

令和5年度
第2回 学校保健委員会



令和6年 1月15日(月)

13:30~15:40

上尾市立大石中学校 図書室

令和5年度 学校保健委員会名簿 (敬称略)

No.		氏 名	
1	学 校 医 (内 科)	村 田 宏 子	村田内科胃腸科医院 (産業医)
2	学 校 医 (内 科)	池 見 佳 一 郎	ふじなみ診療所
3	学 校 医 (歯 科)	井 原 寛 二	井原歯科医院
4	学 校 医 (歯 科)	小 川 健 一 郎	小川歯科医院
5	学 校 医 (眼 科)	伊 波 眞 理 江	池田医院
6	学 校 医 (耳 鼻 科)	岡 部 素 子	かすが耳鼻咽喉科医院
7	薬 剤 師	栗 原 啓 祐	かしわざ中央薬局
8	P T A 会 長	峯 岸 英 則	1年6組
9	P T A 副 会 長	細 野 晃 司	2年5組
10	P T A 副 会 長	荻 原 由 起 子	2年1組
11	P T A 副 会 長	川 上 成 美	3年8組
12	P T A 副 会 長	稲 葉 雅 美	2年1組
13	学 年 進 路 部 部 長	関 野 美 奈 子	2年3組
14	広 報 部 部 長	佐 藤 好 恵	2年7組
15	環 境 対 策 部 部 長	井 上 直 子	1年2組
16	運 動 部 連 絡 協 議 部 部 長	猪 俣 秀 雄	2年6組
17	校 長	萩 谷 健	大石中学校
18	教 頭	橋 本 佳 子	〃
19	教 頭	安 彦 伸 也	〃
20	主 幹 教 諭	亀 井 康 憲	〃
21	1 学 年 主 任	金 子 亮 太	〃
22	2 学 年 主 任	田 口 亮	〃
23	3 学 年 主 任	柴 田 豊	〃
24	保 健 主 事	齋 藤 絵 梨	〃
25	養 護 教 諭	川 嶋 紅 音	〃
26	養 護 教 諭	山 崎 彩 加	〃
27	学 校 保 健 部	大 堀 順 子	〃
28	学 校 保 健 部	榎 本 瑠 乃	〃
29	学 校 保 健 部	飯 塚 眞 子	〃
30	体 育 主 任	高 橋 修 平	〃
31	給 食 主 任	村 上 未 貴	〃
32	安 全 主 任	浅 沼 啓	〃
33	生 徒 指 導 主 任	馬 場 直 樹	〃
34	教 育 相 談 主 任	松 本 裕 美 子	〃
35	さ わ や か 相 談 員	辻 理 恵	〃

次第

- 1 開会のことば
- 2 校長あいさつ
- 3 PTA 会長あいさつ
- 4 自己紹介
- 5 議 題
 - (1) 役員を選出 (委員長 1名 副委員長 2名)
 - (2) 学校保健教育計画
 - (3) 本年度の健康診断の結果について
 - (4) 本校の生徒の体力について (新体力テスト結果)
 - (5) 保健室来室状況
 - (6) その他
- 6 東洋羽毛講師様より、保護者・教職員向け講話
- 7 学校薬剤師の先生から
- 8 閉会のことば

表紙の絵は、本校 2年4組 加藤 咲良さんが書いてくれました。

学校保健委員会会則

上尾市立大石中学校

【名称】

第1条 この会は、上尾市立大石中学校学校保健委員会（以下「会」という）といい、事務局を大石中学校に置く。

【目的】

第2条 この会は、学校における保健管理に関して必要な事項を定め、生徒及び教職員の健康保持増進を図り、学校保健の推進の核となり、なお、学校保健を広く健康教育ととらえ学校における、保健、健康、安全、食育全般について考えることとする。

【事業】

第3条 この会は、前条の目的を達成するために、次の事業を行う。

学校保健の立案実施に関する事項。

- 2 健康診断及びその事後措置について、具体的な実施計画の立案実施とその評価に関する事項。
- 3 疾病予防に関する事項。
- 4 安全保持及び保健衛生についての生徒の習慣形成に関する事項。
- 5 学習能率向上についての保健的研究と対策に関する事項。
- 6 健康の保持増進に向けての食生活に関する事項。
- 7 学校行事の健康安全的な推進に関する事項。
- 8 長期休業等、学校外における健康生活の具体的な推進に関する事項。
- 9 学校環境の美化、清掃等保健的整備に関する事項。
- 10 精神衛生上の問題点の検討とその対策に関する事項。
- 11 地域の有識者の協力を求めること及び、その他必要な事項。

【委員】

第4条 この会は、次の役務にあるものが委員となり組織する。

校長、教頭、主幹教諭（教務主任）、保健主事、養護教諭、各学年保健担当、学年主任、体育主任、生徒指導主任、給食主任、安全主任、教育相談主任、学校栄養士、さわやか相談員、PTA代表、学校医、学校薬剤師

- 2 必要に応じて関係者（教職員、生徒代表）の参加を依頼する。

【役員】

第5条 この会に、次の役員を置く。

委員長 1名 副委員長 2名 幹事 2名 書記 2名

【役員を選出】

第6条 委員長、副委員長は委員の互選による。

- 2 幹事は保健主事、養護教諭になる。
- 3 書記は委員長が委嘱する。

第7条 役員は任期は1年とする。ただし再任を妨げない。補欠役員は残任期とする。役員は任期満了といえども、後任者が就任するまではその職を行うものとする。

【運営】

第8条 委員長は会務を総理し、会議を招集する。

- 2 副委員長は委員長を補佐し、委員長に事故ある時はこれを代理する。
- 3 幹事は事務を掌理する。
- 4 書記は会議の記録をする。

【会議】

第9条 この会の会議は委員長が議長となる。

第10条 この会の会議開催は年2～3回とする。

- 2 委員長はこの他必要に応じて臨時に会議を招集することができる。

第11条 この会の変更は委員の議決による。

【付則】

この会は、平成7年2月24日より施行する。

平成9年7月16日会則の一部改正

平成24年7月23日会則の一部改正

(2) 学校保健全体計画

令和5年度 学校保健 全体計画

上尾市立大石中学校

日本国憲法
教育基本法
学校教育法
学習指導要領
埼玉県教育課程編成要領
埼玉県教育振興基本計画

学校教育目標
心豊かな生徒を育成する大石中教育
・思いやりのある生徒
・自ら学ぶ生徒
・進んで身心を鍛える生徒

学校の教育課題
生徒の実態
地域の実態
教師の願い
保護者の願い

学校保健目標
健康で安全な生活を営むことができる生徒の育成

学校保健 重点目標
○心身の健康に関する基礎的・基本的な内容を理解し、自らの健康保持増進を図るための課題を把握し、改善することができる資質や能力の育成を目指す。

学校課題研究テーマ 研究主題「生徒一人一人のよい点や可能性を生かし、異なる考え方を組み合わせたよりよい学びを実現する授業改善～ICTを活用した表現する機会を通して～」

○家庭、地域社会との連携
(学校だより、学年だより、保健だより、学校保健委員会等各種行事)

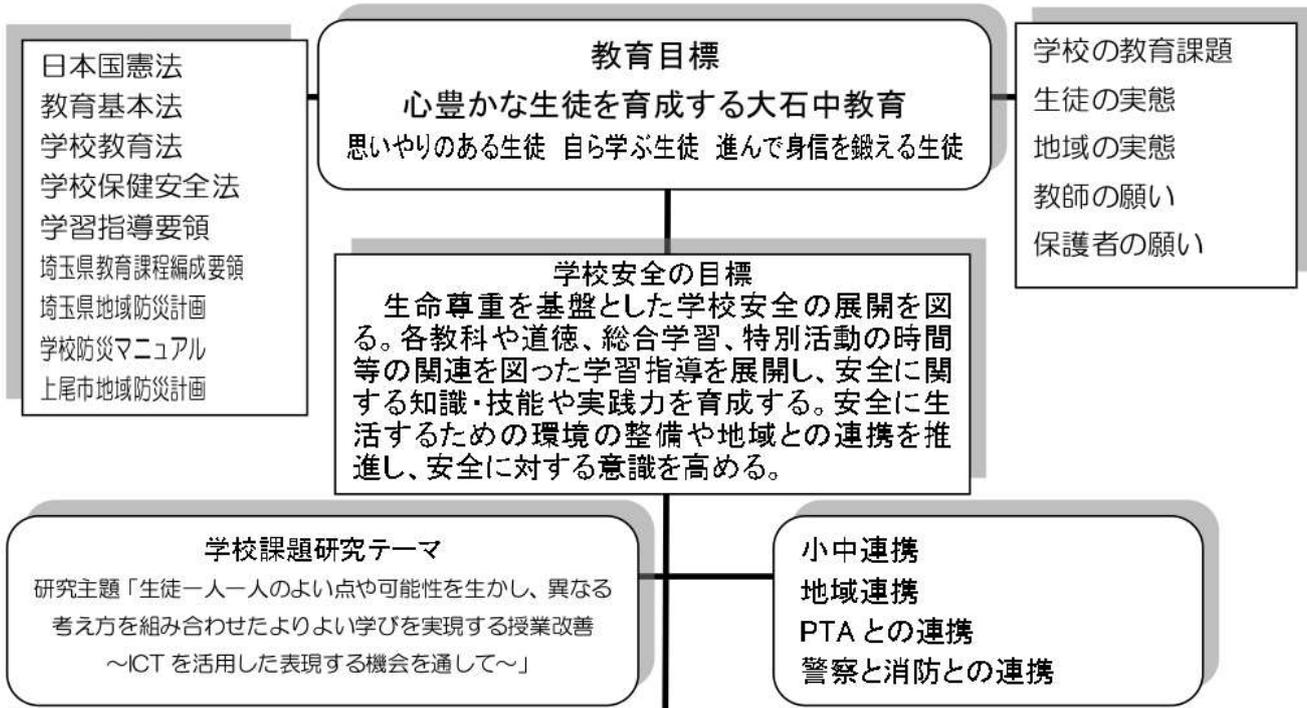
学校保健推進体制

保健教育	保健管理		学校保健に関する組織活動
	対人管理	対物管理	
◎保健体育での学習 ・心身の機能の発達と心の健康 ・健康と環境 ・障害の防止 ・健康な生活と病気の予防 ◎学活での学習 ・悩みと相談 ・不安や悩みの解消 ・食育授業 (栄養教諭とのＴＴ授業) ◎道徳での学習 ・生命尊重 ・異性理解 ・食事のマナー ◎学校行事における指導 ・健康診断事前指導 ・修学旅行 ・宿泊体験学習に向けた指導 ◎日常の学校生活における指導 ○生活リズムと心の健康 ・睡眠時間と食生活 ・心の健康について ・熱中症の予防指導 ・夏休みの生活指導 ・食中毒の予防指導 ・高校入試に向けた健康指導 ・インフルエンザ、感染症等予防指導 ○歯の健康と歯磨き ◎・薬物乱用防止教室 ・性・エイズに関する指導 ◎保健室・学級における個別指導	【心身の管理】 ・健康観察 ・保健調査 ・身体測定 ・健康診断 ・健康相談活動 ・健康診断の事後措置 ・疾病予防 ・感染症食中毒予防 ・救急処置 (応急手当等) ・宿泊体験等事前健康調査 ・プール入水事前調査 ・教育相談 ・職員の健康診断 【生活の管理】 ○健康生活アンケートの実施及び分析 ○学校生活の管理 ・休み時間の過ごし方 ・保健室利用状況調査	【学校環境の衛生的管理】 ・定期・臨時学校環境衛生検査及び事後措置 ・水質検査 ・施設設備の衛生管理 ・受水槽・高架水槽点検 ・教室内空気検査 ・照度検査 ・教室内備品管理 (カーテンなど)	【学校内における組織活動】 ○生徒会保健委員会 ・保健室の利用について ・健康観察 ・欠席者の把握 ・手洗い場の衛生管理、石けん補充 ・啓蒙ポスターの作成 ○学校衛生委員会 【地域、関係機関との連携】 ○学校保健委員会 ○保健だよりの発行 【学校保健に関する校内研修】 ○生徒の実態把握 ○アナフィラキシーショックへの対応 (エピペンの使用方法)

(2) 学校安全全体計画

令和5年度 学校安全全体計画

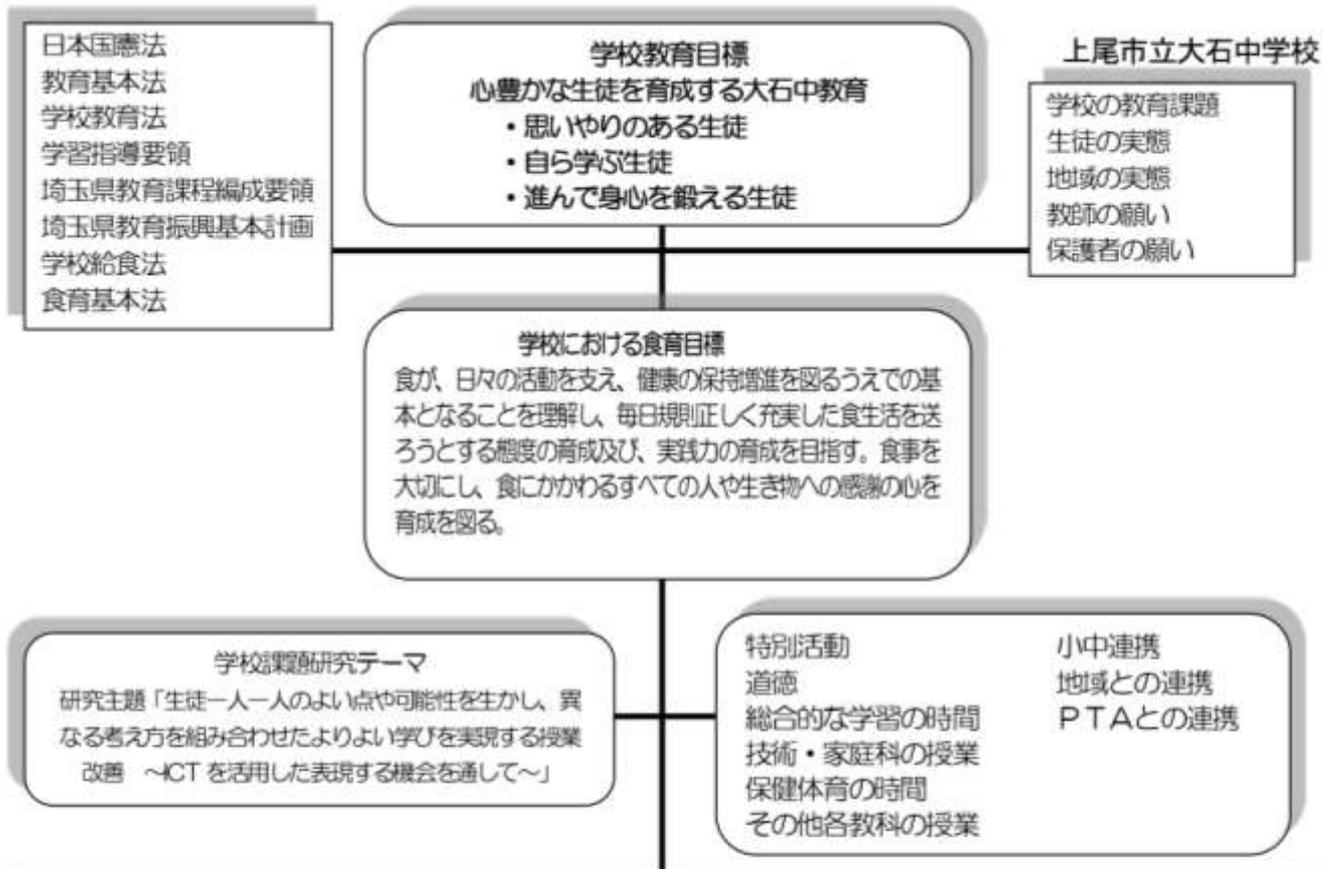
上尾市立大石中学校



学校安全推進体制				
安全教育		安全管理		学校安全に関する組織活動
安全学習	安全指導	対人管理	対物管理	
<p>【防災・校内の生活】</p> <ul style="list-style-type: none"> 心身の発達と健康(保健) 傷害の防止(保健) 疾病と予防(保健) 生命の尊重(道徳) 自然災害に備えて(学級活動) 集団行動(体育) 校内の危険箇所の確認(学級活動) 実験器具や刃物、針などを安全に留意して扱う態度の育成(理科、技術家庭科) 	<p>【登下校】</p> <ul style="list-style-type: none"> 登下校のマナー 自転車交通安全教室 自転車事故と加害責任 <p>【防災】</p> <ul style="list-style-type: none"> 緊急地震速報を利用した避難訓練 地区別集合訓練 通学路の危険箇所の把握 <p>【校内の生活】</p> <ul style="list-style-type: none"> 休み時間の過ごし方 廊下、階段での事故と原因 体育、部活動における傷害の防止 水泳指導 刃物、機械の取扱 <p>【健康】</p> <ul style="list-style-type: none"> 早寝早起き朝ごはん運動の推進 手洗い、うがいの励行 	<p>【登下校】</p> <ul style="list-style-type: none"> 歩行のマナー 自転車に関する安全指導 安全マップの提示指導 <p>【防災】</p> <ul style="list-style-type: none"> 避難訓練の実施 救急体制の確認 通報訓練 <p>【校内の生活】</p> <ul style="list-style-type: none"> 体育、部活動における安全指導 水泳指導 施設設備の安全な使い方 <p>【研修】</p> <ul style="list-style-type: none"> 心肺蘇生講習会の実施 AED講習会の実施 	<p>【登下校】</p> <ul style="list-style-type: none"> 通学路の安全点検 <p>【防災】</p> <ul style="list-style-type: none"> 防災マニュアルの整備、見直し 引き渡し名簿の作成、保管 避難経路の掲示と点検 防災倉庫の点検 避難所として使用する教室等の点検整備 <p>【校内の生活】</p> <ul style="list-style-type: none"> 学校設備の点検整備 ○教室 ○廊下 ○階段 ○プール ○体育館 ○武道場 ○グラウンド ○部室棟 ○特別教室 	<p>【交通事故防止】</p> <ul style="list-style-type: none"> 春の交通安全運動 秋の交通安全運動 交通安全強化運動 通学路点検 年末年始パトロール <p>【防災】</p> <ul style="list-style-type: none"> 緊急地震速報を使用した避難訓練 防災の日の取組 避難路の点検 <p>【地域との連携】</p> <ul style="list-style-type: none"> 消防と警察との連携 PTAの地域安全パトロール(青パト) <p>【職員研修】</p> <ul style="list-style-type: none"> 心肺蘇生講習会 AED講習会 不審者対応講習会

(2) 食育全体計画

令和5年度 学校における食育 全体計画



食に関する指導の目標			
	知識及び技能	思考力、判断力、表現力等	学びに向かう力、人間性等
	<ul style="list-style-type: none"> ○食事の重要性を理解し、心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事の摂り方についての知識を身につけている。 ○食は、多くの人や生き物によって支えられていることを知り、各地域の産物や食文化、歴史等の知識を身につけている。 	<ul style="list-style-type: none"> ○望ましい食生活や食物を大切に、食事のマナーを守って楽しく食事をしよう、正しい知識・情報に基づき、自ら管理したり判断したりできる。 	<ul style="list-style-type: none"> ○主体的に正しい知識や情報に基づき、バランスよく食事を整え、食べることができる。 ○生産者等に関わる人々に対して感謝する心を育み、食事のマナーを通じた人間関係形成能力を身につけている。
一学年	<ul style="list-style-type: none"> ・中学校給食について理解する。 ・中学生期の活動や体の発達や発育を支えるために必要な栄養についての知識を身につける。 	<ul style="list-style-type: none"> ・仲間と協力しあいながら食環境を整えようとする態度を育成する。 ・日々の活動や、心身の発達を支えるための食生活を営もうとする態度を育成する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・給食当番や給食時間の過ごし方を通して、食環境を整えるための実践力を育成する。 ・給食を通して、活動や成長を支えるために必要な食生活を営むことのできる実践力を身につける。
一学年	<ul style="list-style-type: none"> ・食事の摂り方や生活習慣について正しい知識を身につける。 ・食文化や歴史等の知識を深める。 ・食品の品質や安全性などについて自ら判断できる知識を身につける。 	<ul style="list-style-type: none"> ・食生活や生活習慣を整えようとする態度を育成する。 ・食を支えてくれる人々や生き物に感謝し、これまで培われてきた食文化や歴史を大切にしようとする心を育む。 	<ul style="list-style-type: none"> ・自分自身の食生活や生活習慣を見直し、修正していくことができるようにする。 ・食品の品質や安全性などに基づいて食品を選択することのできる実践力を身につける。
三年生	<ul style="list-style-type: none"> ・心身の成長や健康の保持増進のための食事を整えるための知識を身につける。 ・食事が果たす役割や健康とのかかわりについて理解する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・自分自身の健康や状況に合わせて食事を整えきちんと食べようとする態度を育成する。 ・生涯を通して、健康でいきいきと過ごすために、食生活や生活習慣を整えようとする態度の育成。 	<ul style="list-style-type: none"> ・自分自身の健康や状況に合わせて食品の選択ができる実践力を身につける。 ・健康でいきいきと生涯を過ごすために、食生活や生活習慣を整えることのできる実践力を育成する。

(3) 定期健康診断の結果について

●は、上尾市平均より上回っている。▲は下回っている。■は、同じ。

身長男子

身長 (cm)	本校平均 (R5)	上尾市平均 (R4)
1年男子	▲154.1	154.2
2年男子	●160.9	160.5
3年男子	▲165.1	165.8

(考察)

- ・1, 3年生が身長体重共に上尾市平均を下回っている。
- ・2年生は身長体重共に上尾市平均を上回っている。

体重男子

体重 (kg)	本校平均 (R5)	上尾市平均 (R4)
1年男子	▲45.7	46.2
2年男子	●50.9	50.6
3年男子	▲54.2	54.7

身長女子

身長 (cm)	本校平均 (R5)	上尾市平均 (R4)
1年女子	●153.0	152.2
2年女子	●154.7	154.6
3年女子	▲155.9	156.8

(考察)

- ・1年生が身長体重共に上尾市平均を上回っている。
- ・3年生は身長体重共に上尾市平均を下回っている。

体重女子

体重 (kg)	本校平均 (R4)	上尾市平均 (R4)
1年女子	●45.4	45.0
2年女子	■47.8	47.8
3年女子	▲49.4	51.3

やせ・肥満

栄養状態	男子						女子				
	1年	2年	3年	男子合計		1年	2年	3年	女子合計		
	人数			%			人数			%	
受検者数	133	160	150	443		136	124	157	417		
肥満度 -20%以下はやせ 20%以上は肥満	-20%以上	1	5	1	7	1.6	3	3	2	8	1.9
	20%未満~ -20%超	116	137	134	387	87.4	119	110	146	375	89.9
	20%以上	16	18	15	49	11.1	14	11	9	34	8.2

- ・肥満度 (%) の出し方 = $(\text{実体重} - \text{標準体重}) \div \text{標準体重} \times 100$
(標準体重 (kg) = (身長 - 100) × 0.9)

内科

- ・1名 心雑音により医療指示

脊柱検査

脊柱	1年	2年	3年	全校
	人数			
受検者数	269	283	304	856
脊柱異常の者	0	0	0	0
脊柱側弯症 疑いの者	8	6	50	64

尿検査

尿検査	1年	2年	3年	全校
	人数			
受検者数	271	289	310	870
蛋白第一次陽性者	11	9	10	30
糖第一次陽性者	1	0	1	2
潜血第一次陽性者	14	13	16	43

眼科

目の検査		1年	2年	3年	全校
		人数			
視力	受検者数	269	283	304	856
	視力B以下の者	116	135	149	400
眼科 検診	受検者数	264	258	247	769
	眼瞼炎の者	2	3	1	6
	結膜炎の者	15	14	8	37
	その他の 眼疾異常	4	1	1	6

耳鼻科

耳鼻科	1年	2年	3年	全校
	人数			
受験者数（問診票）	270	292	312	874
治療のお知らせを出した者	36	33	25	94

聴力検査

聴力検査 (1・3年のみ)	人数		
	1年	3年	合計
受検者数	269	303	572
難聴の疑いの者	6	8	14

※「難聴の疑いの者」

両耳とも1000Hzで30db
または4000Hzで25dbが
聞こえなかった者で、治療のお知らせを出した者

歯科

歯科				
学年	1年	2年	3年	計
在籍児童・生徒数	272	293	313	878
検査人数	265	278	274	817
未処置歯数	5	11	5	21
喪失歯数計(M)	0	0	2	2
処置歯数(F)	91	136	121	348
D+M+F	96	147	128	371
一人平均 DMF 保有数	0.36	0.53	0.47	0.45
健全歯のみの人数	215	222	223	660
健全歯のみの人数割合(%)	81.13%	79.86%	81.39%	80.78%
むし歯のある者の人数割(%)	18.87%	20.14%	18.61%	19.22%
要観察歯(CO)	5	0	0	5
歯周疾患要観察者(GO)	2	1	3	6

むし歯処置歯率(%) F/(D+M+F)	令和5年度	令和4年度	令和3年度	令和2年度
	93.8%	49.3%	93.4%	60.1%
一人平均 DMF 歯数(本) (D+M+F)/A	令和5年度	令和4年度	令和3年度	令和2年度
	0.45	0.82	0.61	0.85

(4) 新体力テストの結果について

令和5年度 新体力テスト結果

※県平均R4年度

		男子			女子		
	種目	1年	2年	3年	1年	2年	3年
握力	大石中平均値	25.49	30.97	36.02	23.23	25.40	26.73
	県平均値	24.03	29.65	34.41	21.65	24.12	25.79
	県平均値との比較	○	○	○	○	○	○
上体起こし	大石中平均値	22.97	28.15	31.40	21.17	24.31	26.72
	県平均値	24.88	28.23	30.81	22.14	24.84	26.59
	県平均値との比較	×	×	○	×	×	○
長座体前屈	大石中平均値	42.36	55.14	52.12	48.62	54.28	56.66
	県平均値	42.91	47.86	51.74	46.43	50.13	53.03
	県平均値との比較	×	○	○	○	○	○
反復横とび	大石中平均値	47.95	53.28	55.45	46.29	47.61	47.94
	県平均値	48.40	51.89	55.15	44.19	46.82	48.19
	県平均値との比較	×	○	○	○	○	×
50m走	大石中平均値	8.41	7.79	7.38	8.84	8.71	8.50
	県平均値	8"56	7"92	7"50	9"05	8"76	8"62
	県平均値との比較	○	○	○	○	○	○
立ち幅跳び	大石中平均値	189.27	216.25	228.10	179.22	185.03	188.56
	県平均値	184.26	202.45	216.19	167.33	173.98	177.05
	県平均値との比較	○	○	○	○	○	○
ボール投げ	大石中平均値	18.39	24.23	26.06	13.77	16.88	16.51
	県平均値	17.60	21.10	23.93	11.46	13.39	14.72
	県平均値との比較	○	○	○	○	○	○
持久走	大石中平均値	7'04"87	6'30"26	6'11"86	4'52"23	4'57"65	4'51"21
	県平均値	7'05"00	6'34"21	6'18"06	5'03"18	4'50"89	4'49"79
	県平均値との比較	○	○	○	○	×	×

○：県平均より上回っているもの ×：県平均より下回っているもの △：県平均と同じもの

	男子			女子		
	1年	2年	3年	1年	2年	3年
○の数	5	7	8	7	6	6
×の数	3	1	0	1	2	2
△の数	0	0	0	0	0	0

(5) 保健室利用状況 (4月～12月) について

○保健室利用件数 (全学年合計)

	けが	病気	保健室登校	健康相談	その他	合計
4月～12月	202	611	0	0	11	824

○学年別保健室利用状況

1学年

	けが	病気	保健室登校	健康相談	その他	合計
1年	79	162	0	0	3	244

2学年

	けが	病気	保健室登校	健康相談	その他	合計
2年	69	226	0	0	3	298

3学年

	けが	病気	保健室登校	健康相談	その他	合計
3年	54	223	0	0	5	282

最も多く来室した生徒の来室回数は、1学年で16回、2学年で14回、3学年で14回であった。

また、3回以上来室した生徒を頻回来室者と定義し、頻回来室者が占める件数の割合を出した。

1学年は、来室件数の57.4%、2学年では、来室件数の52.3%、3学年では、40.8%が頻回来室者によるものであった。

本校の保健室来室カルテ。全生徒分が保健室に保管されている。

(6) その他

【性教育講演会】

令和5年7月14日(金)の5・6限目に、本校にて3年生対象の性教育講演会を行いました。講師として平野素尚先生(出張開業助産師、一社)埼玉県助産師会、NPO法人ピッコラーレ、エンパワメントかながわ)に来校していただき、同年代での妊娠の現状や避妊方法、交際時の同意、デートDVなどについてとても分かりやすくご講演いただきました。

今回のご講演を聞いて、今までどこか他人事と感じていた事について、自分自身の身近な問題であり、自分のことは自分で守っていかなければならないと考えていくきっかけとなりました。



生徒たちの感想より

- ・性教育講演会でおなすさんのはなしをきいて、自分のことは自分で決めるということの大切さを改めて感じました。自分もそうだし、他人もそうだけれど、自分で決めたことだったら失敗しても後悔はしないけれど、他人がかってに決めてやったことで命にかかわるようなことが起こってしまうと後悔してもしきれないなという思いがとても伝わってきたので、自分で決めたように行動したいです。
- ・お話を聞き「同意」の大切さを改めて感じました。デートDVなどは特に身近に感じられたので、自分が加害者にならないように気をつけたいです。相談することの大切さもよくわかったので性についてだけでなくやんだことがあれば親などにしっかり相談しようと思います。
- ・今日の話聞いて、「自分の身は自分で守る」。災害と同じなのだと思いました。私の字にも「愛」という文字が入っているので嫌なことは嫌とはっきり言えるようにしたいです。自分の意見を大切にして、これから先、生活していきたいです。
- ・今日は自分を大事にすることについて学びことができました。愛は心で受けるものという言葉はずっと覚えておきたいです。心と体の権利は全員が持っているということを忘れないようにして、これから生きていきたいと思います。
- ・自分の体は自分でしか守れない。だから、嫌だなと思ったことは正直に嫌だっていうことが大事だと教えてもらったので自分からちゃんといえるようにしたいです。万が一、自分が望んでないことになってしまったら、1人でかかえこまずに相談したいと思いました。
- ・今日の講演会を受けて、今までどこかそういう話を他人事と感じていた事に気付くことが出来ました。10代でも妊娠する事があること、その確率も以外と低くないことにとても驚きました。中学3年生の私達で十分起こりうる話だと知って、恐ろしかったです。将来の事を考えても、安易に決断することではないなと気が引きしまりました。自分の身は自分で守れるように、必要な知識をしっかり身につけ、自分の体を大事にしていこうと思います。こういうことを知る機会があって良かったです。これからも注意していこうと思います。
- ・僕はおなすさんのお話を聞いて、性行為や、性について詳しく知ることができました。避妊や、いざ彼女ができて、そういう場面に直面した時は、おなすさんが言っていたことをちゃんと思い出して、相手とちゃんと話し合うこと、同意が大事だと分かりました。デートDVは、誰にでも起こりうることなので、僕は性暴力や束縛は絶対ダメだと思いました！

【薬物乱用防止教室】

令和5年10月11日（水）の5限目に、本校にて全学年対象の薬物乱用防止教室を行いました。講師として学校薬剤師の栗原啓佑先生に来校していただき、前半は栗原先生から、覚醒剤や大麻をはじめとした薬物の特徴について、また、薬物を摂取した際の身体や精神に及ぼす影響について、後半は市販薬の乱用（オーバードーズ）、薬の正しい使い方についてご講演いただきました。

薬物乱用とは、法律で禁止されている薬物を使うこと、また、本来の医療目的ではない間違った使い方をするをいい、「一回使うだけでも脳が破壊され、壊れた脳神経は戻らない」「すぐにやめられると思っても、自分の意思ではやめられない」など、薬物の恐ろしさについて学びました。また、市販薬でも用法・用途を守らなかったり、本来の目的から外れた使い方をしたりすれば、こうした薬でも「薬物乱用」にあてはまることも学びました。健康で自分らしい生活をおくるためにも、「薬物には絶対に手を出さない」こと。また、「薬物について、危険性をよく知る」「進められてもきっぱりと断る。その場から速やかに逃げる」「一人で抱え込まず、相談をする」ことが大切であることを教えていただきました。普段の生活の中ではなかなか実感しにくい薬物問題ですが、自分自身の身近な問題として考えるきっかけになりました。



生徒たちの感想より

☆1年生

- かぜ薬は、私も何回か飲み忘れたから2錠飲んだ方がいいのかなと思ったことがあったので、気をつけて、正しい服用をしていきたいと思いました。
- 普通の薬でもオーバードーズ（たくさん飲む）をするとそれも薬物乱用になることは知らなかったので良い経験になった。
- 相談を受けても警察には通報しなくてもいいことも初めて知れました。このことをもっとたくさんの方が知っていれば、通報におびえたりしている人も相談にのれるのになあとと思いました。

☆2年生

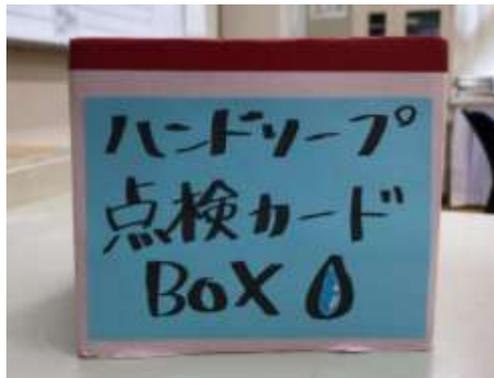
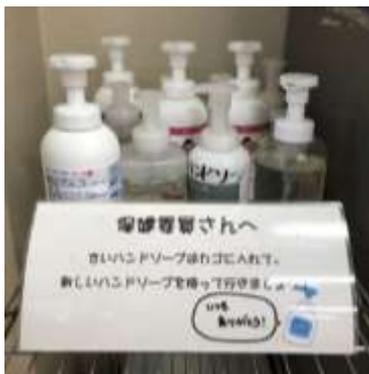
- 今回のお話から、薬物を乱用しても、自分にとっても周りにとっても何もいいことはないこと、そして軽い気持ちで薬を扱ってはいけないことを知りました。
- 薬物乱用は、薬局でもらうような薬でも使い方しだいで当てはまってしまうことが分かりました。また、使い方を間違えてしまうと、大麻や覚せい剤と同じくらい危険だということを知ったので気をつけたいなと思いました。

☆3年生

- もし、自分の友達が追い詰められて、やってしまった時は優しく相談に乗ってあげてまず信頼できる大人、公共の大人などに相談していきたいと思います。
- 危険な薬物はSNSで手に入れることができ、身近にトラブルに巻き込まれるきっかけがあることが分かりました。
- ゲートウェイドラッグの話はとても興味を引きました。合法であるタバコがゲートウェイドラッグになることが多いということもとても驚きました。

【生徒保健委員会での取り組み】

○流し・トイレのハンドソープ点検（毎週金曜日）



○大石中学校オリジナルの手洗いキャラクターの作成（5・6月）

大石中の生徒に手洗いを呼びかけるために、保健委員会の活動の中で、一人ひとつ手洗いキャラクターを考えてきてもらい、投票により大石中学校の公式手洗いキャラクターを決定しました。

水道ジャー太郎



- ・モチーフ→水道
- ・設定→水の神様
- ・性格→明るい
- ・緊張すると泡がでる、苦手なものはお湯

○換気呼びかけポスターの作成（11月）

大石中学校の保健委員会がひとり一枚ずつ換気呼びかけポスターを作成しました。各教室や学年の廊下に掲示しています。どのポスターも丁寧に描かれていて、よく考えたデザインとなっており、素敵な作品ばかりです。縮小サイズをまとめて保健室前に掲示してあります。



○換気活動（12月～開始）

＜換気の方法＞

①朝登校したら、廊下側、校庭側の空気の通り道2ヶ所を対角線上に開ける。

- ・対角線2ヶ所は帰りまで開けたまま。
- ・「少なくともこぶし2つ分」は開けておく。
- ・風が強い時や雨の日は、調節をする。

②休み時間には、教室の窓を全開にする。

③帰りの会終了後、空気の通り道の窓を閉め、鍵がかかっていることを確認。

点検表について 来室カードの所に掛けて保管する。

- ・毎日記入して、毎月末に感想を書き、担任の先生のサインをもらう。
- ・月末日の帰りの会后、保健室前の健康観察簿の棚に入れる。

