



揖斐郡学校保健会だより 第5号 郡三師会と養護教諭との交流会特集号

揖斐郡三師会・郡内各小中学校・各町教育委員会送付

2月15日（水）揖斐郡学校保健会主催の「令和4年度郡三師会と養護教諭との交流会」をはなももで行いました。交流会では、岐阜県眼科医会会長 佐久間 仁先生に「GIGA スクール構想と目の健康について、目に関する最近の話題など」の演題で、近視と色覚についての講話をしていただきました。また郡の医師会、歯科医師会、薬剤師会の先生方に養護教諭からの質問に答えていただきました。

ご講演や質問へのご回答に対する養護教諭の先生の感想の中には、

- 近視の原因と予防や進行を防ぐこと、治療について、新しいことを教えていただきました。子どもや保護者にぜひ伝えていきたいと思いました。
- 「校医の先生に連絡して聞くほどのことでもないけど分からない」ということが多く、普段の児童対応に不安を感じることがあります。事前に質問させてもらい、専門的立場からの文書回答をいただけることで、正しい対応が分かるため、とても勉強になり、普段の業務に自信をもつことができます。
- 毎年、交流会で学んだことを全職員に伝えていきます。今年はこの交流会の資料（今回は「三師会と養護教諭との交流会ノート」）を、職員に配付し終礼で「傷の対応」など確認をしていきます。

のように交流会を通して学んだことへの感謝や日常の対応に生かしていこうとする思いが数多く見られるとともに、養護教諭だけでなく学校全体に広めていこうとする前向きな取組が見られました。

揖斐郡で大切にしている「郡三師会と養護教諭との連携」による指導が交流会を通してさらに充実するとともに、交流会で学んだことをもとに養護教諭の先生方が専門性を深め、自信をもって日々の指導にあたられることを願っています。ご講話いただきました佐久間先生、質問にお答えいただきました郡三師会の先生方、本当にありがとうございました。

以下に、各校の養護教諭の先生方の交流会での感想や学んだこと、これからについて生かしたいと思ったことについてまとめてあります。ぜひ、ご覧ください。

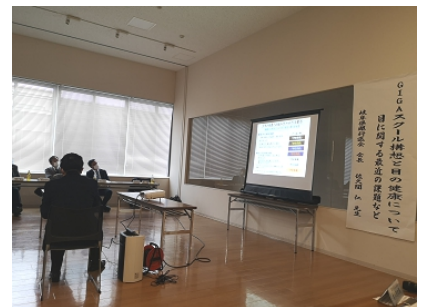
令和4年度郡三師会と養護教諭との交流会 養護教諭よりの感想

佐久間先生のご講演について

- (1) 佐久間先生のご講演についての感想や学んだこと、これから生かしていきたいと思ったことを書いてください。

(1) 【近視について】

- 近視については、スクリーンタイムを減らすことや屋外活動を増やすことなど、学校で支援していけることがあるな感じました。また、色覚についても基礎的な知識の確認ができました。色の見え方にも人それぞれあること、理解を進めていきたいと思いました。
- 近視の進行を遅らせるためには、スクリーンタイムを減らすことだけではなく、外で遊ぶこともとても重要であると分かりました。学校でも自宅でも、タブレット端末を使った学習が増えているため、休み時間は外で元気に遊ぶことができるよう、積極的に声をかけていきたいと思います。
- 近視の原因と予防や進行を防ぐこと、治療について、新しいことを教えていただきました。子どもや保護者に是非伝えていきたいと思いました。
- 先生のお話を伺って、屋外活動の時間を増やすことで近視を抑制できることを知りました。目の



健康のための指導では、メディアの使用時間や使用時の姿勢ばかりに注意が行きがちだったので、近視を抑制する効果があるという視点で学校の屋外活動を推進していきたいです。

- 近年増加傾向にある『近視』について、専門的なお立場からお話をいただき、本当にありがとうございました。子供達や保護者に通信等で伝えていきたいと思えます。また、弱視と斜視の関係や遠視について、色覚についても触れていただき、勉強になりました。今後視力低下者が増えていかないう、学校と家庭が協力していけたらと思えました。
- 近視予防について、外で活動することは近視予防になると明らかになって明らかになってきたこともあり、学校眼科医の先生からもご指導いただいています。ご講演を通してさらに必要性を実感でき、子どもたちの生活に取り入れやすいよう工夫したいと思えました。
- これまで、姿勢が悪い児童に対して「目が悪くなるよ」と詳しい根拠もなく指導していましたが、近視や遠視、弱視等の原因について専門的知識に基づいて教えていただくことで、私自身も改めて姿勢や学習環境の大切さを感じました。児童に対しての指導も、児童が納得して主体的に意識できるよう、今回学んだ知識を生かして具体的に伝えていきたいと思えます。また、スポットビジョンスクリーナーという検査方法を初めて知りました。特別支援学級で視力検査が難しい児童がいるため、はっきりと物が見えていないなど、疑いがある場合に眼科で受けられると保護者の方に伝えていきたいと思えました。
- 部活動加入も任意となり、今後クラブ化されていくと屋外活動をする時間がさらに減ることが予想されるが、近視進行の抑制のためにも学校での屋外活動の時間を少しでも多く確保していけるよう工夫したいと思えました。
- 視力の低下について、保護者は比較的軽く捉えていることが多いと思うので、高度近視になってしまう前にできる予防方法を知らせて行きたいです。
- 近視やIT眼症を予防するための指導ポイントや、色覚異常の子への具体的な配慮を学ぶことができました。今後の保健指導や、他の教職員への周知によって、各クラスでの指導・配慮に繋げていきたいと思えます。
- 毎学期実施している生活リズムアンケートの結果でゲームやタブレットをしている時間が学年が上がるにつれて増えています。児童や保護者への目の健康についての情報を通信等で知らせようと思えました。また、ICT化に伴う子供の眼の課題、対応について学ぶことができました。現在、どの授業でもタブレットを活用しています。また、家庭でのタブレット学習に加え、娯楽としてのゲームやテレビなど現代の子供たちは常にIT機器に囲まれて生活しています。IT眼症を予防するために、養護教諭として子供たちに目の健康について常に指導していく必要があると感じました。本校では、毎日目の体操を全校で行っています。ほかに何か効果的な活動があればどんどん取り入れていきたいです。
- 近視の医学的原理を知り、スマートフォンやゲームの影響で近視になるメカニズムを理解することができた。学校でタブレットを使用する機会は多いので、まずは教職員にタブレットと近視の関連性とその対策を伝えていきたい。また、ほけんだよりなどを活用して、生徒や保護者に発信していく。
- VDT症候群は、やはりスマホの影響が大きいことがわかりました。中学生は多くの生徒が自分のスマホを持っていて、SNSや動画視聴に利用している実態があると思えます。本校の生徒も生活習慣の記録等から、そういった傾向が見られます。今後はスクリーンタイムを減らす必要性について、教えていただいた根拠を示しながら指導していきたいです。
- 現在の目の健康についての講演から、近視についての最新治療、増加しているVDT症候群についてのお話が聴け今後に活かしていきたいと思えます。
- 15歳までは目の機能は発達途上であるため、弱視や斜視等には早い時期からの治療が必要であり、今はスポットビジョンスクリーナーという弱視や遠視を見つける機械があるということも学びました。目は一生使うものであるため、スクリーンタイムをへらすよう指導したり、正しい眼鏡の着用を促したりと、支援をしていきたいです。
- 揖斐川町では、町議会でGIGAスクール構想に関わり児童生徒のタブレット使用から視力の低下の心配などが、議題となった。そのような状況からもタイムリーな講演ないようでありがたかった。「2時間以上の屋外での活動が有効」というお話など、コロナ対応で校内で意識が低くなってい



る内容を改めて校内で広めていきたいと思った。ありがとうございました。

- お忙しい中ご講演をしていただき、ありがとうございました。今の時代、児童生徒が1人1台タブレットを持つことは当たり前になり、私の勤務している学校では、小学生でも自分のスマートフォンを持っている児童が多くいます。また、視力検査で視力低下した児童には受診を進めるのですが、受診してきた児童のほとんどが近視と診断され、子どもたちの目の健康がとても心配でした。佐久間先生からデジタル機器を長時間使用することで、近視が進み、ドライアイや角膜損傷の恐れがあるため、使用する際は姿勢・距離・明るさに気を付ける、スクリーンタイムを減らし、屋外活動を行うことが大切であると学びました。近視について子どもたちや保護者の方にも知ってもらえるように、教えていただいたことを発信していきたいです。
- 低学年で近視の児童が増えているように思います。目を守るために、タブレット等のメディアの使い方（使用時間等）や姿勢についてだけでなく、外遊びなどの屋外活動が近視抑制につながり有効であることも触れながら指導していきたいです。
- スマホやタブレット、デジタル教材など今の子どもたちにとっては、あって当たり前のものなので、うまく付き合っていく方法を具体的に教えていただけてよかったです。また、資料をいただけたので、職員間で共有したいです。
- デジタル教科書の使用については、映り込み防止のための置き場所の確認や、長時間注視するような場面はないか等、担任と共に再確認したい。また、家庭での生活習慣チェックを行うと、長時間パソコンやスマホを使用している実態もあるので、家庭にもVDT対策をお知らせしていきたい。
- 新型コロナウイルス感染症が流行してから、以前とは生活様式が大きく変化し、ICT関係の発展や、室内遊びの増加によるゲーム時間の増加など、目を酷使する状況が大きくなっています。佐久間先生のご講演で、目の健康への影響や治療等について認識を新たにすることができた。今後も視力低下者が増える状況は続くので、ゲームやICT活用時の目の休養や外遊び、休憩時間について積極的に指導していく必要性を感じました。

（2）【色覚異常について】

- 本校では、色覚異常を持った児童を数人把握していますが、お話を聞いていて、学校が把握していないだけで、もっと色の見分けに不自由を感じている児童がいると思いました。教員の知識理解を深め、適切な声かけを行うことで、色覚異常の児童でも、自分の個性として受け入れられるようにしたいと思います。
- 色覚異常の児童生徒に対する配慮について、全職員が正しい知識をもって対応していけるよう、働きかけていきたいです。
- 来年度、色覚について職員研修を実施し、色のバリアフリー化を図りたいと改めて感じました。また、ギガっこデジたんを使用し保健指導を行いたいです。
- 色覚についてよく分かりました。学校職員に周知徹底していく必要のある大切なことでした。
- 色覚についての内容で、色覚バリアフリーのために学校で注意することを教えていただいたので、早速職員に伝達しました。
- 色覚異常についてもよく分かりました。自校の職員に、特にチョークの色使いを気を付けてもらうように伝えます。
- 色覚についても触れていただき、基本的な注意点を再確認できました。

（2） 養護教諭部会からの質問にご回答いただいた8名の先生方のお話や文書回答を見て学んだこと、これから生かしていきたいと思ったこと及び感想を書いてください。

（1）保健室での対応について

- 保健室では、日々のけがや病気への対応の中で迷うことがたくさんあります。先生方の専門的なお立場からのご回答は、とても分かりやすく、ありがたいです。これからの生徒対応に生かしていきます。今後はコロナ対応が変化していく時期に入るので、校内の実態を考慮しつつ、慎重に検討しながら対応していく必要を感じました。

- お忙しい中、ありがとうございました。学校には様々な子どもたちがいるので、対応で困ったことが多くありました。今回、先生方に回答していただいたことで不安が解消され、自分の対応に自信を持つことができました。
- 子供達と接する中で、どのような処置の仕方が正しいのか？声掛けが正しいのか？を不安に思っていました。それぞれのお立場からわかりやすくご回答いただき、ありがとうございました。ふと迷ったとき、今日を振り返りながら執務をしていきたいと思いました。
- 日々の保健室対応の中で、「この対応でよいのか・・・でも、わざわざ学校医さんに伺うことでもないのかな・・・」と、不安や疑問を感じる時があります。今回の三師会で医師や薬剤師の先生方からご丁寧な説明をしていただくことで、今回学んだ知識をもとに以前より自信を持って対応できるような気がします。今後も専門的立場からご指導していただく機会を大切に、子どもの健康の保持増進を目指していきたいと思えます。
- 養護教諭が医療機関の受診の目安やどのような治療がなされるのか、ある程度把握しておくことは大切だと感じました。また、低学年で症状がある場合から早めに対応することが必要だと思いました。
- どのご回答もとても参考になるものばかりで、勤務に活かしていきたいと思いました。

(2) 夜尿症等への対応

- お話を聞いたことで、夜尿症について受診を勧めるときには、医療機関でどのような対応をしていただけるのかを説明することができます。夜尿症は、子どもはもちろん、保護者にとっても不安なことだと思うので、適切な助言と、日ごろからの信頼関係の形成ができるようにしたいと思います。
- 現在は、夜尿症で悩む生徒はいないが、家庭で抱えこむのではなく、医療機関に繋ぐことが必要ということが勉強になった。特に応急手当の知識は専門書などには記載のない具体的な内容で、今後、自信を持って、手当てをすることができると思う。
- 夜尿症については、保護者からご相談のあることで、治療について大変よくわかり、保護者へ受診を勧めていくことが重要だとわかりました。・保健室でのけがの手当てについて、具体的に教えていただき、学校でも養護教諭不在時の対応について再度確認していくこと、次年度に再度提案していくことを実施していこうと思いました。
- 夜尿症の治療について、大変勉強になりました。今後は、宿泊研修前などに保護者から児童生徒の夜尿の状況について話をよく聞き、必要に応じて受診を勧めていきたい。
- 夜尿症について、先日も保護者より話があったばかりだったので、今回のご回答は大変参考になりました。保護者とも共有していきたいと思えます。

(3) コロナ関連への対応について

- どの活動にもリスクや弊害はあり、何のためにどのリスクをとるを学校は判断する必要があると思えました。そのためにも、コロナに関するワクチンの有用性や後遺症に関する正確なデータの把握は大切だと感じました。
- 今後、コロナ対応についてどんどん変容していくことが予想されます。医師会の先生方のお話から、学校ごとに通達をもとにしたはっきりとしたルールを作ることで、混乱を招くことなく子どもたちや保護者からの理解が得られると再確認しました。
- 新型コロナウイルス感染症が第5類に変更になっても、感染力や病気自体はそれほど変わらないので、どうしたらいいかと考えていました。回答いただけてよかったです。
- コロナについては今後対応も変化してくると予想されるので、教えていただいたことを基に、校医先生と相談しながら対応を検討していきたいです。

(4) 起立性調節障害について

- 起立性調節障害の対応について学ぶことができました。病気の原因や理由を正しく把握することで効果的な支援や対処ができると思いました。
- 起立性調節障害の生徒の保健室来室は少なくなく、ベッドで休ませることも多かったが、日中むやみに横になると起立耐性がさらに悪化するということを初めて知ったので、保護者の理解も得ながら、安易に横にさせないようにしたいと思います。
- 救急処置の対応法や対応が難しいと感じていた起立性調節障害の子どもへの対応などを詳しく教えていただき大変参考になりました。

- 起立性調節障害の生徒が増えてきたように思います。対応の仕方などを伺うことができ勉強になりました。
- 起立性調節障害の疑いのある児童がいるので、ご回答をもとに日常生活の中で対応していきたいと思いました。
- 起立性調節障害について、より理解を深め対応できる様になりたいと感じました。

(5) けが、擦り傷・骨折等について

- 怪我の処置について、病院受診の判断に迷うこともありますが、具体的な事例を挙げながら対応について教えていただけてとても参考になりました。学校医の先生方から丁寧にご指導いただいたことで、私たちも自信をもって対応することができます。
- 擦り傷の手当てについてや骨折を疑うケースなど身近な手当てについて聞くことができ、大変参考になりました。
- 水道水での洗浄が保健室で一番丁寧にやるべき応急処置だと思いました。
- 擦り傷の処置や病院受診の基準を詳しく学ぶことができました。今後の来室者対応や保健「けがの手当」の授業で生かしていきたいと思います。
- 突き指や骨折など受診に迷うことばかりなので、迷ったら受診するようにしています。学校から受診してもいつも温かく診察していただけて感謝しています。受診の目安をお示しただけだったので、保護者の方と相談しながら適切に対応できるよう努めたいと思います。
- 突き指をする生徒が多いため、受診の基準や時間について具体的に教えていただいたことが大変ありがたかったです。
- 整形外科の領域では、「我慢できる痛みであれば、夕方の受診でよい」とはっきり言っていただけてよかったです。
- 擦過傷や突き指の対応など、細かなところまで教えていただきありがとうございました。迷いなく対応ができます。
- 擦り傷については日常的によく起こっていることなので、手当ての方法や留意点について学べてよかったです。（洗浄、受診の勧めの必要性等）傷の手当てについてのお話がとても勉強になりました。
- ケガの湿潤療法の知識はありますが、保健室ではあくまでも医療機関へつなぐまでの応急処置とされています。継続的に観察が必要となる処置を保健室で行っても良いものか迷います。
- 擦過傷の対応について、水道水でしっかり洗浄するというご指導をいただき、普段行っている処置があっていると確認でき続けていきたいです。



(6) 眼科関連について

- デジタルデバイスの使用について今後も学校から使用方法や姿勢、長時間使用に伴うリスクについて伝えていく必要があると思いました。
- 最近よく耳にする「急性内斜視」についても、発症しやすい生活習慣の傾向や必要な指導を知ることができたので、保健だよりなどで児童・保護者に周知・指導していきたいと思います。

(7) 歯科関連について

- 歯科先生のご回答より、学校で行うフッ素洗口や歯磨きなど歯科保健活動の教育的側面を大切にして、継続していきたいと思いました。



(8) 学校環境衛生等について

- 「メリハリのある」対応が今後、学校で求められる対応だと感じました。一律に制限や廃止をするのではなく、リスクや理由を精査して対応を決めていきたいと思いました。
- 環境衛生検査の意義や方法についても、よく分かりました。

(3) その他（会のもち方や日々の実践の中で感じていることなど）があったら書いてください。

- 日頃の疑問や不安に直接三師の先生方か三師の先生方からお答えいただける貴重な機会となり、大変ありがたいです。
- 疑問に思ったこと、不安になったことなど、専門の方々に教えていただけるのが本当にありがたいです。毎年大変勉強になります。ありがとうございます。
- 「校医さんに連絡して聞くほどのことでもないけど分からない」ということが多く、普段の児童対応に不安を感じることがあります。事前に質問させてもらい、専門的立場からの文書回答をいただけることで、正しい対応が分かるため、とても勉強になり、普段の業務に自信をもつことができます。
- 日々の保健室対応で、専門家である医師に聞きたいと思うことがたくさんあります。その疑問を医師に聞ける機会は、養護教諭としての専門性を深める意味でもとてもいい機会でもとても勉強になりました。お忙しいなか時間を割いてくださった、先生がたに感謝致します。
- お忙しい三師会の先生方に養護教諭からお声がけするのはとても恐れ多いものです。しかし、揖斐郡では学校保健会としてこのような取り組みがされていることもあり、三師会の先生に相談やご意見を伺いやすい関係性や雰囲気が素晴らしいと思います。今後ともよろしくお願いします。
- 毎年、この交流会の資料（今回は「三師会と養護教諭との交流会ノート」）を、職員に配付し、終礼で「傷の対応」など、確認をしていきます。
- 新型コロナ感染症の流行後、初めての対面での三師会でしたが、様々な立場からのお話をお聞きできとても充実した時間になりました。計画や準備等、ありがとうございました。
- 集合型にして話を聞いたほうが、その中で自分の疑問点も後で聞けることもあり、1人職として同じ養護教諭との交流もでき、職務上必要と思います。集合型で実施していただきいただきありがたく思いました。また、事前に解答を送っていただき、疑問点が会に参加して解消できました。
- こういった形式であれば、お医者様も忙しいと思いますので、オンラインでも良いのかな？と思いました。でも、オンラインではなく相手の顔を見て話を聞くのも、大切なのかなとも思いました。結局はどちらが良いのかわかりませんが、現場で困っていることをいることを質問できるのは大変ありがたいですし、文書として残っているのはありがたいです。
- 事前に三師会の先生方に質問に答えていただいたものを読んでいくことができ、当日は付け足しの説明をお聞きでき、とてもスムーズに効果的に学ぶことができました。
- 事前に回答をいただいたことを、補足して専門医の立場からお話をしていただけるので、大変ありがたいです。また、事前に「交流会ノート」を配付していただけたので、当日の理解がより深めることができました。