業後の継続した予防教育に効果があると推測される。性感染症の意識では、性交によっておこる妊娠の可能性など、リスク予測ができることで危機意識が高まると考えられる。さらに、性交時に予防行動の結果より、性感染症に対する十分な予防行動がとれておらず無防備だと言える。HPV予防接種、子宮頸がん検診率が低かったことは、子宮頸がんとHPVの関係やがん検診についての教育がないことが子宮頸がんの予防行動を消極的にしているのではないかと推測される。性感染症の認知・知識、意識と予防行動における3群間の関連では、性感染症や子宮頸がんの正確な知識と危機意識をもっている学生ほど、予防行動がとれていたことから、性感染症のリスク予測でき、知識の定着に必要な継続教育、危機意識を高められる取組が不可欠である。

## 志賀中学校区における薬教育の実践から

○谷川尚己<sup>1)</sup>, 田中久嗣<sup>2)</sup>, 守谷まさ子<sup>3)</sup>, 金森雅夫<sup>1)</sup>, 松田保<sup>4)</sup>

1) びわこ成蹊スポーツ大学, 2) 志賀中学校, 3) 京都府学校薬剤師会, 4) 大和大学

**キーワード** 中学校区, 薬教育, 薬に対する理解, 学校薬剤師

### 【はじめに】

学習指導要領の改訂により、中学校の保健学習では、医薬品を正しく使用することが新たに加えられ、平成24年度から完全実施されている。命に関わる大切な内容である薬の使い方等について、児童・生徒に理解させるためには、学校の先生方の理解が必要であり、さらには保護者や地域住民のサポートも大切だと考える。そこで、志賀中学校区では、まず、保・幼・小・中学校の教員を対象とした研修会を実施した。そして、小学校6年生児童への薬に関する保健指導（保護者や祖父母参観時に実施）を行った。また、中学校3年生への保健体育の薬教育の授業を実践した。さらには、地域の老人会での研修会等を実施し、学校と地域が一体となって薬教育について考える体制を形成しようとした。

### 【方法】

志賀中学校区では、最初に、保・幼・小・中学校の教員を対象とした研修会（くすりの適正使用協議会の講師の方々の講義等）を開催した。さらに、小学校4校において、6年生を対象に大学教員による薬に関する保健指導を行った。内3校では、保護者や祖父母参観時に実施した。中学校では、3年生7クラスにおいて大学生による薬教育の授業を行った。また、地域の老人会において大学教員による研修会も行った。

それぞれの研修会や授業において、前、または、前後にアンケート調査を行い、教員、児童・生徒や保護者・地域住民における薬教育及び薬に対する理解度等の実態について検討した。これらの取り組みは、県薬剤師会や各学校の学校薬剤師の協力のもとに実践した。

### 【結果】

教員に「薬教育が中学校の学習指導要領に明記され、授業が始まっているが知っているか」とたずねたところ、「知っている」と答えたのはわずか21%であった。次に、「薬教育についての教材等の出版物について知っているか」については、「知っている」と答えたのは10%であった。また、「薬

のイメージ」については、「良い」「どちらかといえば良い」と答えた教員はほぼ3/4であった。

次に、小学校6年生に対しては、大学教員による保健指導を行い、授業前後に7項目の○×クイズを実施した。「薬の使い方」や「薬は何で飲むか」については授業後には全員が理解していた。また、「古い薬を再度飲む」等については理解が高まっていた。

参観された保護者等は、「薬のイメージ」について、「良い」「どちらかといえば良い」と答えた者は約半数であった。「購入時に薬剤師に相談するか」「薬の説明書を読む」「説明書通りに飲むか」については、「相談する」が71%、「読む」が86%、「書いてある通りに飲む」が95%であった。

中学生には、教員を目指す大学生による授業を行い、授業前後に12項目の○×クイズを実施したが、それぞれの項目において授業後にはその理解度が高まっていた。特に、「症状が回復しないので医師の診断を受けた」「風邪が治ったので処方箋を飲まなくなった」「購入時にはお薬手帳を持って行く」の3項目では10%以上理解度が高まっていた。

### 【考察】

薬教育を推進するにあたっては、教員の理解が欠かせないが、小・中学校の養護教諭や保健体育科の教員と比較し、他の教員との間に、基本的な内容の理解度に差が見られた。全教職員の共有が必要だと考える。小・中学校では、授業により薬の使用等についての理解が高まったことから、今後も継続することが重要である。また、学校薬剤師等の専門家との連携により授業内容を工夫することも重要だと考える。そのことが、適正な薬教育の推進につながるものと考える。

保護者からは、薬の使い方等についてなぜなのかを知ることができ、子どもたちにも具体的に話すことができる等の意見が得られたことから、地域住民に対する薬教育の実践は重要だと考える。今年度市民センターでの講演会が計画中である。このように、より学校や地域が一体となった薬教育を推進していくことが大切だと考える。

## 教員養成系学生における紫外線教育についての意識調査について

○浅井千恵子<sup>1)</sup>, 井上文夫<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup> 花園大学 <sup>2)</sup>京都教育大学

キーワード：紫外線の影響、紫外線対策教育 教員養成系学生、意識調査

### 【研究目的】

近年紫外線による日焼けの有害性が認識され、紫外線対策に关心が向けられ始めている。皮膚老化・白内障・皮膚がんなどの紫外線の健康への障害が増加している。世界保健機関（WHO）では特に小学校での紫外線対策取組が重要であると指摘している。世界では紫外線による影響を受け止め、様々な活動を行っているが、日本では紫外線対策を教育現場で入れている事例は少ないのが現状である。そこで本研究では、紫外線に対する知識がどの程度あるか、今まで紫外線教育についてどう考えるかというアンケート調査を将来教員となる教員養成系学生に実施し、紫外線教育について意識を高めることで、将来教育現場につなげることを目的とした。

【研究方法】紫外線対策に関する意識について、無記名によるアンケート調査を行った。分析方法はS P S S 11.0J を用いて、クロス集計の検定にはカイ2乗検定、 $P < 0.05$  を統計学的に有意とした。

#### (1) 対象

教員養成系学生として、K大学 200 名、男子 83 名 女子 117 名（運動部活動所属 119 名、そのうち屋外競技 69 名屋内競技 50 名、文化部活動所属 12 名、無所属 69 名）を対象とした。

#### (2) アンケート内容

##### ・紫外線に関する知識について

（免疫力の低下、白内障、皮膚がん、悪い影響、反射による影響、気候の影響、ビタミンD、日焼けとDNA）

##### ・紫外線教育について

（校種別の紫外線対策の実施状況、授業の学習有無、紫外線教育の実施の意識の有無）

##### ・紫外線対策について

（紫外線対策の必要の有無、紫外線対策方法、紫外線対策の必要性の理由）

### 【結果】(1) 紫外線に関する知識について

- ・紫外線による免疫力の低下については、男子の方が知っているものが多く有意な差が見られた。
- ・白内障や皮膚がんになる可能性については、聞いたことがあるや知っている学生が男女とも多かった。
- ・反射による影響については、男女とも知らないものが多くあった。
- ・気候の影響については聞いたことがある、知っている学生が多かったが、ビタミンD、日焼けとDNAとの関係については知らない学生が多かった。  
男女とも紫外線についての知識があまりないと考えられた。

### (2) 紫外線教育について

- ・小学校、中学校、高校での紫外線対策としてほとんど指導がなかったが、女子は自分で行っていた。学校で積極的に紫外線対策を指導したほうが良いとほとんどの学生が回答した。

### (3) 紫外線対策について

対策内容として、「日焼け止めやUVカットの使用」「帽子や日傘使用」「サングラス使用」「皮膚の露出を抑える服装」「外出を控え日陰を歩く」において男女間で有意な差がみられた。

### 【考察】

教員養成系学生の紫外線教育に関する意識調査を行った結果、以下のことが明らかになった。

- ・紫外線の基礎知識について女性の方が知識あると測っていたが、結果として男女間に差はみられなかった。
- ・実際には、知識が少ないためどのように指導したらよいのかわからないと思っている人が多く、自分だけの判断で授業ができないと考えている人も多かった。
- ・学校で教師になれば紫外線対策を指導したいと多くの学生が考えていたが、実際には紫外線対策をしている人が少なかった。

## 効果的な薬物乱用防止教育に向けた教員養成大学と薬物取締機関との連携の在り方

○堀木理紗子<sup>1)</sup>, 岩田満夫, 高橋正<sup>2)</sup>, 赤井育代<sup>3)</sup>, 小野麻美子, 久保勝利,  
坂田敦子, 館沙央理, 松本昌子, 西岡伸紀, 鬼頭英明<sup>1)</sup>

1)兵庫教育大学 2)近畿厚生局麻薬取締部神戸分室 3)川西高等学校

[キーワード] 薬物乱用防止教育 教員養成大学

### 問題と目的

我が国における薬物乱用問題の重点課題は青少年対策であり、学校教育においては小・中・高等学校を通じて薬物乱用防止教育を実施することが求められている。

文部科学省は、薬物乱用防止教育の充実を図るために、専門機関の協力を得て行う薬物乱用防止教室を全ての中・高等学校において実施するよう通知している。本研究では、薬物問題に関する専門家である麻薬取締官と教員を養成する大学との連携の重要性を明らかにするとともに、効果的な連携のためのプログラムを策定することを目的とする。

### 方法

小学校教員1名、中学校教員1名、高等学校教員1名、高等学校の養護教諭1名、教員養成大学の教員1名、および麻薬取締官2名の計7名を対象としたグループインタビューを実施した。質問の柱は以下の4項目とした。(1)薬物乱用防止教育における課題、(2)教員を目指す大学生に対する薬物に関する教育について、(3)薬物を「使用しない」という意識を定着させるためのアプローチ、(4)(教員に対して)これから薬物取締機関を連携するとしたらどのような研修を受けたいか、(麻薬取締官に対して)教員や大学生を対象にどのような研修を行っていきたいか。

インタビューの内容は、逐語録を作成し、第三者による客観的評価を行った。

### 結果と考察

(1)については、教員から「教員自身の薬物に関する知識不足」「薬物乱用防止教育について教員全体で議論する時間の不足」などが出された。一方、麻薬取締官からは「薬物乱用防止教育の内容と麻薬取締の現場がかけ離れていること」が挙げられた。

(2)については、「麻薬取締の現場を見学すること」「大学生と麻薬取締官が意見を交換する場を設ける

薬物取締機関 連携

こと」など、麻薬取締官との連携により行う研修が多く出された。

(3)については、「薬物による身体的な有害性に加えて社会的な有害性を説明し、現実に起きているということを実感でき、そうした行動から回避できるような指導を行うことが重要であり、それでも薬物に手を出そうとする児童生徒に対しては教員の思いを伝え、必要に応じて麻薬取締部を見学する」というアプローチが提案された。

(4)については、麻薬取締官から、「数多くの学校があるなかで、薬物乱用に関して専門性の高い外部講師の絶対数が少ないことから、現状では薬物乱用防止教室開催の実効を十分に上げることは困難である」との意見が出された。また、こうした背景を考慮し、外部講師が薬物乱用の危険性に関する啓発を行う対象は、将来教員となる、または現在教員である教員養成系との連携が重要であるとの指摘を付け加えた。

これに対し、教員からは、「教員自身が見たことを伝えるという連携では麻薬取締官の話をそのまま児童生徒に伝えるだけになってしまい、話にリアリティをもたせられないため、児童生徒にうまく伝わらないのではないか」との発言があり、参加した教員の間ではこれに賛同する発言が出された。さらに、教員および教員を目指す大学生を対象とした研修をするために麻薬取締官と連携を図りたいと考えても、依頼の仕方がわからないという発言が出た。

薬物乱用は一度だけなら大丈夫というものではないにも関わらず、大学生での認識の甘さなども指摘されていることから、生涯を通じた健康の保持増進に向けて、学校では継続的な知識の定着、規範意識や健康行動に結びつけられる教育の充実を図る必要がある。今後、麻薬取締官と教員養成大学との効果的な連携プログラムを構築する予定である。

## 起立性調節障害をめぐる家庭と学校の連携について

○松本昌子 小野麻美子 久保勝利 坂田敦子 館沙央理 堀木理紗子 西岡伸紀 鬼頭英明  
兵庫教育大学大学院

キーワード 起立性調節障害 不登校 学校との連携 教師間の連携

**【問題・目的】** 不登校になった生徒の原因を探ると「朝起きられずに」という理由を聞くことがある。担任は、叱咤激励したり、学校へと誘いをかけたりする指導をよくしている。しかし、どうしても朝起きられない病気として起立性調節障害がある(田中, 2013)。

文部科学省は2014年度の学校基本調査において全国に小・中学校併せて117,457人の不登校児童生徒がいると発表した。NPO起立性調節障害ピアネットAliceは、その中の約5%に起立性調節障害(以下OD)の症状が見られ、ODと診断された児童生徒の4割が不登校になっていると報告している。

田中によれば、一般に教師はODをかかえる子どもに関する知識が少なく(2010)、子どもが適切な学校生活を送るために医療一学校連携が重要であり、ODをかかえる子どもの身体的特性の理解のもと、フレックスタイムでの登校などといった適切な対応ができることが大切であるとしている(2013)。また、「学校は、閉鎖性が高く新しいことをなかなか受け入れることができないことも現実である。学校とは、児童生徒が一生涯を通じて必要とする『人の関わりをもって生きていく力』を伸ばすよう働きかけ、児童生徒たちが社会に出ていく準備をする場である。従って、学校が果たす役割は、どの生徒であっても平等に教育を受ける場であることを念頭に置いた上で、教師は新しい病気に対しどのように受け入れるべきかについて、常に意識をもっておくことが大切である」と述べている。

一方、岡山県教育相談センターによれば、教師がODをかかえる子どもへの対応に関して悩みを抱えた時には、同僚や管理職に自分から『相談』することができない場合も多いのではとしている。「自分の力量不足と思われるのではないか」といった『不安』や「お互いに忙しいのだから」、「こんな小さなことで」といった『遠慮』、「自分に力がないから」あるいは「相談する行為自体が自分のプライドを傷付ける」といった教師の『自尊心』の問題もあり、あわせて「何をどう聞いてよいのか分からぬ」といった『コミュニケーションスキル』の問題も指摘して

いる(2010)。

田中(2010)は、ODをかかえる子どもにとって学校での生活や教育は非常に大きな意味をもつとし、大石(2004)は、ODをかかえる子どものためには、教師間の連携が必要不可欠と述べている。教師間の連携とは、話し合いを通して、その生徒にとって必要な事柄を確認し、それぞれの立場でできることを実践していくことである。

本研究では教員の立場で、教師間のどのような連携が有効であるか、ODをかかえる子どもに関する適切な理解のあり方等について、ODをかかえる子どもをもつ保護者の不安感をもとに質的調査を行う。

また保護者の立場から、子どもが不安をかかえることなく学校生活を送ることができるようするための教師に向けた手立てを探る。

**【方法】** ①ODをかかえる子どもをもつ保護者において実施されたグループ討議の発言録をもとに文脈から課題を探る。なお、発言録の利用については事前に許可を得た。

②ODの子をもつ保護者にインタビューする。

**【結果】** 保護者の会でのグループ討議から、「毎日の欠席連絡」、「学級通信、プリントの処理」、「一生に1回だから」という教師の好意より学校行事の参加の有無について再三聞かれること」「中学校の4教科の提出物について提出しない場合のデメリットを聞かされて提出を促されること」、「体調がすぐれないときに無理をして登校したときの対応」などの発言が抽出された。これらは、学校格差はあるものの、ODをかかえる子どもについての教師の認識が甘いことが原因となって生じる問題点と考えられる。また、保護者によっては、学校の対応に満足していない場合もあるが、一方で満足しているケースもあった。今後、教師に対して調査を実施し、対応策について考えたい。

**【考察】** 教師がODをかかえる子どもに対して配慮しようとする言動がむしろ子どもにとっては、負担となっている状況が推察された。このため、子どもにとって負担感のない対応の仕方について、教師の考え方や対応も含め検討を進めていく必要がある。

## 最近の全国平均体重の減少傾向をめぐって

○五十嵐裕子<sup>1)</sup> 後和美朝<sup>2)</sup> 松本健治<sup>3)</sup> 宮井信行<sup>4)</sup> 宮下和久<sup>3)</sup> 武田眞太郎<sup>3)</sup>  
 1)和歌山医大・院 2)大阪国際大 3)和歌山医大・衛生 4)和歌山医大・保健看護

学校保健統計 全国平均身長 全国平均体重 やせ傾向

### 【目的】

最近のわが国の子どもたちの身体発育、いわゆる発育促進現象が終息した段階にあるが、最近の学校保健統計資料（文部科学省）によると、男女とも全国の平均体重の年次推移に明らかな減少傾向がみられる。そこで、本研究ではその変化の全体像を明らかにするために、学校保健統計資料を用いて身体計測値の年齢別年次推移について検討した。

### 【方法】

検討資料は、総務省統計局の *e-stat* に掲載されている学校保健統計資料を利用した。資料には身体計測値（身長・体重・座高）の平均値と肥満・痩身傾向児の推移等が記録されおり、このうちの 1989 年（平成元年）以後 25 年間の資料を出生年コホートで semi-longitudinal に処理し、平均身長と平均体重に加えて体格指標としての BMI の年齢別年次の推移を観察するとともに、痩身傾向児の推移についても検討した。

### 【結果と考察】

性別年齢別の全国平均身長をみると、男女ともいずれの年齢においてもこの 25 年間に明らかな変化はみられなかった。一方、各年齢での全国平均体重の年次推移をみると、年齢によってその傾向は多少異なるが、男女とも増加傾向

を示しながら 1998～2005 年に最大値となり、その後は減少傾向に転じ、減少の程度は年齢が高くなるにしたがって大きくなっていた。このような平均体重の動きは、若年者では 1998 年からみられるが、高校生では 2005 年頃によるやくみられるようになる。そこで、出生年コホートで整理しなおしてみると、下図に示したように、1990 年生まれのコホートの 10 歳以上の年齢から減少傾向に転じていた。すなわち、1990 年生まれの子どもたちから後は、それまでの子どもたちとは異なる何らかの背景要因が関与しているのではないかと考えられる。なお、仮に平均身長と平均体重から BMI を試算してみると、体重の動きよりも明確に大きな変化として表現できるが、これは位置相差効果の考えられる平均値から算出された値であって、実態を示すものではない。平均体重のこのような減少傾向は、種々の調査報告で明らかにされているような「やせ願望」が一般化してきていることの表れであるとも考えられる。

一方、痩身傾向児の出現率の推移をみると（2006 年に判定基準が変更されたため、2006 年以後は比較）、いずれの調査年次も年齢が上がるにしたがって出現率が増加する傾向を示し、男子は 11 歳、女子は 12 歳で最高値となった後の出現率は減少傾向にあった。しかし、平均体重の年次推移にみられるような一定傾向の変化は認められなかつた。

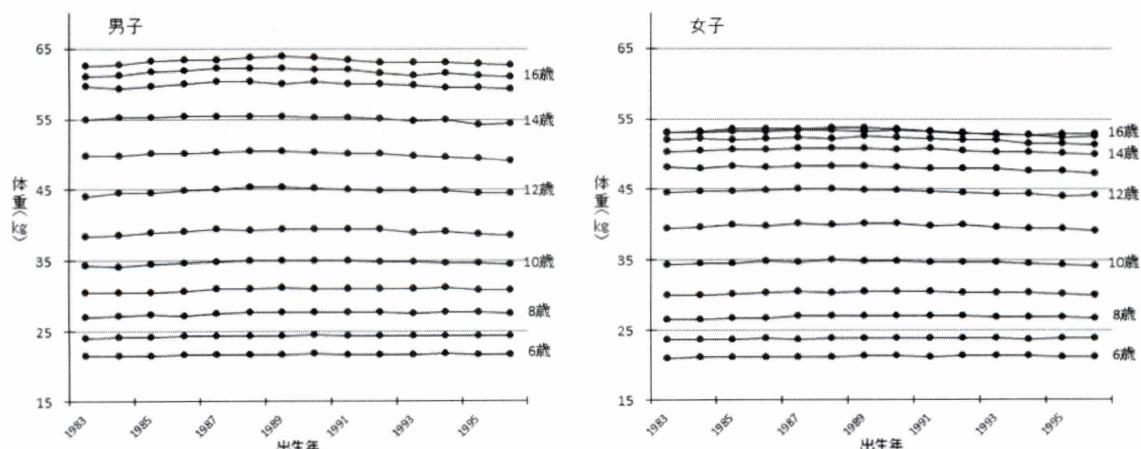


図 出生年コホート別にみた全国の平均体重の年次推移

## 女子学生における筋肉量と生活習慣との関連 —市販体組成計を用いた分析から—

○間瀬知紀<sup>1)</sup> 宮脇千恵美<sup>2)</sup> 小原久未子<sup>3)</sup> 奥野紗織<sup>3)</sup> 甲田勝康<sup>4)</sup> 藤田裕規<sup>4)</sup> 中村晴信<sup>3)</sup>

<sup>1)</sup>京都聖母女学院短期大学児童教育学科 <sup>2)</sup>平安女学院大学短期大学部

<sup>3)</sup>神戸大学大学院人間発達環境学研究科 <sup>4)</sup>近畿大学医学部公衆衛生学

キーワード：女子学生、筋肉量、食行動、運動習慣

### 【はじめに】

超高齢化社会を迎えた我が国において、高齢者の寝たきり・要介護の予防が重要な課題となっている。高齢者の寝たきり・要介護の要因の一つとして、加齢に伴う骨格筋量および骨格筋力が低下する病態である「サルコペニア」が注目されている。特に高齢者においてサルコペニアは、転倒や骨折などの原因となり、日常生活への支障をきたす要因となる。ヒトが獲得する筋量は20歳台をピークに加齢に伴って長期漸減し、筋量の獲得には、食事や運動等による生活習慣の影響が特に重要であるとされている。したがって、若年期に十分な筋量を獲得することは、超高齢化社会となった現代においては大きな課題である。

しかしながら、最近の若年女性の傾向として Body Mass Index(BMI)が18.5未満の低体重である「やせ」の割合が増加傾向にあり、低体重者においては、その体格から平均以上の筋量は獲得されていないものと思われる。また、その一方で BMI は正常範囲であるながら体脂肪率が高い正常体重肥満者、いわゆる「隠れ肥満」の存在が注目され、隠れ肥満の身体特性として体格に比して体脂肪率が高く、筋量の目安となる除脂肪量が少ないことが特徴とされている。このように若年女性においては体格・体組成に関する問題が指摘され、特に筋量の少ない女性においては、サルコペニアに罹患するリスクは大きいと考えられる。また、筋量の減少は高齢期に着目して研究がなされてきたが、若年期からのサルコペニアの予防対策として、若年者における筋量の現状を検討するとともに筋量獲得に関する要因を詳細に検討することが必要であると思われる。

そこで本研究は、女子学生を対象として筋量の獲得に影響を及ぼすと考えられる食行動および運動習慣について検討した。

### 【方法】

対象は京都市および名古屋市内の4大学に在籍する18~22歳の女子学生342名であった。体重、体脂肪率および筋量の測定には体重体組成計を用いた(タニタ Inner Scan BC-701)。質問紙調査項目は生活環境、体型認識、体型への希望、ダイエット経験、運動習慣および食行動に関する6項目であった。食行動調査はEAT-26(Eating Attitude Test 26)を実施した。分析は体組成計から算出された身長に対する筋肉量の割合を示す「筋肉量スコア」により Low group、Middle group、High group の3群に分類し比較検討した。

### 【結果】

身体組成に関して、Low group の体重、BMI、体脂肪率、体脂肪量および除脂肪量は他の2群と比較し有意に低値を示し、筋肉量は Middle group と比較し有意に低値を示した。質問紙調査よりダイエット経験および運動習慣についての回答の比率に有意な差が見られた。ダイエット経験については、Low group においてダイエットを経験している者の割合は低かったが、その中では、ダイエット方法として食事制限を実施していた者の割合が高かった。しかしながら、食行動調査では現在の食行動にはグループ間に有意な差は認められなかった。運動習慣については、Low group は中学、高校、現在のいずれの年代においても運動を習慣化していない者の割合が高かった。

### 【まとめ】

今回の結果から、女子学生において身長に対して筋肉量が少ない者は、食事制限のみのダイエット経験および運動を習慣化していないことが関連しているという結果が得られた。このことから、摂食制限および運動習慣の有無が若年女性の筋量獲得に影響する可能性の一つとして示唆された。

## 大学生における将来の運動に対するモティベーションについて

○宮脇千恵美<sup>1)</sup>, 間瀬知紀<sup>2)</sup>, 小原久未子<sup>3)</sup>, 甲田勝康<sup>4)</sup>, 藤田裕規<sup>4)</sup>, 奥野紗織<sup>3)</sup>, 中村晴信<sup>3)</sup>

<sup>1)</sup>平安女学院大学短期大学部, <sup>2)</sup>京都聖母女学院短期大学

<sup>3)</sup>神戸大学大学院人間発達環境学研究科, <sup>4)</sup>近畿大学医学部公衆衛生学

キーワード：運動習慣, 性差, モティベーション

### 【はじめに】

適度な身体活動は、糖尿病、悪性新生物、心臓循環器疾患等の生活習慣に由来する病気の予防や治療に効果的であることは先行研究により報告されている。しかしながら、日本や欧米諸国の先進国において、多くの人々は運動不足である。運動習慣の継続には、運動に対する外的モティベーションと内的モティベーションが関連しており、これらには性差が存在する事も報告されている。この性差は現在の運動習慣に関する報告が殆どであり、将来の運動習慣について性差の観点から検討した報告は少ない。そこで、本研究では、大学生における将来の運動に対するモティベーションについて、性差の観点より検討を行った。

### 【方法】

調査対象は、K 大学及び O 大学 765 名。有効回答率は 85% (男性 539 名、女性 111 名) であった。

無記名式の質問紙により、対象者の属性、現在の運動習慣の有無、運動への志向性、運動に対する恩恵、運動サポート（運動を一緒に使うパートナーの存在）、運動に対するセルフエフィカシー、将来の運動に対するモティベーションについて質問を行った。現在の運動習慣の有無について、1 回 30 分以上の運動を週 2 回以上実施しているものを、運動習慣有り群、それ以下を運動習慣無し群と分類し検討を行った。

### 【結果】

男性の運動習慣有り群と無し群の年齢、身長、体重、BMI において有意な差は認められなかった。

女性の運動習慣有り群と無し群においては、体重、BMI は運動習慣有り群が無し群より有意に高い値を示した。現在の運動習慣の有無を独立変数とし、運動への志向性、運動に対する恩恵、運動のサポート、運動のセルフエフィカシーを共変量に、2 項ロジスティック解析を行った。その結果、男性は、運動の志向性、運動のセルフエフィカシー、運動のサポートは現在の運動習慣に有意に影響を及ぼしていた。女性は、運動の志向性及び恩恵は有意な関連性はみられず、運動のセルフエフィカシー、運動のサポートのみ有意に影響を及ぼしていた。将来の運動のモティベーションについて、 $\chi^2$  二乗検定を行った結果、男性は女性に比べ「将来運動を楽しむためなら運動を実施する」と回答した者の割合が有意に多かった。また、女性は男性に比べ「将来美容のためなら運動を実施する」と回答した者の割合が有意に多かった。さらに、有意差のあったこの 2 項目に関して検討を加えた結果、「将来運動を楽しむためなら運動を実施する」には、現在の運動の志向性と運動の恩恵が有意に関連していた。「将来美容のためなら運動を実施する」には、運動の恩恵のみが有意に関連していた。

### 【結論】

将来の運動のモティベーションにおいて、男性と女性では異なる事が認められた。この事より、現在運動習慣を持たない女性においても将来運動を実施する可能性もあり、性差を考慮したアプローチの必要性が示唆された。

## 中学生における体力と傷害経験との関係

○笠次良爾<sup>1)</sup>

1) 奈良教育大学保健体育講座

**Key word :** 中学生, 体力, 傷害, 二極化

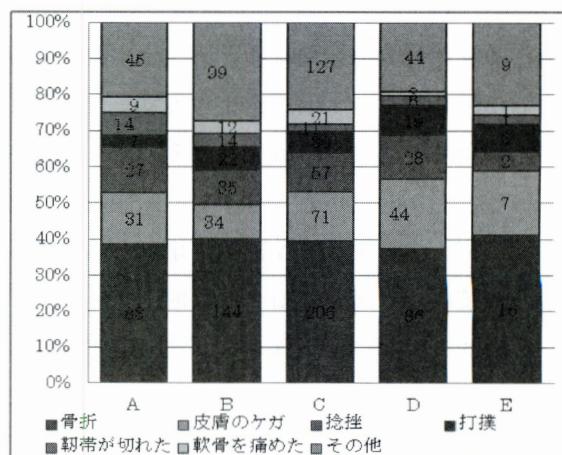
**【目的】**学校の管理下の災害の過去40年間の傾向を見ると、傷害の発生頻度は40年前と比べて2倍以上に増加しており、特に中学生における増加が著しい。中学生における傷害の原因で最も多いのが課外活動であり、近年その割合は増加傾向が見られる。運動習慣と体力との関係については過去に指摘されているが、傷害と体力との関連については報告されていない。今回はこの両者の関係について、過去の傷害歴と体力との関係について検討を行った。

**【対象】**奈良県内某市の中学校8校の中学生1年～3年生3066名（男子1590名、女子1476名）を対象とした。アンケートと新体力テストの結果を合わせた有効回答数は男子1326名、女子1258名、合計2584名であった。

**【方法】**全生徒に対して、文部科学省「新体力テスト」の8種目を行い、併せて傷害に関するアンケート調査を実施した。アンケート調査項目は、過去の傷害発生の有無、傷害の種類及び部位、傷害発生の原因であり、傷害の定義は1週間以上運動が出来ないもの、ギプス固定や手術が必要なものとした。傷害の原因のうち、「運動部活動の練習及び試合中の傷害、体育（体育的行事）中の傷害」を運動中の傷害とした。体力テストの結果はA～Eの5段階で判定し、この判定結果と傷害との関連について検討した。調査期間は平成23年の1学期の任意の時期である。統計学的検討は $\chi^2$ 検定ならびに一元配置分散分析を用いて実施し、有意水準は5%未満とした。

**【結果】**受傷者数は814名、受傷件数は1369(53%)件であった。そのうち運動中の受傷件数は564件(21.8%)であった。新体力テストの段階別にみると、受傷したことがある生徒はA群38.1%、B群32.5%，C群33.2%，D群25.6%，E群21.8%，運動中の受傷はA群19.7%，B群17.8%，C群16.2%，D群9%，E群8.1%であり、いずれも体力が高いほど受傷割合が有意に高かった。受傷者一人当たりの受傷数は全体で $1.68 \pm 1.00$ (件)であり、体力別ではA群 $1.78 \pm 1.25$ (件)、B群 $1.63 \pm 0.85$ (件)、C群 $1.71 \pm 1.02$ (件)、D群 $1.67 \pm 1.02$ (件)、E群 $1.44 \pm 0.70$ (件)で有意な差が認められなかった。

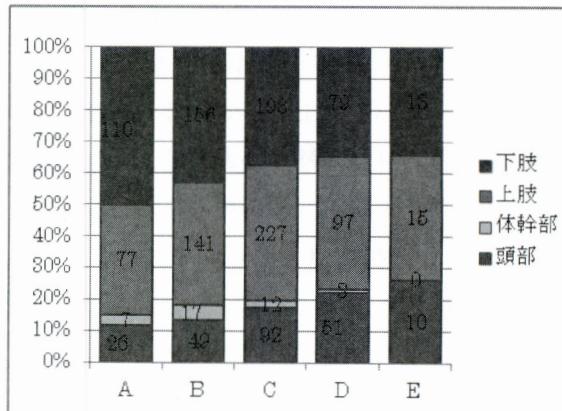
傷害の種類を体力段階別でみると、「靭帯が切れた、痛めた」では、A群が14件(6%)で有意に多く、C群が11件(2%)で有意に少なかった。「皮膚のケガ」では、B群が34件(9%)で有意に少なく、



D群が44件(19%)で有意に多かった(図1)。

(図1) 体力段階別傷害種類(数字は件数)

傷害部位を体力段階別でみると、「頭部」は、A群が26件(11.8%)で有意に少なく、D群が51件(22.2%)で有意に多かった。「下肢」は、A群が110件(50.0%)で有意に多く、D群が79件(34.3%)で有意に少なかった(図2)。



(図2) 体力段階別傷害部位(数字は件数)

**【考察】**体力が高いほど過去の受傷件数が多いのは、運動中の発生が多いことが影響していると思われた。受傷部位は体力が低いほど頭部の受傷割合が高くなり、頭部を守る動作が出来ていないことが示唆された。

## スポーツ外傷・障害の予防及びケアに係わる養護教諭の役割 ～高等学校運動部顧問と整形外科医との連携を通して～

○山本 順子<sup>1)</sup>,柳田 博美<sup>2)</sup>,西岡 伸紀<sup>3)</sup>,鬼頭 英明<sup>3)</sup>

1) 兵庫県立高砂南高等学校 2) 兵庫県立加古川医療センター 3) 兵庫教育大学大学院

**キーワード：**スポーツ外傷・障害、整形外科医、運動部員、運動部顧問、養護教諭

### 【目的】

本研究では、高校生、運動部顧問を主な対象として、スポーツ外傷・障害の予防、ケアに関する講演・講習・研修を行い、その有効性を災害発生件数、講演・講習の内容の実施状況等により評価した。また、養護教諭の役割について考察した。

### 【方法】

(1) 実態把握：平成23年11月、全校生対象に過去から現在までに経験したスポーツ外傷・障害と原因となったスポーツ、活動の現状等について質問紙調査を実施した。平成24年11月、新入生（1年生）に対しても同じ調査を実施し、2・3年生には入学後に経験したスポーツ外傷・障害について調査した（別紙1）。

(2) 講演・講習・研修：平成24年7月、全校生と保護者、職員を対象に整形外科医により「代表的疾患の紹介と治療方針」に関する講演を、同日午後に運動部代表生徒と職員を対象に「アイシング、ストレッチ等のセルフケア」に関する講習等を実施した（別紙2）。

平成25年7月にも1・2年生運動部全員と職員に「筋疲労へのケア」に関する講習等を実施した（別紙3）。

(3) 追跡調査：平成25年12月、1・2年生運動部員に講習等後に内容の習得や実施の状況を調べた。（別紙4）

(4) 分析方法：講演・講習等の有効性は、各年度の部活動中の災害発生件数を比較し（別紙5）、講習内容等の実施状況を、講習参加の有無で比較した。

### 【結果】

(1) 実態把握：平成23～25年度の発生件数を、①災害発生件数、②課外活動中、③運動部活動中、④8月中で示すと、H23：①135、②93、③93、④22、H24：①124、②75、③74、④11、H25：①104、②53、③51、④7であり、いずれも減少していた。

(2) 講演・講習・研修：平成25年度、運動部救急講習後追跡調査結果から、アイシングやストレッチを行う生徒が多くみられた。

(3) 追跡調査：筋肉の張り感に対するケアでは、「ストレッチをしっかり行った」「痛みのある部分のトレーニングをやめた」など、受講しなかった生徒より受講した生徒の方が10.1～26.1%多くケアを実施していた。筋肉の拘縮に対しても、「アイシングをしっかり行った」（受講者30.9%，未受講20.9%）に有意差がみられた。また、ケアの実施状況においては、実技で学んだアイシングやストレッチなどは多くが取り組めたが（アイシング75.1%，ストレッチが張り感のある者で86%，拘縮感のある者で88%）、講演や講義で学んだ運動制限（張り感のある者で27.5%，拘縮感のある者で39.5%）をはじめ、温冷交代浴、慢性期の温罨法、筋肉疲労時のアイソメトリック活用などは低率であった。

(4) 養護教諭の役割：養護教諭は、健康課題に関する実態の把握、分析、仮説から必要とされる保健活動を計画・実施、実態に即した保健活動の整形外科医への協力依頼、運動部顧問へ実態と必要な保健活動やケアについて共通理解を図ることなどを行った。

### 【考察】

部活動中の災害発生件数は、平成23年度に比べ、講習等を実施した平成24～25年度には6割程度に減少した。これらの結果は、保健活動の受講者のケア実施率が高かつたことから、保健活動の成果ではないかと考える。また、実技内容の以降の実施率がより高くなっている、研修方法の工夫が必要と考えられた。養護教諭の役割としては、生徒の健康課題を察知するとともに必要な保健活動の精選と関係職員や関係機関との連携を進めるコーディネーター的役割が重要であると考えられた。

### 3-6 自尊感情、社会的スキル、コーピングスキル、土日の過ごし方の関連性 — 小学校高学年児童対象の質問紙調査より —

キーワード： 小学生 自尊感情 問題行動  
【目的】

自尊感情、社会的スキル、コーピングスキル、生活習慣の関連を調べて、小学校高学年児童の特徴を把握し、今後の方策を考察・実践するための基礎的な資料を得ることを目的とする。

#### 【方法】

平成25年10月に都市部の1小学校の4～6年生223名（男子124名、女子99名）に質問紙調査を行った。調査項目は、①SE尺度（40項目 ポーリング全般SEと下位尺度、3件法）②コーピング尺度（12項目 大竹らのコーピング尺度短縮版 4件法）、③社会的スキル尺度（15項目 嶋田の向社会的スキルと攻撃行動4件法）、④生活習慣調査（5項目 日本学校保健会の「児童生徒の健康状態サーベイランス調査」項目から抜粋）とし、SE尺度、コーピングスキル尺度、社会的スキル・問題傾向、生活習慣相互の相関を調べた。生活習慣では、土日によく行うこと別に、その行動を選択している児童と選択していない児童との間にSE、社会的スキル、コーピングスキル、問題傾向の差があるかどうかをt検定した。解析にあたっては、Windows用統計プログラムパッケージ SPSS Statistics 20 を用い、有意水準は5%とした。

#### 【結果】

全般SE、SE下位尺度（学習SE、家族SE、友人SE）ともに、向社会的スキルと中程度の正の相関、攻撃行動と弱い正の相関（より少なく用い

表1 土日によく行うこと別に有意差がみられた尺度、スキル等（4～6年）

土日によく行うこと	曜	%	有意に高い	有意に低い
ゆっくり休む	土	44.8	—	—
	日	44.1	—	—
読書や音楽鑑賞など室内で遊ぶ	土	15.8	向社会、問題解決	—
	日	19.1	問題解決	—
PCゲームやTVゲームをする	土	29.0	気分転換、ゲーム依存	学習SE、友人SE
	日	29.1	気分転換、	問題解決
インターネットや携帯メールをする	土	5.9	攻撃行動	家族SE、友人SE、 <sup>サボ</sup> ト希求、向社会
	日	7.3	—	全般SE、家族SE、友人SE、 <sup>サボ</sup> ト希求、向社会、問題解決
TVやDVDを見る	土	23.5	認知回避	—
	日	24.5	<sup>サボ</sup> ト希求、ゲーム依存	—
家や図書館などで勉強する	土	24.4	行動回避	気分転換、ゲーム依存
	日	26.4	行動回避	—
家の外で遊ぶ	土	26.2	家族SE	行動回避、攻撃行動、反発
	日	25.5	家族SE	行動回避、攻撃行動、反発
クラブ活動や部活動、スポーツクラブへ行く	土	20.8	—	大人不信
	日	21.8	—	学習SE、大人不信
学習塾や補習に行く	土	25.8	学習SE、問題解決、反発	気分転換、ゲーム依存
	日	12.3	学習SE	ゲーム依存、 <sup>サボ</sup> ト願望
おけいこごとに行く	土	24.0	—	—
	日	10.5	—	—
家族や友人と出かける	土	24.9	—	<sup>サボ</sup> ト願望
	日	39.1	<sup>サボ</sup> ト希求	認知回避
地域の行事やボランティア活動に参加する	土	0.9	—	—
	日	1.4	—	—
家の手伝いをする	土	24.0	—	攻撃行動、ゲーム依存
	日	26.8	友人SE	—

○笠原清次 石井有美子 鬼頭英明 西岡伸紀  
兵庫教育大学大学院学校教育研究科

#### ライフスキル

る）がみられた。攻撃行動と問題傾向（大人不信、反発）は家族SEとの間により強い相関がみられた。問題解決スキルと全般SE、友人SE、向社会的スキルとの間に、それぞれ弱～中程度の正の相関がみられ、行動回避スキルと学習SE、家族SEとの間に弱い負の相関、攻撃行動、大人不信、反発との間に弱～中程度の正の相関がみられた。

次に土日によく行うこと別に、有意差が見られた尺度を示す（表1）。読書や音楽鑑賞などの室内遊び、家の外で遊ぶ、家の手伝いをするは、家族SE、友人SE、向社会的スキル、問題解決スキルが有意に高く、行動回避や攻撃行動、反発が有意に低いことが分かった。逆に、PCゲーム・TVゲーム、インターネットや携帯メールは、各SE、向社会的スキルが有意に低く、攻撃行動が有意に高いことが分かった。なお、学習塾や補習に行く、家や図書館などで勉強するは、学習SEが有意に高く、ゲーム依存は有意に低いが、行動回避や反発が有意に高いなどがみられた。

#### 【考察】

問題解決スキルを使う傾向が高かったり、土日によく家の外で遊ぶ、読書や音楽鑑賞など室内で遊ぶ、家の手伝いをすることは、SE、向社会的スキルに係って好ましい結果となっているが、逆に、行動回避スキルを使う傾向が高かったり、土日によくPC・TVゲームやインターネット・携帯メールをすることには問題性がうかがえ、詳細な分析や方策の検討を進めるべきであると考える。

## 小学校中学年を対象としたセルフエスティーム育成プログラムの効果

○坂田 敦子 小野麻美子 久保勝利 館沙央理 堀木理紗子 松本昌子 鬼頭英明 西岡伸紀  
兵庫教育大学大学院

**キーワード** セルフエスティーム 他者との関係 小学校中学年

### [目的]

本研究は、他者との関係からセルフエスティーム（以下SE）を育成することをねらいとした、小学校中学年対象のプログラムを作成し介入することで、その効果を測った。中学年を対象時期としたのは、小学校3、4年生頃からメタ認知ができるといわれており、また、他者との関係が密になり始め、自分を客観視できつつある時期であることによる。

### [方法]

平成26年1月から2月にかけて、兵庫県のA市立B小学校の小学校4年A組の児童（男子11名、女子17名、計28名）を対象として、学級単位でSE育成プログラムを1週間に1時間、計4時間実施した。その際、B組（男子10名、女子18名、計28名）を比較群としたが、A組終了後、B組にもプログラムを実施した。プログラムの各時の内容は、①「自分について考え、SEの大切さを知る」②「ふわふわ言葉・ちくちく言葉から受けける気持ちを考え、よりよい対人関係について考える」③「場面に応じたふわふわ言葉から、よりよいかかわり方を考える」④「いろいろなものの見方から、リフレーミングについて知る」とし、「相手だけでなく、自分もよい気持ちになる」ことを、授業のなかでロールプレイを取り入れながら意識させた。両組とも授業の前後にPreとPostの質問紙調査を行った。調査で使用した尺度は、自尊感情尺度（荒木、2011）、社会的スキル尺度（嶋田、2005）、学校享受感尺度（古市、2004）である。また、授業の終わりに振り返りとして、課題についての意識、授業の感想、今後の意欲（～を考えることができたか、～を見つけることができてうれしい気持ちになったか、もっと～しようと思ったか）を4件法で回答を求めた。

### [結果]

#### 1. 各尺度の信頼性

各尺度の信頼性を検討するためCronbachの $\alpha$ 係数を算出したところ、どの尺度も $\alpha = .70$ 以上で、内的整合性が認められた。

### 2. 介入後の効果について

プログラムの効果を調べるために、授業群、比較群のPre、Postの自尊感情等を比較するため、2要因の分散分析を行った。その結果、時期の主効果が見られ、Postの方が高かった（ $F(1, 53) = 4.8$ ,  $p < .05$ ）が、時期と群の交互作用は見られなかった。次に、毎時の授業の効果と子どもの自尊感情及び社会的スキルとの関連をみるために、授業後に書いた振り返りと尺度との関連を調べたところ、Postの自尊感情及び向社会的スキルとの間に有意な相関が多く見られた。第1時の「自分について考える」内容では、Postの全ての項目が自尊感情、向社会的スキルと有意な相関を示した。

また、授業の振り返りについての回答結果は、どの項目においても「とてもできた（思った）」が全体の61%～88%であった。

### [考察]

2要因分散分析は、両群ともPostの自尊感情が上昇したため、介入効果は明確ではなかった。これは比較群においても、介入の時期に総合的な学習の時間で「2分の1成人式」を行われ、友だちや保護者からよい点を提示してもらったり、自分を振り返ったりする学習が行われたことも影響しているのではないかと考える。また、子どもが、プログラムを対人関係に重点を置いているように受け取ったためか、感想に「友だちに今日勉強したことを言ってあげたい」などあり、自分に返して考えることが十分でなかった。

介入による効果は、授業後の調査では見られなかった。しかしながら、授業の振り返りと自尊感情、向社会的スキルの間には相関が多く見られたことから、授業が自尊感情や社会性に何らかの影響を与えたとも考えられる。また、振り返りや児童の感想からは、児童が意欲的に授業に取り組み、よく理解したことが伺える。

スキルトレーニングを取り入れた授業では、林（2010）も述べているように、効果の持続が問題となる。授業での学びが持続していくためには、継続した介入が必要ではないかと考える。

## 中学校保健体育科教員の小単元に対する指導の意識

○上田 裕司<sup>1)</sup> 鬼頭 英明<sup>2)</sup> 西岡 伸紀<sup>2)</sup>

1)京都市立加茂川中学校 2)兵庫教育大学大学院

キーワード：保健学習、中学校保健体育科教員、小単元、意識

### 1. 研究目的

日本学校保健会<sup>1)</sup>の調査では中学校保健学習の指導の実態は良好とは言えず、指導に関する様々な課題が指摘されている。本研究では、中学校保健体育科教員の小単元の指導に関する意識を把握し、保健学習推進のための支援の方策を検討する。

### 2. 研究方法

#### 1) 対象とデータの収集

調査の対象者は1府2県の公立中学校に勤務する255名の保健体育科教員とした。調査は2012年6月から8月にかけて行い、倫理的配慮として対象者が特定されないようにデータ処理を行った。

#### 2) 調査内容

中学校保健学習の各小単元の指導に関する意識を把握するために先行研究<sup>1,2,3)</sup>を参考にして作成した

質問紙を用いた。質問項目は「保健学習の準備状況」として3問、「指導に対する生徒の状況」として3問、「指導に関する支援」として2問の計8問を小単元毎に4件法(4. そう思う 3. まあそう思う 2あまりそう思わない 1. そう思わない)で回答を求めた。

### 3. 結果および考察

教員が授業を進めるために最も重要と考えられる小単元の知識と保健学習の指導に関する「学習指導に対する準備状況(指導内容の把握・教材の検討)」、「指導に対する生徒の状況(生徒の関心・生徒の理解・生徒の思考)」、「指導に関する支援(指導資料・研修会)」の回答との関連では、研修会の意識を除くすべての回答との間において有意な関連が見られ教員の小単元の知識が高いほど回答状況が良くなることが示された。

表1 小単元の知識との関連

小単元	質問項目	保健学習の準備状況		指導に対する生徒の影響			指導に関する支援	
		指導内容 の把握	教材の 検討	生徒の 関心	生徒の 理解	生徒の 思考	指導資料	研修会の 意識
1. 身体機能の発達		.745**	.382**	.357**	.399**	.260**	.360**	.019
2. 生殖に関わる機能の成熟		.816**	.493**	.474**	.397**	.420**	.339**	.024
3. 精神機能の発達と自己形成		.804**	.469**	.422**	.405**	.403**	.383**	.03
4. 欲求やストレスへの対処と健康		.824**	.535**	.444**	.395**	.371**	.431**	.027
5. 身体の環境に対する適応能力・至適範囲		.836**	.550**	.447**	.489**	.410**	.463**	.082
6. 飲料水や空気の衛生的管理		.816**	.560**	.404**	.437**	.429**	.564**	.106
7. 生活に伴う廃棄物の衛生的管理		.805**	.613**	.444**	.560**	.434**	.480**	.089
8. 交通事故や自然災害などによる傷害の防止		.796**	.633**	.553**	.490**	.395**	.442**	.016
9. 交通事故などによる傷害の防止		.861**	.637**	.570**	.519**	.486**	.475**	.006
10. 自然災害による傷害の防止		.789**	.576**	.547**	.541**	.437**	.551**	.058
11. 応急手当		.817**	.596**	.497**	.513**	.400**	.543**	.189
12. 健康の成り立ちと疾病の発生要因		.840**	.570**	.546**	.464**	.448**	.504**	.105
13. 生活行動・生活習慣と健康		.786**	.513**	.538**	.474**	.414**	.462**	.096
14. 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康		.872**	.616**	.529**	.601**	.446**	.553**	.066
15. 感染症の予防		.826**	.524**	.533**	.511**	.381**	.549**	.070

○相関係数 Spearman \*\* : p<.01

引用参考文献

1) 財團法人 日本学校保健会：平成22年度保健学習推進委員会報告書 - 第2回全国調査の結果 - , 2012

2) 公益財團法人：保健学習授業推進委員会平成25年度報告書「中学校の保健学習を推進するために」 2013

3) 全国調査による保健学習の実態と課題-児童生徒の学習状況と保護者の期待について-学校保健研究 -, 2007

## 高校生における自律的動機づけとレジリエンスとの関連

○久保勝利，小野麻美子，坂田敦子，堀木理紗子，松本昌子，館沙央理，鬼頭英明，西岡伸紀  
兵庫教育大学大学院

キーワード：高校生 自律的動機づけ 自己決定理論 ソーシャル・サポート レジリエンス

### 【目的】

本研究の目的は、精神的健康と不登校予防の観点から、高校生における自律的動機づけとレジリエンスとの関連を検討するとともに、子どものレジリエンスを涵養するためのアプローチとして、自己決定理論の援用の可能性を検討するものである。

### 【方法】

#### 手続き

2014年1月下旬に、兵庫県下の公立高等学校普通科1・2年生各120名計240名を対象に質問紙調査を行った。回収された220名（回収率91.7%）のうち、回答に不備のあった7名を除く213名（男子102名、女子111名）を分析対象とした。平均年齢16.3歳（SD±.58）。分析には、SPSS（ver.21）を使用した。

#### 質問紙の構成

1. 属性（学年、性別、年齢）および現在の身近なソーシャル・サポート源の有無について「家族」「友人」「その他」「いない」の4つの選択肢で尋ねた。

#### 2. 使用尺度

①平野（2010）の作成した「二次元レジリエンス要因尺度」（21項目）について5件法で回答を求めた。

②安藤（2005）の作成した「学習動機づけ尺度」（14項目）について5件法で回答を求めた。

③櫻井（1993）の作成した「有能感・有能欲求・自己決定感・自己決定欲求尺度」（33項目）について6件法で回答を求めた。

④久田・千田・箕口（1989）の作成した「学生用ソーシャル・サポート尺度」（14項目）について4件法で回答を求めた。

### 【結果】

#### I. 各尺度の探索的因子分析

##### 二次元レジリエンス要因尺度の因子分析

固有値1以上の探索的因子分析（最尤法、プロマックス回転）を行い、4因子が抽出された。第1～第4因子を「行動力」、「社交性」、「楽観性」、「問題解決志向」と命名した。Cronbachの $\alpha$ 係数は尺度全体が.82、第1～第4因子が.81,.85,.82,.71であった。

##### 学習動機づけ尺度の因子分析

固有値1以上の探索的因子分析（最尤法、プロマックス回転）を行い、4因子が抽出された。第1～第4

因子を「外的調整」、「内的調整」、「同一化的調整」、「取り入れ的調整」と命名した。 $\alpha$ 係数は第1～第4因子が.77,.59,.70,.76であった。「同一化的調整」と「内的調整」を「自律的動機づけ」得点として分析に用いた。

#### 有能感・有能欲求・自己決定感・自己決定欲求尺度の因子分析

各尺度毎に固有値1以上の探索的因子分析（最尤法、プロマックス回転）を行い、各1因子が抽出された。各々「有能感」「有能欲求」「自己決定感」「自己決定欲求」と命名した。 $\alpha$ 係数は.81,.81,.74,.81であった。

#### 学生用ソーシャル・サポート尺度の因子分析

固有値1以上の探索的因子分析（最尤法、プロマックス回転）を行い、2因子が抽出された。第1因子を何らかの援助が期待できるようなサポートとして「理解的協力的サポート」、第2因子を情緒的なサポートとして「受容的共感的サポート」と命名した。 $\alpha$ 係数は、尺度全体が.91、「理解的協力的サポート」、「受容的共感的サポート」が.86,.85の値を得た。

### II. 自律的動機づけとレジリエンスとの関連の検討

各尺度得点間の相関係数を算出した結果、レジリエンスは、有能感、自己決定感とそれぞれ有意な中程度の正の相関（ $r=.46,.42, p < .001$ ）を、自律的動機づけ、同一化的調整、内的調整、ソーシャル・サポートとは有意な弱い正の相関（ $r=.25 \sim .31, p < .001$ ）を示した。

### III. レジリエンスと自己決定理論との関連の検討

レジリエンスと自律的動機づけを目的変数に、有能感、自己決定感、ソーシャル・サポートを説明変数として重回帰分析を行った結果、レジリエンスに対して有能感（ $\beta=.32, p < .001$ ）、自己決定感（ $\beta=.32, p < .001$ ）、ソーシャル・サポート（ $\beta=.21, p < .001$ ）がともに有意な正の影響を及ぼしていることが明らかとなった。

### 【考察】

本研究の結果より、自己決定、有能感、ソーシャル・サポートを通したアプローチによって、子どものレジリエンスを涵養することの可能性が示唆された。

#### 引用文献

平野真理 2010 レジリエンスの資質的要因・獲得的要因の分類の試み、パーソナリティ研究、19、2、94-106。  
<紙面の都合により、一部省略>

## 小学生におけるメディアの複数使用による健康への影響

○中村晴信<sup>1)</sup>, 小原久未子<sup>1)</sup>, 奥野紗織<sup>1)</sup>, 甲田勝康<sup>2)</sup>, 藤田裕規<sup>2)</sup>, 間瀬知紀<sup>3)</sup>, 宮脇千恵美<sup>4)</sup>

<sup>1)</sup> 神戸大学大学院人間発達環境学研究科, <sup>2)</sup> 近畿大学医学部公衆衛生学

<sup>3)</sup> 京都聖母女学院短期大学, <sup>4)</sup> 平安女学院大学短期大学部

キーワード：小学生，メディア，健康影響

### 【はじめに】

ゲーム・テレビ・携帯電話・パソコンなどのメディアは、機能も多様になり、価格面からも比較的簡単に入手可能であることから、一般社会に広く普及しており、家庭や子どもたちの生活にも深く浸透している。メディアからもたらされる情報は膨大かつ多種多様であることから、これらのメディアを使用することが常態化したり、時には長時間使用であったり、また、受信あるいは発信する情報の内容に個々人が影響を受けることは十分考えられることであり、メディアとどのようにつきあうかについては、様々な観点からの検討が必要である。また、個人でこれらのメディアを複数所有したり、所有はしなくても複数のメディアを利用したりする機会は増加している。今回は、これらのメディアとの接触機会が増加すると思われる小学校高学年児童を対象に、複数のメディアを使用することの健康影響について調査したので報告する。

【方法】調査は 2009 年 6 月～7 月に実施した。対象者は、兵庫県 A 島に存在する全 3 市の小学 4 年生 1,056 名（男子 509 名、女子 547 名）、5 年生 1,195 名（男子 597 名、女子 598 名）、6 年生 1,213 名（男子 615 名、女子 598 名）の合計 3,464 名（男子 1,721 名、女子 1,743 名）である。質問項目は、身体状況、生活習慣、ゲーム、テレビ、パソコンの各々の 1 日の利用時間、からだとこころの健康状態に関する質問である。統計学的解析は SPSS18.0 (SPSS Inc., Chigaco, IL) を用い

て行い、有意水準を 5%とした。尚、本研究は神戸大学大学院人間発達環境学研究科研究倫理審査委員会の承認を得て実施した。

【結果】ゲームについては、男子、女子ともに、どの学年も 1 時間以内の使用の者が多かった。一方、テレビは男子、女子ともにどの学年も 1 時間以上の者が多かった。パソコンについては、男子、女子ともにどの学年も 1 時間以内の使用が多かった。

ゲーム、テレビ、パソコンの 1 日当たりの使用時間を 1 時間未満と 1 時間以上の 2 群に分けると、各々のメディアにおいて、1 時間以上使用している者の方が、就寝時刻や起床時刻が遅く、また朝食を欠食する者、朝食を一人で摂る者が多かった。また、不定愁訴を訴えるものも多かった。次に、各々のメディアの使用時間が 1 時間以上である者が複数ある場合とない場合を比較すると、1 時間以上使用しているメディアの数が増えるほど、好ましくない生活習慣であったり、不定愁訴を訴えていたりした。

【結論】本研究結果より、メディアの使用時間は生活習慣や不定愁訴に影響を与えること、および使用しているメディアが複数にわたるほど、その影響は強くなる結果が示された。今後、メディアを利用する機会は増加していくことが考えられるが、メディア利用の長所も理解しながら、健康影響も十分に考慮した利用法を考える必要があることが示唆された。

## 女性のボディイメージ形成の要因に関するメディア分析の一考察

○館沙央理、小野麻美子、久保勝利、坂田敦子、堀木理紗子、松本昌子、西岡伸紀、鬼頭英明  
兵庫教育大学大学院

キーワード：女性 ボディイメージ テレビメディア

### 【背景と目的】

厚生労働省(2009)は、普通体重( $18.5 \leq \text{BMI} < 25$ )にも関わらず、49.9%の女性が「体重を減らそうと思っている」と回答したと報告している。特に女子大生に関しては、BMIが正常範囲にも関わらず、ダイエットを繰り返し行い、太っていると思い込む危険性も指摘されており(小林 2010)、その要因の一つに自己の体型に関わらず痩身願望があることが考えられる(安田他 2008)。青年女子の痩身願望を引き起こす要因にボディイメージの歪みがあり(田崎 2006)、これが強い程、痩せ願望が強くなることや(溝口 2000)、更に痩せることを目的としてダイエットを行うことが報告されている(田崎 2006)。

千須和(2012)は、ボディイメージに影響を与える一要因を「社会的要因」とし、その一つにメディアをあげている。中原(2005)は、テレビや雑誌などで紹介されている「痩せている人」を羨ましく思うことは無条件にそれを良いものとして肯定的に捉えることとも関係があり、馬場(2000)は、痩身願望が痩身のメリット感に直接影響すると述べている。

志渡(2004)によれば、女子大学生のダイエットの情報源は、週刊誌に次いで、民放テレビが半数以上を占める。女性雑誌に関して、磯井他(2002)は、身体的内容を扱う広告の増加、読者に対して憧れるべき身体像の提示及び読者に対する身体美希求の欲求の刺激等の特徴をあげている。また、諸井他(2008)は、身体に負担をかけるダイエット行動は、雑誌の広告、痩身モデルによって、痩身願望が強まるところで引き起こされるとしている。痩せ願望が高くなればなるほどダイエット情報の被影響性も大きくなること(黒田 2007)や、小・中・高・大学生のメディア接触時間は年齢が上がるにつれて多くなっているとの報告(井上 2006)もあることから、今後も若年女性がダイエット情報に影響される可

能性は高いと考えられる。しかし、先行研究は雑誌に特化したものが多く、雑誌に次いでダイエットの情報源であるテレビメディアに関する先行研究が少なかった。そこで本研究では、テレビメディアからのボディイメージ形成要因を探る手がかりとするため、女子大学生がテレビを視聴する時間帯やテレビに出演する女性の特性等に焦点を当てて調査を行った。

### 【方法】

2014年4月に、3大学の女子大学生100人を対象にテレビメディアに関する質問紙調査を無記名自記式で行った。質問項目は全6項目である。

### 【結果】

質問紙調査の結果は、以下の通りである。よくテレビを視聴する時間帯について平日と休日ともに、19時から22時の間が約50%以上であった。よく視聴するテレビ番組については(複数回答)、「バラエティ番組」71.1%、「ドラマ」62.6%となつた。また、影響を受けていると考えている女性出演者(複数回答)については、「歌手・ミュージシャン」46.6%、「モデル」40.4%、「アイドル・タレント」34.3%等の割合が高かった。テレビメディアの女性出演者の何に影響を受けているかについての回答(複数回答)では「ファッション」「髪型」「体型」との回答が各々約40%であった。これらは先行研究と同様、外見に関する項目に回答が集中した結果となつた。また、女性出演者の影響度については「非常に影響を受けている」と「やや影響を受けている」をあわせると約40%となつた。先行研究での小学生や中学生を対象とした「影響を受けている」と答えた割合は学年とともに上昇しており、大学生はその延長線であった。これらの結果をもとに今後、テレビメディアを対象としたメディアの内容分析を行う予定である。

## 高校生のスマートフォン等情報機器使用と姿勢との関連

○金子敏雄<sup>1)3)</sup>, 山内雄貴<sup>1)</sup>, 井上文夫<sup>2)</sup>

1) 京都教育大学大学院教科教育研究科, 2) 京都教育大学, 3) びわこきららこども園

**キーワード:** 高校生, 情報機器使用, 姿勢

### 【研究目的】

近年, 新たな健康問題, 社会問題の1つとして青少年のスマートフォン等の情報機器の“病的な使用”の問題がある。

本研究は高校生のスマートフォン等の情報機器の使用と生活習慣が姿勢に大きな影響を与えていているのではないかとの仮説のもと, 姿勢変化に伴う症状との関連について検討した。

### 【研究方法】

#### (1) 対象

京都市K高等学校に在籍する3年生170名(男87名, 女83名)の生徒を対象とした。

#### (2) 方法

姿勢の評価: 前面, 右側面の2方向からwebカメラで立位姿勢を撮影した。姿勢の評価は右側面ではA角(足底中央部から頸先までの傾斜角), B角(足底中央部から耳孔までの傾斜角), C角(足底中央部から肩峰までの傾斜角), D角(耳孔, 背部最大突出点, 足底中央部がなす角)を測定した。前面からは, E角(全身傾斜角), F角(肩峰の左右傾斜角)の評価を行った。

アンケート調査: スマートフォン等の使用実態、運動習慣とともに、姿勢不良と関連する症状の有無について調査を行った。

### 【結果】

身長, 体重, スマートフォン等の使用, 運動習慣等において男女差が認められたことより男女別に検討を行った。

#### 1. 部活動(運動部, 文化部, 無所属)との関連

部活動の比較では男子において、姿勢評価のC角で運動部と文化部, 運動部と無所属において有意差がみられ、姿勢中心線より肩峰部が前方寄りに位置している者が多くみられた。

女子では有意差はみられなかった。

#### 2. 視力との関連

男子では有意差はみられなかったが、女子で右視力0.7~0.9の者が1.0以上よりもA角, B角に有意差がみられ、左視力では0.6以下の者が1.0以上の者よりA角, B角, C角が小さく、視力の悪いグループでは左右とも上半身が前方になる傾向となった。

#### 3. 情報機器所持, 使用時間との関連

男子ではパソコンを全く使わない者に比べ、2~4時間使用している者のC角に有意差がみられ、肩峰部が前方に位置した前かがみ姿勢がみられた。

女子においてはスマートフォン, ゲーム機所持者のB角, D角に有意差がみられた。また、スマートフォン使用時間が長い者のD角に有意差がみられた。

### 【考察】

対象校は進学校であり、当初の予想よりは情報機器の所持、使用時間は少なかったものの、情報機器等の使用の有無では男女ともに姿勢に有意な差が認められた。特に女子におけるスマートフォンによるD角の低下は姿勢中心線より各部の位置が前方に位置し、全体に猫背姿勢を呈する者が多くみられ、今後の使用によりさらに強い猫背姿勢となる傾向があると考えられる。今後サンプル数を増やし、時間経過を追って再度調査していきたい。

## 私費外国人留学生のアルバイトの実態とそれが日常生活に及ぼす課題に関する研究

○藤原本代、斎藤充子、中村朋子、石見幸子、森田富士子、藤本芳彦、伊藤敦子、西岡伸紀、鬼頭英明

兵庫教育大学大学院

キーワード：私費外国人留学生 生活実態 アルバイト

### 課題と目的

現在、日本には、経済的な困難を抱えている多数の私費留学生が在留している。独立行政法人日本学生支援機構（JASSO）が実施した平成23年度私費外国人留学生生活実態調査によれば、留学生の苦労は「物価が高い」が最も多かった。また、7割が何らかのアルバイトに従事しており、アルバイトの従事時間は週平均20時間以上25時間未満が最も多かった。従って、経済的困難を抱えている留学生は、収入を得るためにアルバイトに時間を割いているものと考えられる。長崎国際大学、横浜国際大学の実態調査においても、経済的問題に困難さを感じていることが挙げられている。大半の留学生は、学費に加え生活費も貯わなければならぬ状況である。

一方、彼らにとってアルバイトは、言語習得、会話能力向上、日本事情を学ぶ社会勉強のために必要な要素と考えられるが、こうした利点に対し欠点として、学習時間、睡眠、健康に少なからず影響を与えることが懸念される。他大学の調査でもアルバイトと学業の両立が課題としてあげられており、「長期に亘る夜間アルバイトは、就寝時間を遅らせ、睡眠時間を圧迫している」と報告している。

ところで、各種学校においては、専門学校生の生活実態調査に関する報告はほとんど見あたらない。

本研究では専門学校生の生活実態調査を実施し、その際、アルバイトに関する利点と欠点の捉え方や考え方についても調査を行うことで、留学生が課題を克服して学習成果をあげられるようにするために、どのような指導助言ができるのか、また健康の重要性に気付くための教育支援の方策について検討することとした。

### 研究方法

専門学校の19歳から30歳の私費外国人留学生95名を対象に質問紙調査を行った。質問紙はJASSOの私費外国人留学生生活実態調査、各大学のアンケートをもとに作成した。質問紙調査は平成26年1月から2月に行った。調査内容は日本での生活状況と健康状況、学習、アルバイト状況等である。

### 結果と考察

調査対象者の出身国は、中国が最も多かった。また、アルバイトをしていた学生は全体の82%を占めていた。アルバイトをしている理由については、「生活維持のため」と回答した割合が最も多く、次いで、「日本人との交流機会を得るため」、「学費のため」の順となった。留学後の苦労については、「物価が高い」と回答した割合が最も多く、「日本語の習得」、「学費」の順であった。アルバイト時間に関しては、「週に20時間から25時間未満」と回答した割合が最も多く、次は「25時間以上」であった。また、アルバイトをしている学生の一週間の勉強時間は、「7時間未満」が最多となったが、アルバイトをしていない学生では、「7時間以上14時間未満」と両者共に時間は短いものの若干の差がみられた。アルバイトをしている学生のアルバイト時間と一週間の勉強時間の関連については、「25時間以上アルバイトをしている」と答えた学生の勉強時間は「7時間未満」で最も多くなった。睡眠満足度については、アルバイトをしている学生、していない学生ともに高かつた。一方で、睡眠不満足と答えた者の、その理由については、「アルバイトが忙しいため」が最も多くなつた。今後、さらにアルバイトと睡眠、学習時間との関連性について検討していく予定である。

## 本学医学部の学生の傾向と学生相談室の課題

○小谷典子、池田行宏、(近畿大学医学部附属病院安全衛生管理センター)

キーワード：医学部、アンケート、学生相談室、

### 【目的】

本学医学部学生相談室の活動を振り返り、課題を検討するために、学生の対人関係の取り方や悩み・不安に関連する調査を行った。今回は特に、学生の悩みと相談に関する傾向とそこから検討した学生相談室の課題について報告する。

### 【方法】

医学部1年生～6年生(660名)を対象に、2013年4月の健康診断時の問診票とともにアンケート用紙(無記名)を配布、回収箱に提出してもらう形で回答を収集。390名分回収(回収率59.1%)。そのうち331名分(1年生67名、2年生72名、3年生50名、4年生47名、5年生43名、6年生51名、不明1名)を有効回答として分析した。アンケートは本学安全衛生管理センターのスタッフで作成。現在の生活状況や学内でのコミュニケーション、この1年間の悩みや不安、相談に関するここと、学生相談室への意見等を選択肢や自由記述で回答してもらった。

### 【結果と考察】

#### (1) 学内でのコミュニケーション

教員とは、「必要なら話す」が大半(71.3%)である一方、9.4%の学生が「話しかけにくい」「話すことができない」と回答した。同輩、先輩とは「よく話す」が過半数(71.3%)であった。しかし同輩に「話しかけにくい・話すことができない・話すことがない」(4.5%)、先輩とは「話しかけにくい・話すことができない」(3.0%)も少數存在。多くの学生は、日頃から学内で教員や学生同士の関わりをもっているが、一部の学生は孤立しかねない状態であると推測できる。

#### (2) 今、悩みや不安を感じている事

多くの学生(81.1%)が何らかの悩みや不安を持っていることが示唆された。全体として一番多かった「学業の悩み」を学年別に見ると1年(58.2%)が一番多く、次いで2年(56.9%)と6年生(56.9%)が多くなった。3、5年生ではやや減少していたが、4年生では増加していた(46.8%)。1、2年生はそれ

までの勉強とは異なる医学という専門性の高い学業に適応していくこと、4年生ではCBTやOSCE、6年生では卒業試験と国家試験という大きな課題があるためと推測できる。

「その他」(1.5%)の大半は、学費や生活費など経済的な悩みであった。数は少ないが、これは学生生活を維持するために不可欠であり、場合によっては学業に支障が出ると危惧されるため、軽視できない問題であると言えるだろう。

#### (3) 誰に相談しようと思うか

全体では「学内の友人」(56.7%)や「家族」(47.9%)に相談するという回答が多かった。「学内の友人」について学年別にみると、低学年(1年44.8%、2年47.2%、3年54.0%)より高学年(4年68.1%、5年65.1%、6年70.6%)の方が割合が高かった。学年が進むにつれ、学内の人間関係が築かれ、また事情もよく分かり合える「学内の友人」に相談することが多くなると考えられた。

さらに、「必要ない(5.8%)」「いない(4.2%)」に注目したい。「必要ない」と答えた学生は、物事を一人で解決しようとする自己完結型の傾向があると思われた。この傾向が過剰になると、他者へ支援を求める対処を取りにくくなると推測できる。

#### (4) 学生相談について

多くの学生が何らかの悩みを抱えているものの、学生相談室に足を運びにくい(2013年度の利用者数は全学年の1.8%)のは、普段から他人とのコミュニケーションが少ない傾向に加え、上記のような自己完結型や、相談室利用への消極的な態度等が関係すると思われた。ただ、学生相談室を「利用しにくい・したくない」と答えた学生も存在するが(17.3%)、「必要性を感じたら」利用したいという学生が大半(70.1%)であった。また相談相手が「いない」学生への働きかけが、学内での問題の深刻化を防ぐことにつながると考えた。

学生自身が支援の必要性を感じた時に、相談に結びつきやすい運用を考えたい。相談室に関する情報に触れる機会を増やすことや、教職員との連携、学生の声が反映されやすい環境を整えることが、学生と相談室のつながりを築く手立てになるであろう。

## 医学部生におけるB型肝炎抗体獲得のための方策

○池田行宏、小谷典子、(近畿大学医学部附属病院安全衛生管理センター)

キーワード：医学部生、B型肝炎ワクチン、抗体価

### 【背景と目的】

病院で実習を行う医学部生の安全管理において、B型肝炎ウイルス抗体の獲得は重要な課題である。日本では環境感染学会や米国CDCのガイドラインを参考にワクチン接種が行われている<sup>1,2)</sup>が、抗体獲得率は1クール3回の接種で90%程度である。抗体が獲得できなかった学生は翌年度もう1回接種の機会が与えられているが、追加接種しても抗体が獲得できない場合もあり、何らかの対策が必要である。現在、日本では酵母由来の組換え沈降B型肝炎ワクチン2種類（化学及血清療法研究所「ビームゲン」、万有製薬（製造元：米国メルク社）「ヘプタバックスII」）が使用可能である<sup>3,4)</sup>（表1）。今回、病院の方針でワクチンの種類が変わることになったので、その成績を評価する。

### 【方法】

2012年度医学部4年生（101名）を対象に、B型肝炎ワクチン（ビームゲン）接種（1クール3回）後、抗体価を測定（図1）。抗体獲得率を計算した。陰性者には翌年度ワクチンの種類を変えて1回接種後抗体価を測定した。2013年度4年生（98名）はB型肝炎ワクチン（ヘプタバックスII）を同様のプログラムで接種し、抗体価を測定した。

### 【結果と考察】

2012年度抗体価100以上は57名（56.4%）、10以上100未満は39名（38.6%）、10未満は5名（5.0%）。米国CDC、日本環境感染学会のガイドラインに従い10未満を陰性とすると、5名

（5.0%）が陰性となった。この5名について、翌年度種類を変えて接種したところ4名（80%）が獲得、1名が陰性となった。同じ種類を投与していたときと同程度の獲得率であったので、種類を変えることで、獲得率には影響はないと考えられる。

一方、2013年度の対象者98名では抗体価100以上は49名（50.0%）、10以上100未満は41名（41.3%）、10未満は8名（8.2%）であり、2012年度と比較して成績が悪かった。この原因の一つには接種方法（今回は皮下注）があるかもしれません。2014年は筋注も試みる予定である。

### 【参考文献】

- 1) 院内感染対策としてのワクチンガイドライン 環境感染学会誌 Vol. 24 Suppl., 2009
- 2) Immunization of Health-Care Personnel Recommendations of the Advisory Committee on Immunization Practices (ACIP) Recommendations and Reports November 25, 2011 / 60(RR07)
- 3) 木村三生夫、平山宗宏、堺春美. B型肝炎. 予防接種の手引き(第11版), 近代出版: pp 302-303, 2006
- 4) Aono J, Yotsuyanagi H, Miyoshi H, et al. Amino acid substitutions in the S region of hepatitis B virus in sera from patients with acute hepatitis. Hepatol Res: 37(9): 731-739, 2007

表1 日本で使用可能なワクチン

製品名	製造所	血清型	遺伝子型
ビームゲン	化学及血清療法研究所	adr	C
ヘプタバックスII	Merck Sharp & Dohme 日本輸入元：万有製薬	adw	A

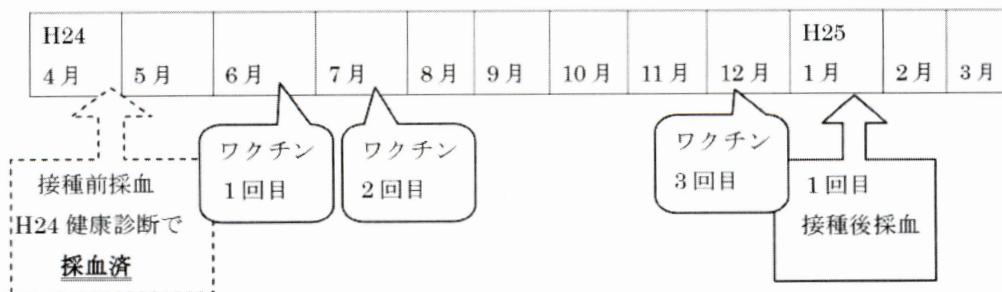


図1 ワクチン接種スケジュール

## 若者のデートDVの特徴と予防啓発教育の必要性

○松村歌子、関西福祉科学大学

キーワード：ドメスティック・バイオレンス（DV）、デートDV、予防啓発教育

### 【目的と方法】

近年、配偶者等の暴力防止及び被害者の保護等に関する法律（以下、DV防止法）の施行や関連諸機関の被害者支援に向けた取組みにより、DVについての認知も高まり、若年層における交際相手からの暴力（デートDV）の問題も顕在化してきた。

DV防止法が施行されて以来、様々な自治体やNPO団体、司法関係者や医療関係者、学校関係者が、保護命令制度の活用や申請書類作成支援、一時保護、警察による情報提供や安全確保などの支援、行政窓口への付添支援、アドヴォケイト、居場所作り、就労支援など、様々な支援に取り組んできた。しかし、内閣府の「被害者の自立支援等に関する調査結果」（平成19年）によると、配偶者等の暴力により90.1%が怪我や精神的に不調を来し、そのうち67.2%が暴力の影響で医師の診察等を受けている。また、生活費を自分の就労による収入だけで賄っている人は14.7%にすぎず、DV被害者の生活再建が困難な状況が見てとれる。さらに、夫婦間の暴力や両親の離婚が子どもへ及ぼす影響を考慮すると、被害が発生してから、被害者を支援するという対症療法治的なやり方ではDVはなくならないことは明白であり、DVの予防啓発のための教育が必要である。

そこで、本報告では、内閣府、各自治体やNPO団体などにより実施された、デートDVに関する様々な実態調査から、配偶者間におけるDVと若年層におけるデートDVの違い、デートDVについての若年層の意識や経験、暴力の考え方などについて整理し、若年層におけるデートDVの特徴を明らかにした上で、諸外国の暴力防止教育の実践例を比較検討し、デートDVの予防啓発のために必要な教育について考える。

### 【結果と考察】

国内における学校教育機関でのDV予防啓発教育の実践をしているNPO団体の調査報告によると、DVについての理解や暴力の感度については、中学生・高校生たちは、DVやデートDVという言葉については知っていても、実際の中身についての正しい理解が乏しく、被害経験を相談する相手はほとんどの場合が友人である。そして、デートDVは、恋愛感情を理由として、特に携帯電話等を利用して、相手の行動を制限す

ること、強制することが正当化される一方で、親密な関係にあるがゆえに暴力が許容されるべきだと合理化されるといった特徴がある。恋愛感情と暴力は結びつきやすく、社会の価値観やジェンダー規範による影響も大きい。特に若年層は漫画やマスマディアなどからの影響を受けやすい。また、デートDVにおいては、合意のない性行為や性感染症をうつす、避妊しないといった性的暴力も多く、妊娠や中絶によって女性が学業を続けられなくなることや若すぎる結婚につながることが指摘されている。

実践されている予防啓発教育の内容は、DV・デートDVについて学ぶ、非暴力の行動・生き方を学ぶ、暴力から自分を守ることを学ぶ、自分が大切な存在であることを学び、相手を尊重することを学ぶ（人権教育）、相談先を知ることが主である。DVについて学んだ後、具体的に生徒たち自身がロールプレイの形式で、カップル間でこういう発言をされると嫌な思いをする、こういう表現をすればお互いを尊重することができるといったことを理解しながら学ぶことができる。

しかし、DVという問題の性質上、男性が加害者、女性が被害者という構図になりがちなため、学校現場においては「男女平等教育」や「性教育」という名称で実施されることが多い。それゆえ「命の大切さ」教育や「いじめや暴力は駄目」という抽象的な議論に留まりがちになる。また、これらの教育は、単発の授業、外部の講師が実施していることがほとんどである。年に1回あるかないかの授業ではなく、まずは道徳の時間に人権教育の形で実践し、将来的には全ての授業で全人的な教育がなされることが望ましい。また、安全で安心して学べる環境作り、すなわち自分の意見や気持ちを安心して共有できる、尊重された環境作りが必要であり、発達段階に応じた教育が求められている。

### 【参考】

- ・アウェア「デートDVに関して若者のもつ意識調査結果報告」（2008年）
- ・DV防止ながさき『デートDV予防教育テキスト』（2013年）
- ・京都市「デートDVに関する実態調査」（2012年）
- ・三重県「デートDVに関するアンケート調査報告書」（2013年）

## 発達障害の児童とのかかわりをとおしての一考察（実践報告）

○佐野 智子（大阪教育大学 大学院 養護教育専攻 2回生）

キーワード：発達障害 情緒的関わり 児童理解

### 【目的】

発達障害は公立小中で推計 60 万人、40 人学級に 2~3 人在籍していると言われている（文科省 2012 年）。その内 4 割近くは特別な支援を受けていないという現状で、校内の支援体制が問われている。しかし実際、特別なニーズを有する児童生徒がクラスに在籍した場合、どこから、どのようにアプローチをしていいか、クラスという主に集団を扱う場で、しかも時間に追いやられる中で、狼狽え頭を抱えるのが現状ではないだろうか？今回、発達障害のある児童に対応し、養護教諭として保健室で対応することになった。その結果として様々な問題点が明らかになった。この事例を通して今後の課題を考察したい。

### 【方法】

H 県 A 市 B 小学校 児童数約 910 人  
当時 6 年生 女児 C 子 身長 150cm 肥満度 47.9%

H2X 年 9 月～保健室登校になり、卒業までの約半年間、養護教諭として関わった事例を検討する。（養護教諭 複数配置）

### 【経過】

・H2X 年 9 月～30 代女性担任と仲が悪くなり、登校を渋るようになってきた。

母親は毎日のように担任にクレームを言ってくるようになった。

音楽・図工・理科の授業で専科教師やクラスの児童との諍いが耐えなくなったのもこの頃である。

・同月中旬に、母親から保健室登校の要望があり、受け入れるようになった。

クラス内のみならず、保健室でも一見、勝手で自己中心的と思える行動、熱中・集中性、止まらないおしゃべり等の現象が随所に見受けられた。

また、今起こっている状況を判断できないのか、かなり歪曲して、しかも切り取りつなげてしまうため、実際の場面と食い違い認識してしまうことが多い、C 子は、帰宅後それを母親に言い母親から保健室にクレームが来るということも度々だった。

・母親にスクールカウンセラーを紹介する。

・10 月に入ると小連体という行事があり組体操を披露するのが通例なのだが、それを嫌がり、「嫌だ」という表現が言葉にできず、メモ用紙に理解不能な模様？を 110 枚描いてはくちやくちやにして机や床に散らかしていた。

この様子を見て、養護教諭として保健室で何ができるのか軌道修正することにした。担任、生徒指導、管理職との連携と、C 子の専門機関への受診を勧めようと話し合った。

・11 月下旬、母親から「教育委員会特別支援専門家チーム」へ医療相談したい旨を聞き、担任が予約をとる。しかし、予約殺到により翌年 1 月中旬に受診することになった。

その間、担任と C 子・その母親はますます険悪になった。

保健室では養護教諭が SST を試みるも、C 子が嫌がり、長続きせず途中で断念する。

・12 月、担任が勧めていた、「スクールソポーター（女子大学生）と週 1 回 3 時間過ごす」を母親が要望し、1 月から実施。C 子と過ごすことになる。C 子は、このソポーターとの関わりは楽しみにして来ていたが、登校も週 1 回になり、勉強もしなくなり、障害児学級のプレイルームで玩具や、トランポリンで遊んでいた。

・そして 1 月からは、保健室にも顔を見せる程度になった。

・2 月下旬に、「教育委員会特別支援専門家チーム」の結果が出て発達障害と診断される。〈学校では治療的な関わりを〉とコメントされたが、卒業式までのわずかの時間をどうすればいいのか、学校も途方に暮れた。

・卒業式欠席

### 【考察】

①C 子の情緒的体験を学校側は理解しようとしたこと及び不十分であったこと。

②学校組織として、C 子への支援体制を構築できなかったこと。

③学校のスケジュールに C 子を適応させようとしすぎたこと。

④発達障害についての教師側の認識不足・勉強不足であったこと。

⑤C 子が安心して気持ちを話すことのできる居場所がなかったこと。があげられる。

## 発達障害児の保護者支援 -保護者のエピソード分析から-

○吉田順子<sup>1)</sup> 岡本陽子<sup>1)</sup>

1) 藍野大学

### キーワード

発達障害児 保護者支援 養護教諭

#### 【目的】

2008年 文部科学省 中央教育審議会は、特別支援教育における養護教諭が果たす役割の重要性を明確にした。岡本(2010)は、特別支援教育における養護教諭の役割について調査研究を行い、保護者にもニーズに合わせた対応がなされていると指摘した。しかしながら、養護教諭の役割を保護者支援の立場から明確にした研究は見あたらず、保護者のニーズについて検討が必要であると考え、本研究では、発達障害児の保護者が学校での対応をどのように受けとめたかを保護者の語りのエピソードを聞き取り調査して養護教諭に期待することを明らかにし、保護者が求める支援の在り方を検討した。

#### 【研究の方法】

##### 1) 調査対象者の属性

対象者は発達障害児の保護者7人、全員が母親で、年齢は、30代2名、40代4名、50代1名。子どもの性別は、中学校男子4名、女子3名。子どもの診断名はLD、ADHD、広汎性発達障害等である。

##### 2) 調査方法

同意の得られた保護者7名に1対1の半構造化面接を行い、保護者の願いや思い、保健室はどのようなところであるか、養護教諭はどのような対応をしたか、どのような存在であってほしいなどについて語りを聞き取ってエピソードを分析した。

調査内容は本研究以外用いない等を伝え、倫理的配慮をした。

##### 3) 実施期間 2012年7月2~17日。

#### 【結果】

7名の保護者からの聞き取ったエピソードを読み取り検討した結果、適切であったと考えられた2つの事

例から共通して読み取れた内容は2点あげられた。まず、保護者と養護教諭の相談に関するもので、次に、担任とのクッションあるいは仲介、もしくは、学校内外との連携であった。これらの内容からは、担任と保護者の間のクッション的役割の必要性、保護者との信頼関係、児童・保護者が現在あるいは成人期を見越した地域の専門機関への仲介を必要としていることが考えられた。また全事例について検討し読み取れた内容の全部を分析した。保護者A~Gの7人が語ったエピソードから、読み取れた34項目について、KJ法によりグルーピングした。その結果、「担任への不満」、「子どもへの直接的な支援」、「学校内外、あるいは保護者との連携」、「保護者に対する相談」の4つのカテゴリーに整理できた

#### 【考察】

4つのカテゴリーの項目数が最も多かったのは、「保護者に対する相談」であった。次いで項目数の多いカテゴリーは、「学校内外、あるいは保護者との連携」となっていた。これらのこととは、養護教諭には、保護者に対する直接支援が求められており、子どもへのかかわりについては、担任だけでなく、養護教諭を中心に保護者、校内、他機関と連携した支援を望んでいることが考えられた。

保護者の語りエピソードからは、保護者が必要としている支援は、養護教諭による保護者への直接支援であることが示唆された。そのためには、保護者が養護教諭と面談を持てる機会が必要であり、この面談を契機とした保護者のニーズに基づいた学校内の連携、外部専門機関との連携による支援を望んでいると考察される。養護教諭は保護者から、保健室での積極的な支援や対応、連携を求めてられており、新たな職務としてとらえる必要があると言える。

## 中学生の自転車の乗り方についての意識調査

### —自動車教習所で実施する交通安全教室に着目して—

○谷川尚己<sup>1)</sup>, 谷口嘉男<sup>2)</sup>, 松田保<sup>3)</sup>

1) びわこ成蹊スポーツ大学, 2) 八日市自動車教習所, 3) 大和大学

キーワード　　自転車, 交通安全教室, 自動車教習所, 中学生

#### 【はじめに】

平成24年度の全国交通事故件数は約665,000件である。中学生の通学中の事故は10,637件で、中でも自転車での事故は6,510件にも上る。このように、中学生の自転車による事故件数が多く、自転車の乗り方について考えることが大切だと考える。

八日市自動車教習所では、例年、中学生を教習所に招き、交通安全教室を実施している。内容は、教習所の教員による講義や施設や自動車等を使用した具体的な体験活動である。これらを通して、中学生が交通安全に关心を持ち、より身近なものとして考え、実生活に生かそうとすることをねらいとしている。特に、自転車の安全な乗り方について着目した内容が盛り込まれている。これらの研修を行い、その前後に中学生の意識変化の調査を行った。そして、これらの結果から、今後の交通安全指導に役立たせようとするものである。

#### 【方法】

八日市自動車教習所において交通安全教室を実施した。対象は、中学1年生117名で、前日に33項目についてのアンケート調査（交通に関する経験、自転車の乗り方、交通ルール、日常生活等）を行った。今回は交通安全教室前後に調査を行った20項目について分析した。

自動車教習所での交通安全教室の内容は以下の通りである。

##### ①講義・・・スクリーンを使っての講義

交通事故件数や実態について

自転車安全運転度のチェック

##### ②教習所内での実技指導

教習所の施設を使用した自転車の乗り方の実践  
走行中の危険個所の学習

自動車の運転者の立場からの危険個所の確認

#### 【結果】

「自転車に乗る時に交通ルールを守る」ことについては、「大切なと思わない」と回答した者は、受講前は62.4%であったが、受講後は3.4%に減少していた。また、「大切なと思う」と回答した者は34.2%

から63.2%の増加していた。

「車道を2列で走る」については、「とても危ないと思う」と回答した者が受講前は23.1%であったが、受講後は48.7%であった。「少し危ない」「とても危ない」と回答した者は、80%から93%に増加していた。

「2人乗りをする」ことについては、「とても危ないと思う」と回答した者が受講前は37.1%であったが、受講後は59.8%に増加していた。「少し危ない」「とても危ない」と回答した者は、73%から89%に増加していた。

「ヘルメットをかぶらずに走る」ことについては、「とても危ないと思う」と回答した者が受講前は20.5%であったが、受講後は42.7%に増加していた。「少し危ない」「とても危ない」と回答した者は、45%から66%に増加していた。

「内輪差」については、「知らない」と回答した者が受講前は51.2%であったが、受講後は12%に減少していた。「ある程度知っている」「知っている」と回答した者は、34%から76%に増加していた。

「自転車に乗る時に交通ルールを守る」「車道を2列で走る」「2人乗りをする」「ヘルメットをかぶらずに走る」ことについては、受講後もそれぞれ3.4%, 3.4%, 4.3%, 13.7%の者が危ないと思っていなかった

#### 【考察・結論】

中学生が自動車教習所での交通安全教室を受講し、「自転車に乗る時に交通ルールを守る」「車道を2列で走る」「2人乗りをする」「ヘルメットをかぶらずに走る」といった項目では、交通安全教室受講後、その理解は高まり、中学生の自転車の乗り方について一定の効果が得られたものと考える。今後は、これらのことを行動化として定着させることが重要である。しかし、これら4項目について、受講後も危ないと思っていない者が3.4%から13.7%もあり、これらの生徒から事故が起こらないとも限らない。さらなるきめ細かな指導が必要だと考える。



## ランチョンセミナー

「ヨーグルトと健康

—乳酸菌は健康をまもるミクロの巨人—」

講師 有江泰彦

(株式会社 明治 研究本部 食品開発研究所 専任部長)



## ヨーグルトと健康 —乳酸菌は健康をまもるミクロの巨人—

株式会社 明治  
研究本部 食品開発研究所  
専任部長 有江泰彦

近年、生活環境や生活習慣が健康におよぼすリスクがクローズアップされる一方、健康長寿が話題となる機会が多くなり、それに伴い国民の「食」に対する期待は大きくなっています。中でもヨーグルトに代表される発酵乳は、最も注目されている食品の一つです。

人類が乳を利用し始めたのは、約1万年前にまで遡り、その保健効果も古くから伝承されてきました。当時の飼育、搾乳、加工環境を思い浮かべると、乳に環境由来の微生物が混入し、自然発酵が伴っていたことが容易に想像できます。つまり、その昔「乳」として食されていたもののうち、ある程度時間が経過したものは「発酵乳」であり、それは最も古い乳製品ともいえます。

今から100年以上前に「免疫食細胞説」でノーベル賞を受賞したロシアの生物学者メチニコフは、晩年、ブルガリア人が長寿であることに興味を持ちました。彼は、老化は「腸内腐敗により加速され、ヨーグルトの継続的な摂取がそれを抑制する」という当時としては大胆ともいえる「ヨーグルト不老長寿説」を唱えました。近年、ヨーグルトや乳酸菌の機能性に関する研究が進み、彼の主張が正しかったことが次々と明らかになってきました。

本セミナーでは、ヨーグルトや乳酸菌の機能性に関する基本的な情報に加え、最新の研究データに基づく新たな可能性についてわかりやすく解説します。



ランチョンセミナー協賛

株式会社 明治

広告協賛（申込み順）

株式会社 日立システムズ

株式会社 少年写真新聞社

株式会社 イズミック

株式会社 日本学校保健研修社

一般財団法人 電気安全環境研究所 電磁界情報センター

京王観光株式会社 大阪支店

有限会社 スクーバサポートサービス ダイバーズクラブハウス 渡来's館

関西福祉科学大学

支援企業

リカーショップゴワ



日本で育った明治の乳酸菌は、いま、  
科学の最先端・パストール研究所へ。

## meiji × パスツール研究所

「乳酸菌と健康長寿の関係」を共同研究中。

ふだん何気なく食べている明治ブルガリアヨーグルト。そのLB81乳酸菌を使って、わたしたち明治はいま、多くのノーベル賞受賞者を輩出し世界最高峰の才能と技術が集まるパスツール研究所と共同研究をおこなっています。そのテーマは、「乳酸菌と健康長寿の関係」。明治のLB81乳酸菌が持つ整腸作用で、腸内の免疫システムが維持され、「健康長寿」につながるメカニズムを解明することが目的です。日本で乳酸菌のさまざまな可能性をカタチにしてきた明治と、乳酸菌研究に取り組んだ微生物学者ルイ・パスツールが120年以上前に立ち上げ世界をリードしてきたパスツール研究所。わたしたちの共同研究で、もうじき人間の健康の未来が変わるかもしれません。小さな乳酸菌には、大きな未来がある。



乳酸菌の  
可能性を  
カタチに。



明日をもっとおいしく  
**meiji**

# Human \* IT

人とITのチカラで、驚きと感動のサービスを。

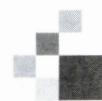
先進のITに、私たちの経験や情熱を組み合わせ、  
これまでの枠組みを超えた発想やサービスで  
人々の暮らしに驚きと感動をもたらす新たな価値を提供したい。  
日立システムズは、グローバルサービスカンパニーとして  
真に豊かな社会の実現に貢献することをめざし、挑戦を続けます。



◎ 株式会社 日立システムズ

〒141-8672 東京都品川区大崎 1-2-1

フリーダイヤル **0120-346-401** 受付時間 9:00-17:00(土・日・祝日は除く) [www.hitachi-systems.com](http://www.hitachi-systems.com)



## 保健指導の強い味方! そのまま使える人気のパワポ指導集シリーズ

好評発売中!

### 保健指導 《小学校編》 おたすけパワーポイントブック1・2 書きかえも自由自在



高田 恵美子 著

(関西女子短期大学保健科 養護・保健コース 講師)

- B5判／本文128、132ページ・モノクロ／  
□絵8ページ・カラー／ソフトカバー／CD-ROM付
- 各巻定価(本体2,000円+税)

各テーマごとに発達段階に合わせた低学年・中学年・高学年3パターンの指導案、シナリオを掲載しています。また、ワークシート付きなので、子どもの「興味・関心」や「知識・理解」をフォローできます。「保健指導はやりたいけれど、作る時間ががない」とお困りの先生方の力になる一冊です。カラーデータの入ったCD-ROM付き。

#### 1巻掲載テーマ

- ・食事・運動・睡眠・かぜ予防・冬休みの過ごし方
- ・歯の病気とブラッシング・生命の誕生・薬物乱用防止ほか

わかりやすい!  
単語・早起き・朝ごはん(1・2歳)



↑指導案(おたすけパワーポイントブック1より)

使いやすい!  
運動正しくしよう(3・4歳)



↑シナリオ(おたすけパワーポイントブック2より)

#### 2巻掲載テーマ

- ・健康診断の受け方・姿勢・トイレの使い方
- ・アタマジラミ・熱中症・保健安全(交通安全、火災、地震)ほか

上記関連書籍 待望の中・高校編も発売中 こちらもどうぞ!



### 保健指導 《中学校・高校編》 おたすけパワーポイントブック 書きかえも自由自在

小谷 美知子 著

(聖徳大学 心理・福祉学部 社会福祉学科 准教授)

- B5判／本文136ページ・モノクロ／□絵8ページ・カラー／ソフトカバー／CD-ROM付
- 定価(本体2,200円+税)

「生活習慣」や「性教育」、「スポーツ障害」など中学校、高校の保健指導で使える18項目をパワポ指導集としてまとめました。書き替え可能なパワポの指導案、シナリオ、ワークシート付きなので、時間がない先生方にも、すぐにご活用いただけます。



(株)少年写真新聞社

ご注文・お問い合わせは  
大阪サポート本部、または弊社ホームページまで

〒541-0041 大阪市中央区北浜2-3-6 5F  
TEL 06-6228-1910/FAX 06-6228-1911

少年写真新聞社ホームページ  
<http://schoolpress.co.jp/>



お客様にとってのオンリーワンの存在であり続けたい。

見えないところにこそ大切なことがある。



## ALL IN ONE

総合設備の企画・設計から施工・保守まで  
独自のノウハウと総合力でトータルに行います。



株式会社 イズミック

<http://www.izumick.co.jp>

〒570-0041 大阪府守口市東郷通3丁目2-4 TEL:(06) 6997-5621 FAX:(06) 6997-5622

ありがとうございます  
先生方に支えられ

月刊 健

創刊43年！

ほけんだより用  
素材や資料がもりだくさん！

人気コーナーのイラストがホームページから  
ダウンロードできます！

①「ほけんだより用  
カット・見出し文字見本集」  
②「ほけんだより用  
ことば・話題集」

見本誌を無料進呈いたします  
<http://school-health.co.jp/> 〒542-0081 大阪市中央区南船場1丁目7-6-701 TEL 06-4705-5327 FAX 06-4705-5329

★ ほけんだより用  
★ 医学・法律などの知識をアップするページ  
★ 実務の参考になるページ  
★ 大好評連載中！のページ  
★ 話題の特集ページ

（株）日本学校保健研修社  
「健」編集部

ご注文は、下記までお願ひいたします

**「単品」**

B2ポスター (51.5×72.8cm)  
オールカラー

**basic 単品・advance 単品**  
B2ポスター (各)年間 5,880円(12枚)  
(各)半年 2,940円(6枚)

**きみのかわいの  
おもしろかわい**

「健」でおなじみの  
イラストレーターが大勢登場!!  
親しみのあるかわいいマンガなので  
子ども達が飽きずに楽しく読みます。

**basic** 参考対象年齢 /小・中学生程度  
**advance** 参考対象年齢 /中・高校生程度

ご注文・見本のご希望は 下記までお願ひいたします  
〒616-8164 京都市右京区太秦桂木町5-10-408  
TEL 075-882-2150 FAX 075-882-2148  
HP [http://school-health.co.jp/omoshiro\\_guid.html](http://school-health.co.jp/omoshiro_guid.html)

**New おすすめ新商品「セット」**

+ A4ポスター オールカラー

B2ポスター (51.5×72.8cm)  
オールカラー

+ A4資料 (見開き4P)

**basic セット・advance セット**  
B2ポスター + A4ポスター + A4資料  
(各)年間 6,960円 (12セット)  
(各)半年 3,480円 (6セット)

# それぞれの旅、それぞれの笑顔

# 旅 京王観光

[www.kingtourt.com](http://www.kingtourt.com)

- 学会 ●スポーツ・文化活動遠征 ●一人旅 ●グループ旅行 ●修学・卒業旅行 ●社員旅行 ●出張
- 研修旅行 ●会議・セミナーシンポジウム ●レセプション ●イベントツアー ●合宿

And more.....

京王観光株式会社 大阪支店

〒550-0011 大阪府大阪市西区阿波座1-3-15 JE | 西本町ビル1F

TEL 06-6541-7634 / FAX 06-6541-7636

担当：小峰 直人

MAIL : n.komine@keio-kanko.co.jp

## 大阪・和歌山でダイビングを始めるなら ダイビングスクール『スクーバサポートサービスTRY'S』

大阪から2時間弱。

これから始めたい方やCカードを取得したばかりで不安な方、  
半年以上ダイビングから遠ざかっていた方、カメラを持っていない  
けどやってみたい方など、ダイビングを安全に楽しみたい方は、  
スクーバサポートサービス TRY'S にお任せ下さい！



和歌山のキレイな海でダイビング！ 水中の無重力の心地よさに心身共にリラックス♪



有限会社スクーバサポートサービス <http://www.ssstrys.co.jp>

〒649-1123 和歌山県日高郡由良町大引 3-2 TEL0738-65-3331 FAX0738-65-3336



すべてはお客様の満足のために。

〒640-8411 和歌山市梶取17-2  
TEL : 073-453-5700(代)  
FAX : 073-453-5522  
URL : <http://w-i-n-g.jp>

出展協賛（申込み順）

株式会社 クマノミ出版

株式会社 ぎょうせい

ジャパンライム株式会社

株式会社 ワコール

東洋羽毛関西販売株式会社

株式会社 日立システムズ

株式会社 少年写真新聞社

株式会社 ニホン・ミック

株式会社ヤマト

一般財団法人 電気安全環境研究所 電磁界情報センター

## 第 61 回近畿学校保健学会役員

会長 平田 まり (関西福祉科学大学健康福祉学部健康科学科)

事務局長 大川 尚子 (関西福祉科学大学健康福祉学部健康科学科)

実行委員 (50 音順)

鍵岡 正俊 (関西女子短期大学養護保健学科)

倉澤 茂樹 (関西福祉科学大学保健医療学部リハビリテーション学科)

小島 美幸 (大阪市教育委員会)

後和 美朝 (大阪国際大学人間科学部人間健康科学科)

白石 龍生 (大阪教育大学教育学部教員養成課程養護教育講座)

高田 恵美子 (関西女子短期大学養護保健学科)

野口 法子 (関西福祉科学大学健康福祉学部健康科学科)

松永 かおり (大阪市立御幸森小学校)

協力委員

横井 賀津志 (関西福祉科学大学保健医療学部リハビリテーション学科)

松村 歌子 (関西福祉科学大学健康福祉学部健康科学科)

主催 近畿学校保健学会

