



今年は寒暖差が激しく過ごしにくい冬でしたが、少しずつ暖かくなり、春らしさを感じられる時期がやってきました。そして、今年度も終わりが近づいてきました。

今年度1年間、心も体も健康に過ごすことが出来たでしょうか？この1年間を振り返り、新年度や新しい生活に備えましょう。

令和5年度 学校保健安全委員会を開催しました

令和6年2月8日（木）に、日立本校にて、学校三師の先生方（学校医 大森健夫先生、学校歯科医 柴田聡先生、学校薬剤師 高橋晃太郎先生）のご出席のもと、令和5年度学校保健安全委員会を開催いたしました。本校の今年度1年間の「学校保健安全の現状について」の話し合いが行われましたので、内容についてお知らせいたします。

学校保健安全委員会とは

- 学校における健康の問題を研究協議し、健康づくりを推進するための組織です。
- 専門家（学校三師等）から、学校保健に関する指導や助言をいただける場です。



養護教諭より

【健康診断受診率】

健康診断 86.3%、歯科健診 74.2%

健康診断を受診することは「学校生活での安全面を確保する上で重要であり、万が一の事故を未然に防ぐためにも大切です。令和3年度より健康診断受診について、保護者・生徒の皆様健康診断受診についての同意をいただくことになりました。

【身体測定（栄養状態）】

男女ともに BMI18.5 未満（低体重）の割合および BMI25 以上（肥満）の割合が全国平均より高い

低体重、肥満傾向が多い原因として、本校は毎日登校しなくてもよいので、自宅にいる時間が長くなることや時間的にも自由であることで、運動量が少なかったり、食生活等が乱れたりしていることが考えられます。生活習慣の改善が必要です。

【視力】

裸眼視力 1.0 未満の者の割合 76.9%（全国 72.0%）

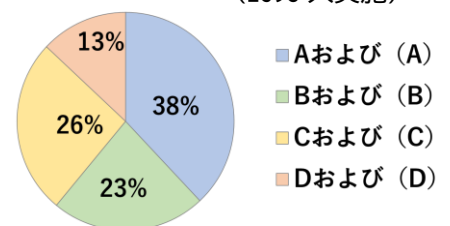
0.7 未満（メガネをかけている者も含む）の割合 39%

4割の生徒は、見えにくい状態のまま生活していることが伺えます。毎日黒板を前にして受ける授業があるわけではないので、眼鏡をかけなくても不自由さを感じない者が多くいるのではないかと思います。

（A：1.0以上 B：0.7～0.9 C：0.3～0.6 D：0.2以下（ ）内は矯正視力）



【視力分布】（2593人実施）



【歯・口腔の状況】

むし歯のない生徒は 41.0%（全国 62.7%）：約 50%の生徒に歯垢付着・歯肉炎がみられます

歯科健診でむし歯や歯肉炎が発見されても、歯科医院を受診していない生徒が多くみられます。むし歯は自然に治ることはありません。また、正しい歯磨きの方法を知る上でも歯科医院を受診することが大切です。

【環境衛生検査】

学校薬剤師による「照度検査」「空気検査」を実施しています

【日本スポーツ振興センター災害給付申請状況】

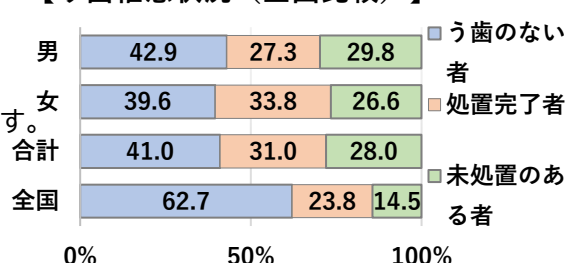
新規申請は 2 件 継続申請 7 件

登校の機会が少ないため、学校管理下での災害発生は少ない状況です。

継続申請が 7 件ですが、3 件は前籍校で発生した災害であり、

うち 2 件は、災害に伴う精神的な疾病での継続受診です。

【う歯罹患状況（全国比較）】（2154人実施）



【保健安全指導】

「心肺蘇生トレーニングツール あっぱくんライト」

を使用し、救急法（心肺蘇生法・AED）を実施しました

各キャンパスにおいて、各種保健指導（性・飲酒、喫煙薬物乱用防止・がん・防災等）をホームルームの時間を利用して実施しています。今年度ほとんどのキャンパスにおいて救急法（心肺蘇生法・AED）を実施することができました。



【感染症発生状況】（令和6年1月29日時点）

新型コロナウイルス感染症…生徒 23 件（昨年度 350 件）教職員 15 件（昨年度 30 件）

インフルエンザ…生徒 17 件（昨年度 4 件）教職員 4 件（昨年度 0 件）

新型コロナウイルス感染症の第5類移行（5月8日以降）後、感染症の報告が減少しましたが、インフルエンザは、年間を通じて発生がみられました。



【学校安全の取り組みについて】

安全点検（毎月1回キャンパスごと）・避難訓練（年2回）を実施しています

来年度は防災備品の拡充を図る予定です。

保健体育科主任より

【保健体育アンケート実施結果】

生徒（1769名）に、以下の項目についてアンケート調査を実施しました。

運動部や地域スポーツクラブなどへの所属状況・運動やスポーツの実施状況・運動やスポーツの実施時間
好きな運動やスポーツの有無・朝食の有無・睡眠時間・起床時刻・就寝時刻・テレビ視聴時間・SNS使用時間

運動習慣がない生徒が多い

運動部や地域スポーツクラブなどへの所属している生徒は全体の3%、運動やスポーツの実施について「しない」「時々する（月に1～3回）」の生徒は69%、1日の運動・スポーツの実施時間は「30分未満」という生徒は65%

朝食を毎日食べていないという生徒は全体の20%程度

睡眠時間を6時間以上キープしている生徒が多い（起床時刻が遅く就寝時刻も遅い）

9時以降に起床する生徒が34% 0時以降に就寝する生徒が64% 睡眠時間6時間以上の生徒が80%

テレビを長時間見ている生徒は少ないがSNSの利用時間が長い生徒が多い



【令和5年度体力測定実施結果】

5種目（握力・上体起こし・長座体前屈・反復横跳び・立ち幅跳び）を実施しました。

「握力」は全国平均に近い値「上体起こし・長座体前屈・反復横跳び・立ち幅跳び」は全国平均より低い値

【本校の現状と課題】

本校入学前の時点で、運動に対する苦手意識を持っている生徒もいれば、運動は得意だったが、本校への入学をきっかけに活動する時間が減少してしまい、筋力や体力の低下を在学中に感じている生徒もいます。一人ひとりの体づくりの場を設定しにくい部分もありますが、運動の「きっかけづくり」を考えていきたいと思えます。

スクールカウンセラーより

カウンセリング実施件数 51 件

生徒 47 件（66 件）保護者 4 件（1 件）※（ ）内は昨年度

継続は 4 件。対人関係に困難を抱えている生徒の相談が多くみられました。

カウンセリングにより、心の不安を少しでも解消させていきたいと思えます。



学校三師からの指導・助言



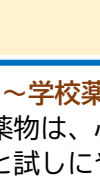
～学校医 大森健夫先生～

高校生の時期は、昔も現代も不安定な時期であり、心の面において未熟な部分が多い。生徒が抱えている課題は多いと思うが、経験上、成長と共に解決できることも多々ある。すぐに結果は出ないと思うが必ず結果が出ると思う。長いスパンで生徒の成長を見ていきましょう。



～学校歯科医 柴田聡先生～

生徒の多くは、歯科医院で健診を受けているので、学校内での健診より明るい環境で精密に健診されている。そのことから、生徒の口腔内の状況が全国より悪い状況とは一概に言えない。比較的きれいな口腔内かと思う。しかし、むし歯や歯周病がある場合は受診をしましょう。



～学校薬剤師 高橋晃太郎先生～

薬物は、心が苦しい子が使うケースと試しにやってみようというケースがある。市販薬等の過剰摂取について、子供達に「ダメだということはどう理解させるか」「自分をダメにしないための方法をどう教えるか」等、大人が知識を身につける必要がある。「自分を大切にすること」をしっかりと伝えていきましょう。