

学校保健

保健室来室者への理解と支援について

—健康観察・保健室来室記録をとおして—

奈良原 珠美

1 はじめに

年々子どもたちの生活環境や心身の健康問題が多様化、複雑化する中、学校現場においても子どもたちの健康をめぐる問題に適切な対応が求められるようになった。このことを背景とし、平成21年4月1日「学校保健法」が「学校保健安全法」に改正された。

その中で「健康相談」（第8条）、養護教諭・担任等による日常的な「健康観察」による子どもたちの健康状態の把握（第9条）が重視され、健康上の課題がある子どもやその保護者への助言を「保健指導」（第9条）とし、養護教諭を中心として組織的に実施されるべきであることも明記された¹⁾。このことにより、学校における保健室の果たす役割が、ますます重要とされてきたと考える。

また、日本学校保健会の「現代的な健康課題対応委員会（心の健康に関する教育）報告書」²⁾によると、少子高齢化や国際化・情報化など社会の急激な変化を背景に、心の不調、うつ病や認知症などの心の病、自殺、アルコール・薬物依存、インターネット・スマホ依存（嗜癖）、大規模災害時の心のケアなど、心の健康に関する問題が多様化するとともに増大していることが記されている。

そして、これらの課題に対して、今後は国民一人ひとりが、乳幼児期から高齢期に至るまで、ライフステージに応じた「心の健康づくり」に主体的に取り組むことが必要となり、学校、職場、地域など各現場においても「心の健康づくり」「心のケア・サポート体制づくり」に積極的に取り組むことが求められている。

表1は日本学校保健会の「平成23年度保健室利用状況に関する調査報告書」³⁾を基に学校別保健室利用状況について割合の高いものを抜粋したものである。

表1 学校別保健室利用状況（％）

来室理由	小学校	中学校	高等学校
体調不良（検温を含む）	13.8	23.0	29.7
けが・鼻血の手当て	32.9	14.4	10.8
友達の付き合い、付き添い	14.2	15.1	15.1
委員会活動	16.5	8.2	3.5
なんとなく	5.0	10.4	6.7

これによると、内科的な症状を訴えて来室する子どもたちは、年齢が上がるにつれ多くなり、外科的な症状で来室する子どもたちは年齢が低いほど多いことが明らかである。

本校の保健室来室者の中にも、休憩時間になると毎日の様に来室する子どもや、内科的・外科的な症状をあれこれと訴えては、1日のうちに何度も来室する等、気になる子どもたちがいる。

本研究では、本校の健康観察や保健室利用状況をさまざまな視点で分析することにより、子どもたちの心身の健康実態を把握、分析する。また、保健室の「健康相談活動が出来る相談室」としての機能を果たす保健室の環境づくりをどのように整えていくか、来室する子どもたちの内科的症状の背景をどのように理解し、支援していくことが望ましいのかについて考察していく。

2 健康観察による子どもの実態把握と分析

(1) 研究の方法

期間：平成 27 年 4 月～12 月

対象：全校児童（404 名）

方法：毎朝担任が行う健康観察の欠席者の記録に着目し、月別、曜日別でどのような特徴があるか実態を把握し、分析する。

(2) 実態把握と分析

本年度 4 月から 12 月までの欠席者を月ごとの延べ人数でまとめると図 1 のようになる。この欠席者数には、出席停止や家庭の事情による欠席は含んでおらず、体調不良、けが等による欠席のみをピックアップしている。

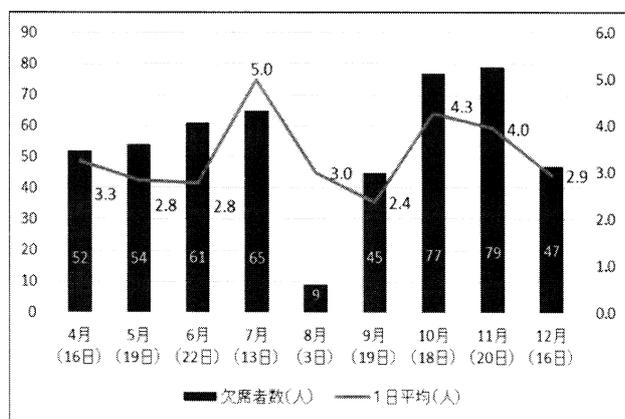


図 1 月別欠席者数

月別の特徴に着目すると、7月の1日平均欠席者数が5人と他の月に比べて高くなっている。これは、マイコプラズマ等の感染症にかかる子どもたちが数人おり、一人の子が続けて欠席した事と、発熱で欠席した児童が35人もいた事による。

これは、運動会(6月20日実施)という大きな行事に向けて集中していた6月は交感神経が優位に立っていたと考えられるが、行事を終えた安ど感と夏休み前という気持ちの緩みも出たことにより、副交感神経が優位に立ち発熱という形で休む子どもが増えたのではないかと考えられる。

9月は欠席者の総数も一日平均欠席者も共に他に比べると少ない。夏休み後で子どもたちも「よしやるぞ。」という気持ちで張り切っている事、また教育実習(9月1日～10月7日)が始まり、関

わってくれたり話を聞いてくれたり休憩時間に一緒に遊んでくれる大人が増えたことが影響していると考えられる。

10月・11月の欠席人数が他と比べて多い。これは発熱によるものが52.0%、かぜ症状によるものが14.7%と多く、喘息によるものも4.5%と他の月に比べて高くなっている。これは、季節の変わり目により1日の寒暖の差が激しくなることも起因していると考えられる。

また、欠席理由に着目すると、発熱などはないが「しんどい」など体の不調を訴えて休む人数が最も多かったのは6月で月の欠席人数の33%を占めている。そのほとんどが月の前半に集中しており、運動会の練習時期と重なる。水分補給など熱中症対策や、疲れを翌日まで残さないような過ごし方等、体調管理についての保健指導や保護者への働きかけが必要であると感じた。

表 2 曜日別欠席者

曜日	月 (23日)	火 (28日)	水 (28日)	木 (31日)	金 (31日)	土日 (5日)
総欠席者数	91	106	89	106	85	12
平均欠席数(人)	4.0	3.8	3.2	3.4	2.7	2.4

表 2 は曜日別欠席者数を表している。休み明けの月曜日、火曜日に欠席の割合が若干高く、週末や行事のある土日の欠席者数が若干低いという結果であった。中には欠席が休み明けに偏っている子どももおり、心理的背景があるとも考えられる。色々な物事に対する受け止め方やストレスへの対処の仕方、休み中の家での過ごし方等についての保健指導が必要であると考えられる。

健康観察の重要性については、「教職員のための子どもの健康観察の方法と問題への対応」⁴⁾の中で「日常的に子どもの健康状態を観察し、心身の健康問題を早期に発見して適切な対応をとることによって、学校における教育活動を円滑に進めるために行われる重要な活動である」と述べられている。学級担任をはじめ、1日を通して学校の教職員全体で子どもたちの健康観察を行うことに

より、体調不良だけでなく、ストレスや悩み、いじめ等子どもの心の健康の早期発見が出来る。また、毎日の健康観察により、子どもたち自身が、自分の心身の健康状態を見つめ、それを表現できる力を身につけることが出来ると考える。

健康観察において何らかの症状を訴える子どもや、継続した症状を訴える子どもについては、担任と連携を取り、その子の健康状態や生活の様子、人間関係や家庭状況等情報を収集することで、子どもたちの心身の健康問題を早期発見・早期対応をしていくことが出来ると考える。

3 保健室来室者記録による子どもの実態把握と分析

(1) 研究の方法

期間：平成 27 年 4 月～12 月

対象：全校児童（404 名）の保健室来室者

方法：保健室来室記録による来室理由を外科、内科、その他に分類し実態を把握し、分析する。

(2) 実態把握と分析

保健室来室記録は養護教諭にとって、養護診断の実施を証明するものである。しかしながら学校教育法施行規則第 15 条においての「学校に備えなければならないとされる表簿」には入っていない。後藤ら（2009）は「保健室来室記録のあり方と養護教諭の主な属性との関連」³⁾において「保健室来室記録簿は、来室した時点での、横断的な児童

生徒の様子だけでなく、蓄積された記録からは、長いスパンで把握したからこそ分かる、一人ひとりの児童生徒の健康問題や課題のみならず、集団としての健康問題や課題が見えてくる重要なもの」と述べている。

本校の今年度 4 月から 12 月の来室者を外科・内科・その他の項目で月別に集計したところ、図 3 の様な結果になった。

日本学校保健会発行「保健室利用状況に関する調査報告書」(平成 23 年度調査結果)の保健室利用者の来室理由⁴⁾によると、「外科」32.9%、「内科」13.8%であった。本校では、「外科」59.6%、「内科」37.6%となっており、全国の「外科」「内科」の比に対して内科的訴えの割合が高い。

また、図 3 によると外科的訴えは、6 月と 9 月、10 月に多い。6 月は運動会に向けての練習が連日行われ、運動する機会が増えることが背景として考えられる。9 月・10 月は気候が良いこと、9 月から教育実習生が多数来校することにより、外遊びをする子どもたちが増え、遊び場の人口密度が高まるという物理的な背景と、教育実習生と遊べるのがうれしくて普段と比べ、子どもたちの心理状態も高揚するなど心理的背景が理由として考えられる。実際に実習開始から 1 週間のうちに骨折や縫合を要する頭部裂創などで、病院での治療を要するような外傷が立て続けに 4 件も起こっている。

内科的な訴えが外科的な訴えを上回っているのは、4 月と 7 月である。発達段階における健康問

保健室来室者記録												
月 日 ()		はれ くもり あめ ゆき				No. _____						
がく 学 級	しゅうぎ 出席 番号	な 名	びょうき・けがの ようす (症状)	どこが (部位)	いつから (発生時間) (来室時間)	どこで(場所)	なにを している どうなった(原因)	ほけんしつでのしよち (処置)	貸し出し	返却	お手紙	病院
-						教室・廊下・階段・体育館 ベランダ・グラウンド・裏校庭 昇降口・プール・音楽室 図工室・()		水で洗う・消毒・カットハン 冷やす・温める・体温() かゆみ止め・様子を見る	保冷剤 ハンカチ			
-						教室・廊下・階段・体育館 ベランダ・グラウンド・裏校庭 昇降口・プール・音楽室 図工室・()		水で洗う・消毒・カットハン 冷やす・温める・体温() かゆみ止め・様子を見る	保冷剤 ハンカチ			
-						教室・廊下・階段・体育館 ベランダ・グラウンド・裏校庭 昇降口・プール・音楽室 図工室・()		水で洗う・消毒・カットハン 冷やす・温める・体温() かゆみ止め・様子を見る	保冷剤 ハンカチ			

図 2 保健室来室者記録用紙

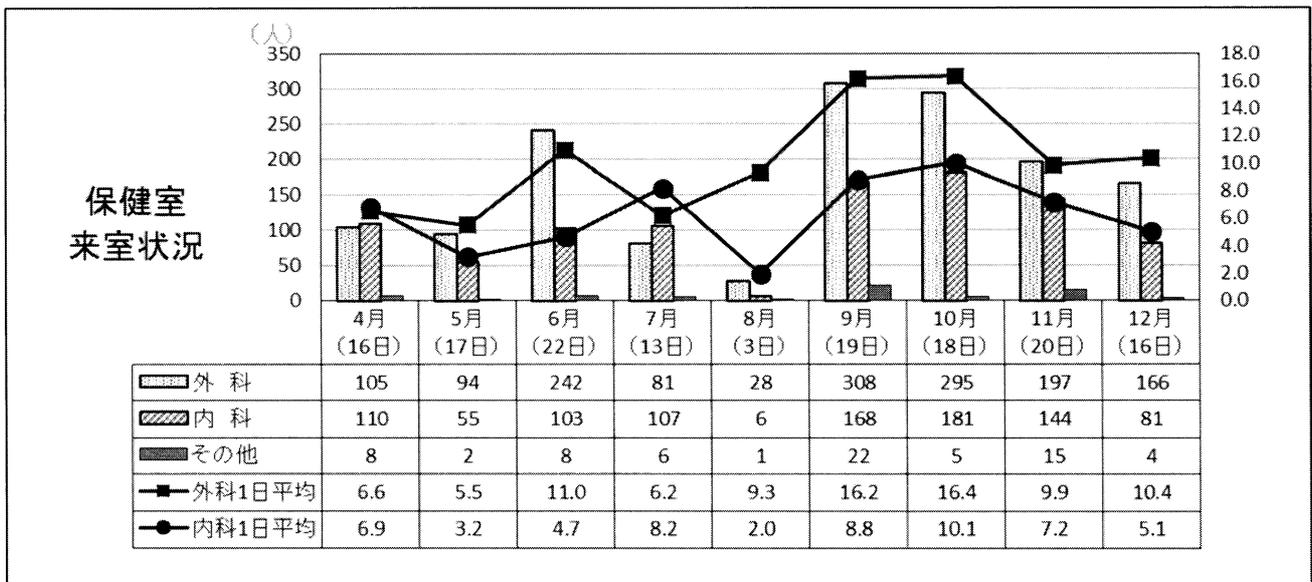


図3 月別・保健室来室状況

題の特徴について、文部科学省発行の「教職員のための子どもの健康相談及び保健指導の手引」⁵⁾によると、「小学校低学年のうち、自分の精神状態を十分には自覚できず、言葉でうまく表現できないことが多い。そのため(中略)心理面での訴えよりも、頭痛・腹痛・おう吐など体の症状や、落ち着きのなさなど行動面の変化、あるいは睡眠の障害などとなって表れやすい。」と述べている。このことから見ても、4月は、新年度が始まったばかりで、新しい環境や人間関係の中での不安と緊張が、頭痛や腹痛などの内科的症状となって表れていると考えられる。7月は、感染症の流行と大きな行事が終わった後の脱力、または暑さによる軽度な熱中症が内科的症状として表れていると考えられる。

一日の平均保健室来室者数を曜日ごとに分類してみたところ、図4の様な結果であった。

月曜日が群を抜いて多く、水曜日と金曜日は少ない。月曜日に来室者が多いのは、休み明けで生活リズムの乱れが起こりやすいことや、休みの過ごし方による影響が大きいと考えられる。また、家で受傷したけがの経過を見てもらいに来る等、「気にかけてもらいたい」という背景があるのではないかと考えられる。

木曜日は全学年6校時でどの学年も遅くまで外遊びが出来ることも来室者が多い理由として考えられる。水曜日に来室者が少ないのは、下校時間が早い学年があり、外遊びが出来ない事も理由として考えられる。金曜日は、翌日から休みという事で心身ともに落ち着いていることも影響しているのではないかと考えられる。

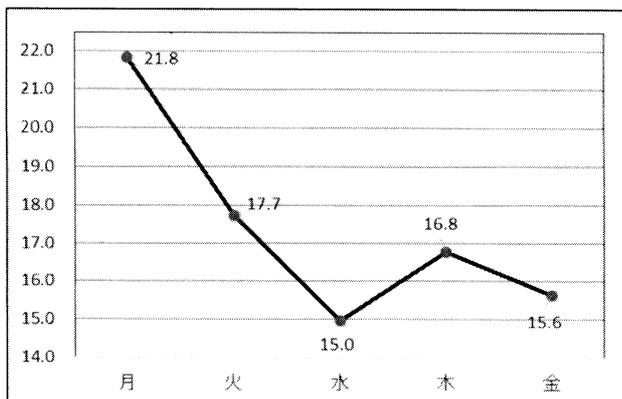


図4 曜日別一日平均来室者数

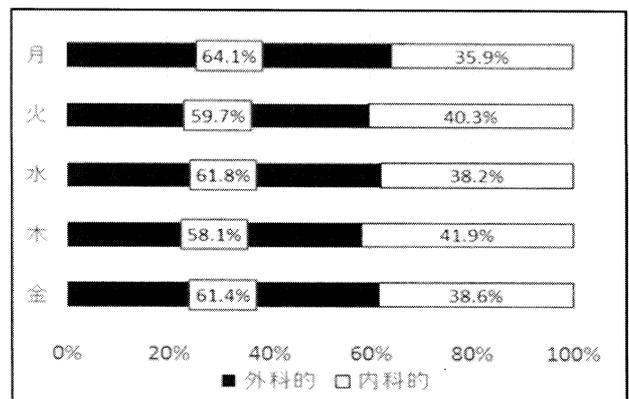


図5 曜日別・主訴別来室者の割合

また、曜日ごとに「外科」「内科」の主訴の割合で来室者を見てみると図5の様な結果であった。

各曜日ともさほど大きな差はないものの、火曜日と木曜日の内科的な来室が、他の曜日と比べて若干高めである。欠席者は月曜日が多かったのと同じように月曜日が高くなると予想していたが、意外な結果であった。木曜日は一週間の疲れが出やすい頃と重なるからではないかと予想されるが、今後も子どもたちの様子をしっかりと観察しながら、実態をつかんでいきたい。

4 保健室の役割を生かした保健室の環境づくり

(1) 保健室の役割

保健室の設置目的は学校保健安全法第7条において「健康診断、健康相談、保健指導、救急処置その他の保健に関する措置を行うため」と示されている。また、平成9年の保健体育審議会答申⁶⁾では、保健室の新たな機能として「健康相談活動ができる相談室としての機能」「健康情報センターとしての機能」があげられ、救急処置以外に児童生徒がいつでも利用でき、安心して相談ができる場所として、子どもたちの心身の健康の早期発見・早期対応を期待されている。蒲池ら(2012)は「子どもの求める保健室像、養護教諭像についての調査研究」⁷⁾の中で、保健室は「安心するところ」であり、子どもたちの求める保健室像は「明るい、清潔な、落ち着く場所」が上位3位をしめていると示している。

本校では保健室を、①子どもたちが安心して来室できる場所、②静かで落ち着ける場所、③明るくて清潔な場所、④健康教育と人間教育の場所として子どもたちが、健康診断、健康相談、保健指導、救急処置等受けられるように心掛けて、環境づくりをしていく。

(2) 保健室の環境づくり

①安心して来室できる環境づくり

4月本校に赴任してきた時には本の陰に隠れる

ようにあった図6のクマのぬいぐるみ。ちょうど本棚を掃除している時に、4月当初より頻回来室するAさんがやって来て、「このクマそんな所にいたらかわいそうだからここに置いてあげよう。」と保健室入口からすぐ正面の机の上に置いた。「ウエルカムベアみたいでいいね。」と答えるととてもうれしそうにしていた。それから、来室する子どもが口々に「先生このクマどしたん？かわいい。」と昨日まで誰にも振り向かれることがなかったのに、Aさんのおかげで一躍保健室の人気者になった。そのことをAさんに伝えると、とても満足そうな顔をしていた。またある時は別の子が「名前つけようや。」とクマに「ジャスティス」と命名し名札まで作ってきてくれたので、クマの傍に名札を飾って置いていた。すると「ジャスティス元気？」とわざわざ声をかけに来たり、「ジャスティスのプロフィールを作ろう。」など、様々な子どもたちが一つのぬいぐるみを通して交流し、つながっていく様子を垣間見ることが出来た。保健室に来るだけでも緊張する子どもたちにとっては、入口正面にぬいぐるみがいるというだけでホッとしたり、養護教諭に自分の思いを伝える事が出来にくい子にとってもぬいぐるみを介して思いを伝えようとする事が出来ることもある。

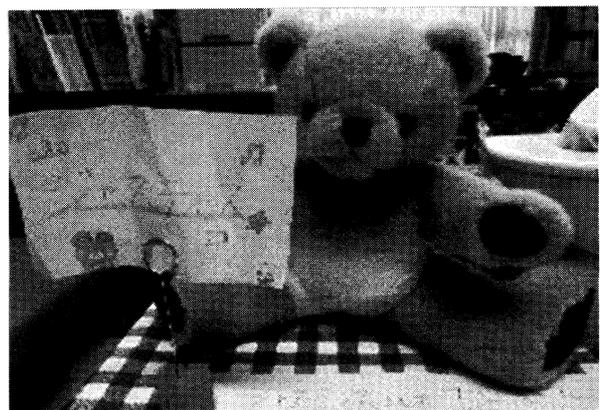


図6 クマのジャスティス

②静かで落ち着ける場所

体調の悪い子どもや、心に不安なことがある子どもたちにとっては、静かで落ち着ける場所が必要であると考えられる。そのため、休養している子ども

もがいるときには、入口に図7の様な札をかけて、廊下を通る人や来室する人に注意してもらえるようにしている。

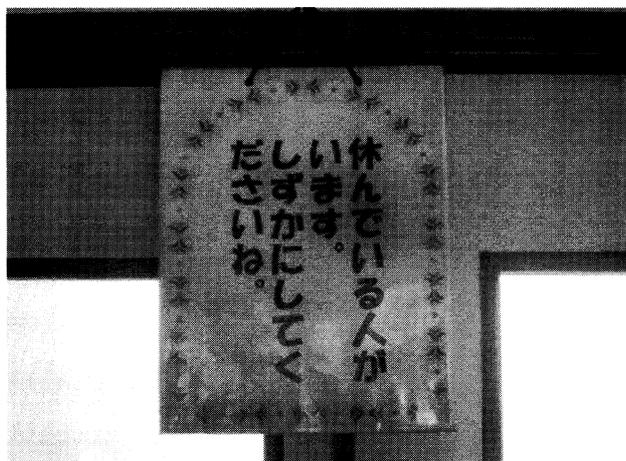


図7 保健室前の表示

このことにより、自分の事だけではなく他の人の事を考えて行動することや、体調が悪い人への心遣いについても教えるチャンスであると考え、今後も指導していきたい。

また、落ち着ける部屋作りをするにあたり中村は人間学講義⁹⁾の中で、部屋の色は3色にすると良く、色の系統はブルー系と黄系の、どちらかに揃えた方が良いと述べている。(緑は自然の色なので数えなくて良い。)保健室の備品等については、今まであるものを使うので、色をすべてそろえるというわけにはいかないが、スチール棚やテーブルクロスの色にソファのカバーや作業机のクロスを揃えることにより、色の統一感を持たせるように工夫し、落ち着いた雰囲気になるよう心掛けている。

この他にも、図8のような季節の飾りやグリーンの植物を置くなどして工夫をしている。ある日保健室に来室した6年生の女子が「あーなんか保健室って落ち着く。」とつぶやいた。保健室に来室した子どもたちがリラックスできるような場であるよう、これからも色々と工夫していきたい。



図8 季節の飾り

③明るくて清潔な場所

本校の保健室は南向きに面した位置にあり夏は涼しく、冬は部屋の中まで日が入って暖かい。いつも清潔であるよう毎日の掃除をし、シーツやソファの乱れがないよう心掛けている。

④健康教育と人間教育の場所

健康情報センターとしての機能を求められている保健室であるが、健康についてはもちろん、人間としてどう生きるか、物事の受け止め方等が心の健康に大きく影響していると考え。そこで、保健室の掲示物や設置するものに、このような要素を取り入れ、子どもたちにとって学習のある場となるよう工夫している。

保健室入口横にある掲示物は月1回程度貼り換えを行っている。健康・食・安全等をテーマにし、子どもたちの健康課題や、季節に起こりやすい感染症等をテーマにしなが子どもたちが、楽しくて分かりやすいような掲示を工夫をし健康教育としてわかりやすいものを展示するようにしている。



図9 保健室入口横の掲示板

その他、スチール戸棚(本棚)に外から見えるように市販の袋入りパンを展示して置いている。来室して気づいた子は「え?なんでこんなところにパンおいとるん?おいしそう!食べてもいい?」とほとんどの子が言う。しかし賞味期限が切れて1年近く経っており、買った時と変わらずカビも生えず腐ることもないことを説明し、それはなぜかを考えさせることで、食について考える教材としている。

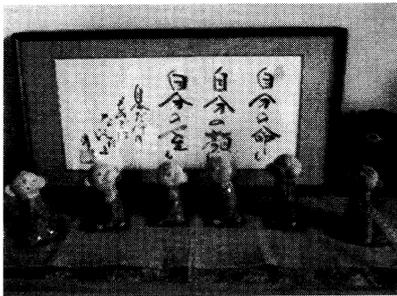


図 10 保健室の展示物

また図 10 は「自分の命も自分の顔も自分の人生も自分だけのものではないんだよ」(中村淳子作)⁹⁾と書かれた書である。このような教えのある作品や本等を保健室に展示しておくことで、子どもたちの人間教育の教材となる。生き方や受け止め方を語れるように養護教諭自身が学びを深めていく必要がある。

(3) 保健室における個別の保健指導

保健室に来室する子どもたちの中には、出血も傷もないような場合でも「転んでけがをしたのでみてください」と訴えたり、休憩時間の度に何度も様々な症状を訴えて来室したり、付き添いでやってきたり、たまたま通りかかっただけにもかかわらず「私もここが痛い」「しんどい」「熱を測っていいですか」など、多い時は一度に10人以上が保健室に来室することもある。その姿の裏側には、「話を聞いてほしい」「自分の方を向いてほしい」「優しくされたい」「声をかけてほしい」「認められたい」等なんらかの理由があると考えられる。

また、来室しても自分の体のことを説明できな

いでもじもじしている子どももいる。

そこで、保健室では次のような子どもの姿を目指して日々保健指導をしている。

- ア) 自分の心身を見つめて、自分の言葉で伝えることができる子ども
- イ) よりよく健康的に生活するために、今の生活を振り返り実践しようとする子ども
- ウ) 物事を肯定的に受け止め自分も周りも大切にしようとする子ども

アについては、まず保健室に入る時の挨拶から自分の口で言えるように指導をしている。また、自分の体の症状を、自分で言えるように質問したり誘導したりしている。また、その中で「どうしてそうなったのかな?」と問いかけたり「次はどうすればいいかな?」という事を一緒に考えながら、イの姿に近づけるように、日々対応をしている。ウについては、いろいろな事に対してマイナスに受け止めてしまい頻回来室する子どもたちの思いをしっかり聞きながら、「このように考えてみたらどうか」と思考の転換を図ったり、原因不明の「しんどい」の訴えを繰り返す子どもには、「しんどい」事から一旦意識を外して、「休みの日はいつもどんなことしてるの?」「好きな食べ物は何?」など話題を変えることによって、しんどかったことを忘れて話に夢中になり、それとともに元気になるという事もしばしばある。子どもの思いをしっかり聞き、子どもたちが訴える体の症状の裏側に何があるのかを見つめ、一緒に考えていける養護教諭として今後も自己研鑽していく。

5 考察と結論

保健室来室状況を見ると、外科的症状によるものが多かった。しかし、内科的症状の割合も全国と比較すると割合が高いことが分かった。子どもたちから、就寝時刻や起床時刻、家での生活の様子、朝ごはんは何を食べたか、排便はあったか等、丁寧に問診していくうちに、友だち関係や心配な事など悩みが明らかになることもある。内科的症状の裏側にある、心の不調について早期発見する

ためには、保健室が子どもたちにとって、相談しやすい場所であり、養護教諭も話しやすい存在でなければならない。また、休憩時間には来室者が集中するため一度に複数の子どもの対応をしていかなければならない。迅速かつ正確に養護診断をうため、または長期的に個人や学校全体の健康課題を見つめ、データにして分析する上でも、保健室来室者記録簿は欠かせないものである。今後も記録することの重要性を考えながら記録を大事にしていく。

また、頻回来室者についての細かな記録を取り、個人記録簿を作成しておくことも、今後必要だと考える。

さらに、日本学校保健会発行の、「現代的な健康課題対応委員会（心の健康に関する教育）報告書」¹⁰⁾に、「心は脳の発達とともに成長することや「心の健康がインターネット・スマホ依存と大きくかかわっている」ことが記されていることから、今後、脳の仕組みに基づいた脳育や、インターネット・スマホ依存に関する保健指導が不可欠であると考え。これらを今後の研究題材としていく。

<注および引用・参考文献>

- 1) 文部科学省：「学校保健安全法等の一部を改正する法律の公布について（通知）」平成 20 年 7 月 9 日付け 20 文科ス第 522 号
- 2) 日本学校保健会：「現代的な健康課題対応委員会（心の健康に関する教育）報告書」平成 27 年 2 月
- 3) 後藤多知子，古田真司：「保健室来室記録のあり方と養護教諭の主な属性との関連」愛知教育大学研究報告，pp. 47-52，2007 年 3 月
- 4) 日本学校保健会：平成 23 年度調査「保健室利用状況に関する調査報告書」平成 25 年 4 月
- 5) 文部科学省：「教職員のための子どもの健康観察の方法と問題への対応」平成 21 年 3 月
- 6) 文部科学省：「教職員のための子どもの健康相談及び保健指導の手引」平成 23 年 8 月
- 7) 保健体育審議会答申：「生涯にわたる心身の

- 健康の保持増進のための今後の健康に関する教育スポーツ振興の在り方について」平成 9 年
- 8) 蒲池千草，高木香奈：「子どもの求める保健室像，養護教諭像についての調査研究」九州女子大学紀要，第 49 巻 2 号，pp. 109-125（2012）
 - 9) 中村淳子：「人間学講座」講義より，内閣府 NPO 法人 府国生 534 号，暮しの寺小屋ライフサイエンス主宰
 - 10) 前掲書 2)