

中学校編

学校名	米子市日吉津村中学校組合立箕蚊屋中学校
テーマ	睡眠・生活リズムについて
出席者	学校医・学校歯科医・学校薬剤師、保健師、PTA代表、本校職員
学校規模	生徒数 503人
開催日時	平成29年2月9日(木) 13時45分～15時00分

1 学校の実態及び地域の特徴

米子市と日吉津村より三つの小学校からなる中学校で校区が広い。生徒は、穏やかで優しい性格の生徒が多く、生徒会を中心に自治的な活動に取り組んでいる。生活面において、以前からメディアに接する時間が長いのが特徴である。

2 近年の学校保健委員会「議題」

年度	議 題
平成28年度	生徒の生活習慣について
平成29年度	生徒の生活習慣について

3 学校保健委員会の構成メンバー

学校医、学校歯科医、学校薬剤師、教職員、PTA代表(会長、学年委員長)、地域関係代表(保健師)

4 本事例のねらい

- (1)新体力テスト質問紙結果とPTA生活アンケート結果より、生徒の睡眠・朝ごはん・メディア使用状況等についての健康課題を提示し、課題解決に向けて現在行っている取組を紹介する。
 (2)家庭と学校が連携を図り、生徒の健康課題解決方法について共に考え、解決につなげていく。

5 開催までの手順

5月	新体力テスト質問紙実施、PTA生活アンケート実施
8月	質問紙、アンケート集計
12月	20日 日程調整
1月	5日 原案作成、職員会提案
1月	10日 資料作成開始
1月	12日 学校保健委員会開催通知発送
2月	3日 資料完成・資料事前発送

6 開催にあたって配慮したこと

- (1)学校医の意見や考え方を協議に反映させるため、当日資料を事前に持参した。
 (2)報告時間を短時間にし、協議時間を多めにとり多くの方が発言できるよう配慮した。

7 会議の概要

- 議事の流れや担当者等
- 1 開会のことば(保健体育主事)
 - 2 あいさつ(学校長)
 - 3 出席者自己紹介
 - 4 規約確認、役員選出
 - 5 報告:年間計画、定期健康診断結果、保健室利用状況、災害共済給付状況、生徒の生活状況、課題解決に向けた取組～ノーメディアの取組を中心に～(養護教諭)
 - 6 協議(学校医、学校歯科医、学校薬剤師、保健師、PTA、教職員)
 - 7 まとめ(保健体育主事)
 - 8 終わりのことば(教頭)

8 会議の記録

議事の流れ	主な発言・活動内容
1 開会のことば 2 開会あいさつ 3 出席者自己紹介 4 規約確認、役員選出	<ul style="list-style-type: none"> ・開会あいさつ、テーマとねらいの確認。 ・学校長より、日頃の教育活動への協力に関するお礼と本日の協議の深まりを期待する旨のあいさつ。 ・名前と担当の自己紹介。 ・規約の確認と、役員として委員長に学校医、副委員長に学校長、幹事に保健体育主事を選出。
5 報告 年間計画 定期健康診断結果 保健室利用状況 災害共済給付状況 生徒の生活状況 課題解決に向けた取組 (ノーメディアの取組を中心に)	<ul style="list-style-type: none"> ・学校安全年間計画、学校保健年間計画、保健室経営計画について説明 ・身長体重、内科、耳鼻科、眼科、歯科結果について報告 ・保健室来室理由、学年別来室者数、健康相談の状況を報告 ・けがで医療機関を受診した件数やけがの種類についての報告 ・新体力テスト質問紙とPTA生活アンケートの結果をもとに、生徒の睡眠時間、朝ごはん、メディア使用時間についての状況を報告 ・健康課題の提示、それに対する学校での取組を報告 ノーメディア週間の実施状況、取り組んだ生徒の感想・変容について【資料参照】
6 協議	<ul style="list-style-type: none"> ・問題が多くある中で重要なのはどれかを考えてしぼって取り組むのがいいのではないか。学校外でできること、支援する人的環境を整えることは重要である。(学校医) ・地域でできることはやっていきたい。周りの大人が、子どもに対して、なぜ睡眠が大事なのか、なぜ食事が大事なのか、語りかける機会を増やしていきたい。(PTA)
7 まとめ 8 終わりのことば	<ul style="list-style-type: none"> ・学校は楽しいところ、安心できる場所だと生徒が思える学校づくりをしていきたい。

9 事後の活動

3学期にもノーメディアDAYを実施し、3学期末の個人懇談時に個人記録表を返却し、同時に一年間の取り組みのまとめを配布し、メディア視聴時間に関する啓発を行った。また、ほけんだよりで生活習慣改善の啓発をしたり、学級において折に触れて生活の見直しの声かけを行ったりしている。保健室に来室した生徒へは、生活習慣の見直しを促している。

10 成果と課題

【成果】

会に参加した人にとってアンケートの結果によると、約8割が目的を達成できたという回答であった。健康課題の共通理解を行うことができ、それぞれの立場でどんなことができるかを考える機会となった。

【課題】

より具体的な取組を話し合ったり、実践したりすることには至っていないため、今後の課題である。

11 資料

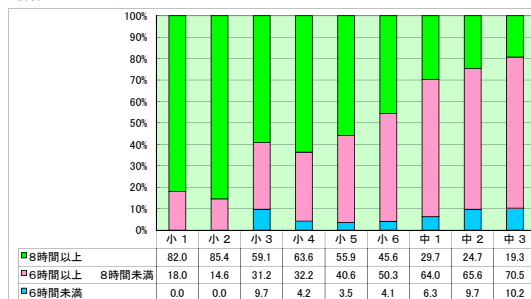
(1) 生徒の生活状況と課題解決に向けた取組の紹介

生徒の生活状況

～新体カテスト質問紙集計結果と
PTA生活アンケート集計結果より～

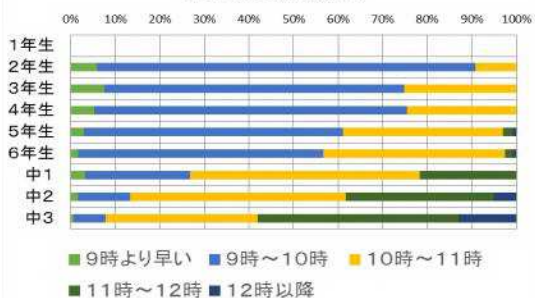
睡眠時間

新体カテストより



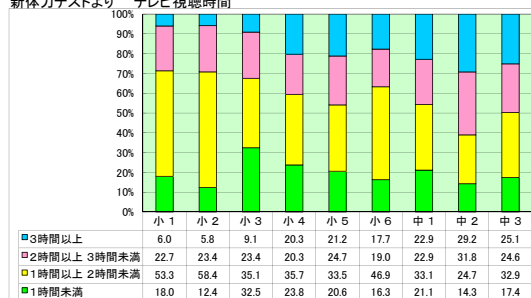
PTA生活アンケートより

子どもの就寝時刻



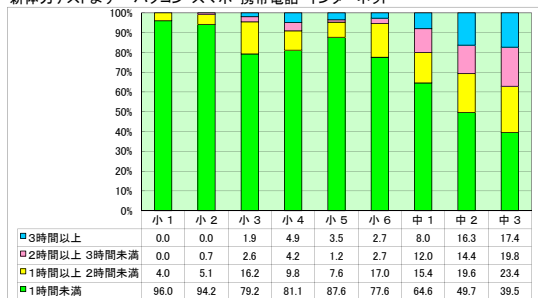
メディア使用時間

新体カテストより テレビ視聴時間



メディア使用時間

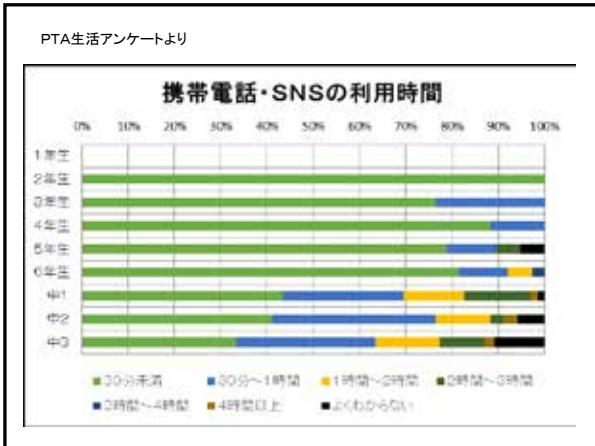
新体カテストより パソコン・スマホ・携帯電話・インターネット



PTA生活アンケートより

携帯電話・SNSの利用



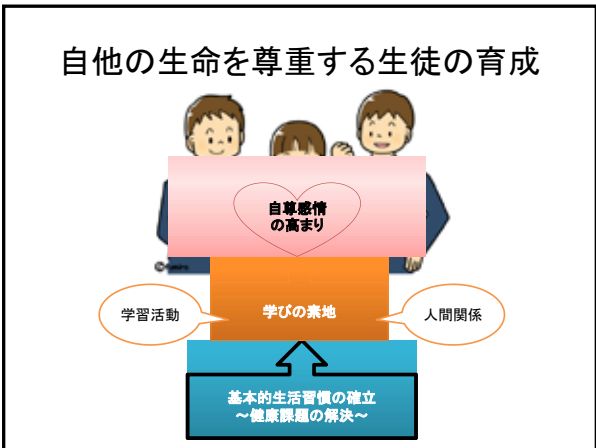


箕蚊屋中学校生徒の健康課題

- ・視力B以下の割合が多い
- ・体調不良の訴えが多い
- ・朝食の内容
- ・メディア接触時間が長い
- ・就寝時間が遅い

課題解決に向けた取組の紹介

～ノーメディア週間の取組を中心に～



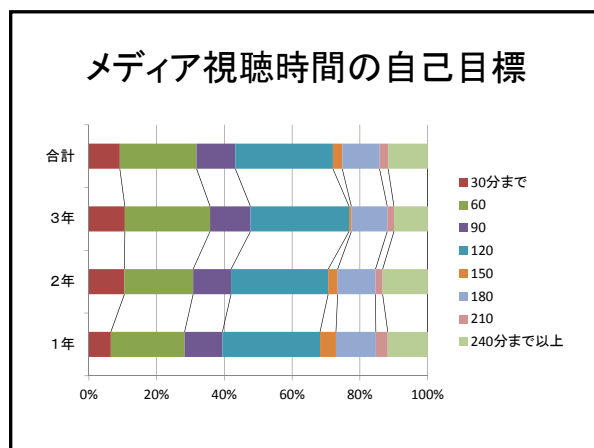
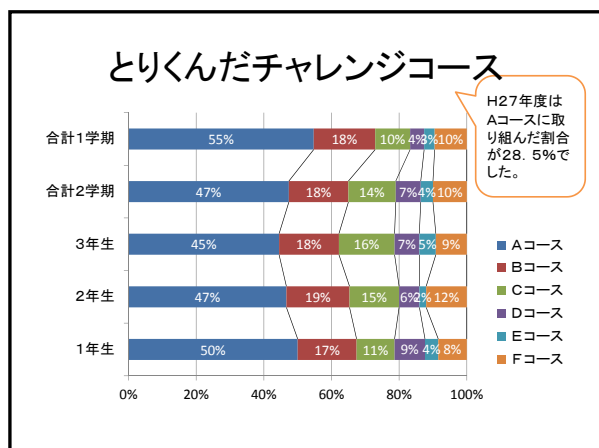
ノーメディア週間の取組

日頃の生活を見直し、充実した学校生活を送れるようにしよう。

- ・ 年3回
- ・ 期末テスト前の一週間
- ・ 校区全ての保育園・幼稚園・小学校・中学校で期間を統一
- ・ 中学校では「チャレンジコース」「学習時間」「メディア視聴時間」の目標を決めて取り組み、結果を記録表に記入。
- ・ 記録表は学期末懇談時に生徒に返却し、生活の反省の資料とする。

チャレンジコース

Aコース: 食事中はテレビを消す。
 Bコース: 夜9時以降はテレビを見ず、ゲーム・スマホ・インターネットもしない。
 Cコース: テレビは1日1時間、ゲーム・スマホ・インターネットは30分まで。
 Dコース: 1週間に1日はテレビを見ない、ゲーム・スマホ・インターネットをしない。
 Eコース: 家に帰ってからテレビは見ない、ゲーム・スマホ・インターネットをしない。
 Fコース: A～Eコース以外で、家族でチャレンジすることを決める。



生徒の感想 1年生

- 一日テレビをみないのは、出来ると思ってなかったけど出来たから良かった。
- 土日や休みの日は、すごいみていた。休日も気をつけたい。
- メディアを減らすことで勉強に集中できました。いつもはほんの少ししかしないのに、いつもの何倍も勉強できました。
- Xの理由は、塾から帰ったら家にテレビがついていたので。次は家族にも協力してほしいです。
- がんばってがんばってがまんしてメディア0分を達成！

生徒の感想 2年生

- 前までは少ししか丸はななかったけど、全て達成できてうれしい。テストの結果より勉強の成果があったからうれしい。
- ふだんあまり学習するという習慣がついていないので、この期間にできてよかった。
- 意外と勉強をたくさんしていて時間も多くて自分でもおどろいた。
- メディアを使用できなかったことがつらかったが、ちゃんとしてることができてよかった。ちゃんしないと受験がつらいので。

生徒の感想 3年生

- 自分なりにチャレンジを決めて、挑戦しやすかった。勉強の時間も増えてよかった。
- ノーメディアだと勉強はかどる。
- 今まではずっとAコースにしていたけど、はじめてBコースに挑んで自分にしっかりけじめをつけられたのでよかった。
- ちょっと休憩がだいぶ休憩になってしまったので改善したい。
- しっかり勉強する時間と休む時間にわけることができた。

健康課題解決にむけて

【ポイント】

学校、家庭、地域が連携し
生徒の成長課程に向き合い寄り添うこと

- 健康診断を保健管理につなげる
- 生徒の生活の実態をとにも理解する
- 効果的な支援について協議する

学校名	大山町立大山中学校
テーマ	歯科保健について
出席者	学校医・学校歯科医・学校薬剤師・PTA・本校職員
学校規模	生徒数177人
開催日時	平成29年10月27日(金) 14時～15時

1 学校の実態及び地域の特徴

本校は、生徒数177名、教職員24名、普通学級数6クラス、特別支援学級2クラスの小規模校である。大山という大自然の麓に位置しており、自然豊かな環境の下で生徒は日々落ち着いて勉強に取り組んでいる。生徒会活動も活発で、学校生活を充実させようと自主的に行動している生徒が多く見られる。また、保護者や地域の方々も学校の取組に協力的である。

例年歯科検診で未処置歯のある生徒は少ない傾向があり、今年度も未処置歯者の割合は2.9%と低く、特に1年生は未処置歯者ゼロという優秀な結果であった。その反面例年の課題となっているのが歯肉炎である。今年度の歯科検診結果も、「歯肉の状態」の要受診者・要観察者の合計は男子39.6%、女子25.9%と特に男子の歯肉の状態がよくないことがわかった。また、昼休憩に歯みがきをしている生徒が少なく、委員会活動で歯みがきチェックを行ってもいつも決まった生徒しかみがかず、食後に歯みがきをするという習慣が身につけていない状況であった。

2 近年の学校保健委員会「議題」

年度	議 題
平成28年度	生徒の健康増進と体力向上について
平成29年度	歯と口の健康について

3 学校保健委員会の構成メンバー

学校医、学校歯科医、学校薬剤師、校長、教頭、保健体育主事、養護教諭、栄養教諭、PTA会長

4 本事例のねらい

- (1) 歯科検診結果より、本校の歯と口の状態および生活習慣について協議する。
- (2) 食後の歯みがきの習慣化を図り、う歯や歯肉炎の予防意識を高める。

5 開催までの手順

9月	12日	原案作成
9月	20日	学校保健委員会開催通知発送
10月	25日	資料完成

6 開催にあたって配慮したこと

- (1) 例年曜日の関係で学校歯科医は学校保健委員会に参加できなかったが、今年度は歯と口の取組を協議するので学校医と交渉し、曜日をずらして開催した。
- (2) 報告時間を短時間にし、協議時間を多めにとり、多くの方が発言できるよう配慮した。

7 会議の概要

○議事の流れや担当者等

- 1 開会のことば(保健体育主事)
- 2 あいさつ(教頭)
- 3 出席者自己紹介
- 4 健康診断結果のまとめおよび新体力テストの結果報告(養護教諭・保健体育主事)
- 5 報告:歯と口に関する今年度の取り組み(養護教諭)
- 6 協議(学校医、学校歯科医、学校薬剤師、PTA、教職員)
- 7 閉会のことば(保健体育主事)

8 会議の記録

議事の流れ	主な発言・活動内容
1 開会のことば	1 開会のことば
2 開会あいさつ	2 開会あいさつ 学校保健委員会出席者へのお礼と、大山中学校の健康問題について協議の充実のお願い
3 出席者自己紹介	3 出席者自己紹介
4 健康診断結果のまとめおよび新体カテストの結果報告	4 健康診断結果のまとめおよび新体カテストの結果報告 * 別紙参照
5 報告 歯と口に関する今年度の取り組み	5 報告: 歯と口に関する今年度の取組 * 別紙参照
6 協議	6 協議 ・歯肉炎の原因は歯垢で、やはり日々の歯みがきが大切である。 ・小さい頃から口の中の状態がいい子は大きくなっていいことが多い。その反対も言える。小さい頃からの積み重ねが口の中の状況を作る。 ・フッ素洗口やフッ素入り歯みがき剤の普及、また昔に比べ歯に対する保護者の意識が高くなっていることにより、う歯は減っているが歯肉炎は増加傾向にある。 →丁寧なブラッシングとデンタルフロスの活用 ・歯と口に関する活動については、取組をするのとししないのでは口内環境が大きく違う。これからも積極的に行い子どもたちの意識を高めてほしい。
7 閉会のことば	7 閉会のことば

9 事後の活動

- ・学校保健委員会の記録を全職員に周知し、協議内容を把握してもらった。
- ・歯科検診でう歯保有者や歯肉要観察者・要受診者をピックアップし、個別でブラッシング指導を行った。
- ・未治療者に対する保護者への声かけ。

10 成果と課題

【成果】
今年度昼休憩の歯みがきを強化するにあたり、事前に学校歯科医にアドバイスをいただいたり、歯みがきを行う環境づくりの改善を行うことができた。また、例年曜日の都合で欠席しておられた学校歯科医に今年度は学校保健委員会に参加していただき一緒に協議を行うことで、大山中学校の実態を詳しく知ってもらうのと同時に改善点も共通理解することができた。
保健体育委員会で積極的に呼びかけを行ったことで、以前よりも昼休憩の歯みがきが定着してきた。

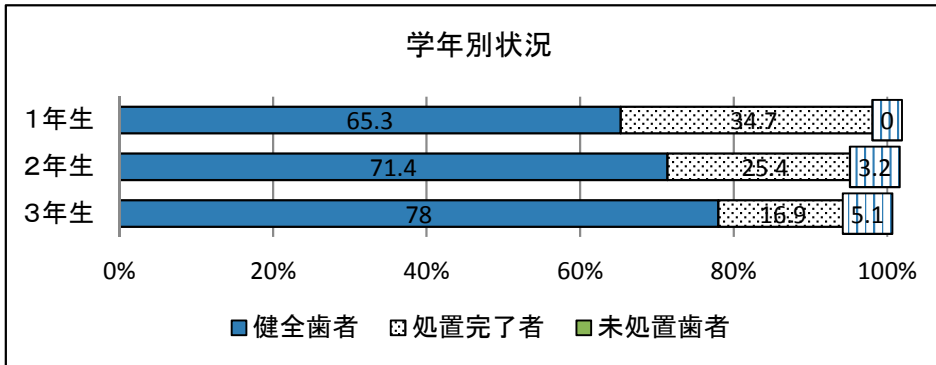
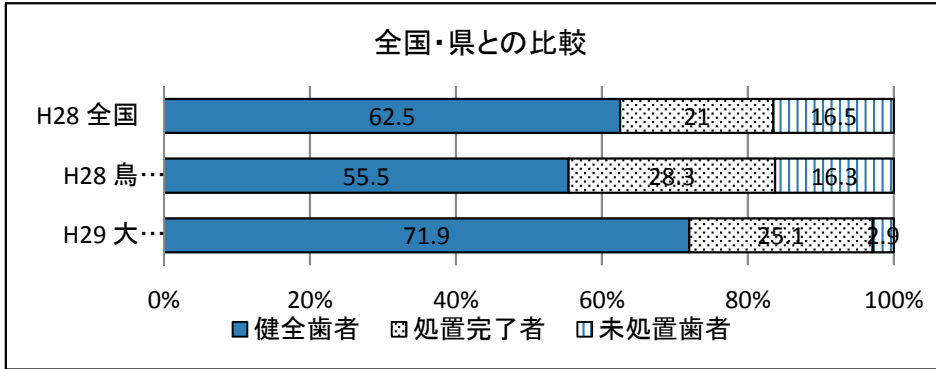
【課題】
学校保健委員会の開催が10月の1回しかなかったため、活動の途中経過をお伝えするだけになってしまった。また、学校医の都合上協議の時間が限られており、それぞれの立場からの意見を交えた協議がもう少し行えればよかった。
昼休憩に歯みがきを行う生徒は増えたが、みがき方を意識して行っている生徒は多くはないようである。今後は一部の生徒だけでなく、学校全体を通して歯と口の健康を意識した生活が行えるよう保健体育委員会と連携しながら生徒とともにさまざまな活動に取り組んでいきたい。

11 資料

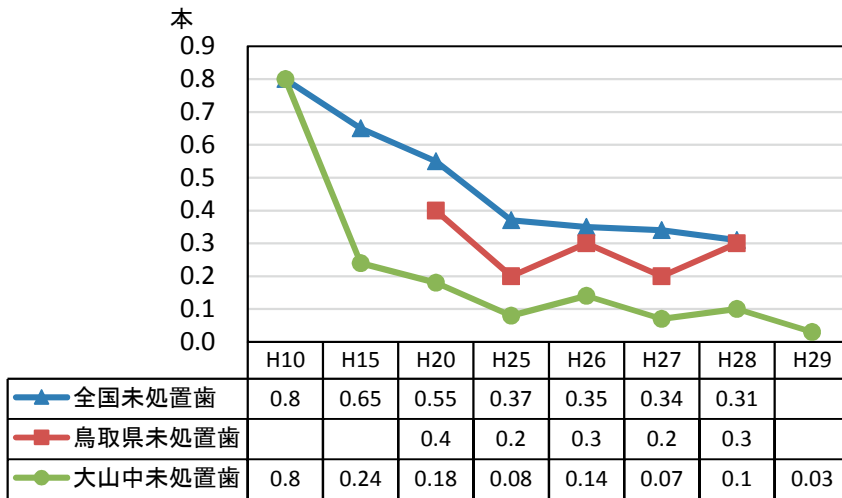
- (1) 健康診断結果(歯科)
- (2) 歯と口に関する今年度の取組(報告資料)
- (3) 学校保健委員会開催案内

添付資料

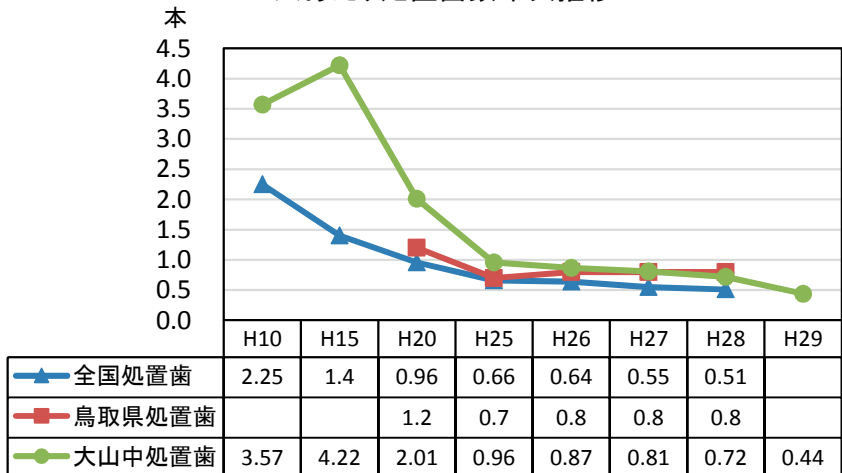
(1) 健康診断結果(歯科)



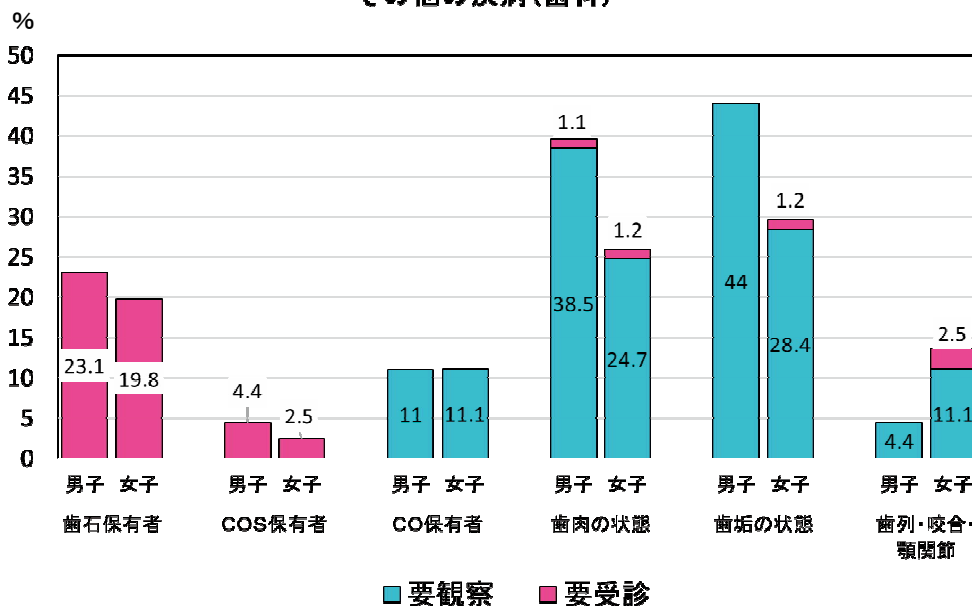
1人あたり未処置歯数年次推移



1人あたり処置歯数年次推移



その他の疾病(歯科)



(2) 歯と口に関する今年度の取組

- ・歯科検診の際、むし歯(CO含む)のある者、歯肉・歯垢・歯石にチェックが入った者には養護教諭が歯と口の状況を説明し、その後歯科衛生士による染め出し・ブラッシング指導を行う。
- ・2学期に、1年生を対象に歯科衛生士によるブラッシング指導を行う。
- ・歯科検診の結果、う歯保有者や歯肉要観察者・要受診者に対して個別にブラッシング指導を行う。
- ・保健体育委員会で、前期は毎月18日を『歯みがきの日』と設定し、歯みがきチェックを行う。後期は毎週火曜日を歯みがきチェックの日に設定。結果をその週のうちに保健体育委員長が発表し、評価を行う。
- ・歯みがきに関するポスターの作成。(保健体育委員会)
- ・今年度初めてランチルームでの歯みがきを実施。また、その間はランチルームに歯ブラシの保管を許可。月ごとに使える学年を決め、順番に使用する。(給食→歯みがき→休憩の流れを身につける)
- ・保健だよりで生徒・保護者に啓発を行う。
- ・未治療者に対する保護者への受診の呼びかけ。
- ・11月8日「いい歯の日」にちなんで、給食の時に歯と口に関するクイズを行う。

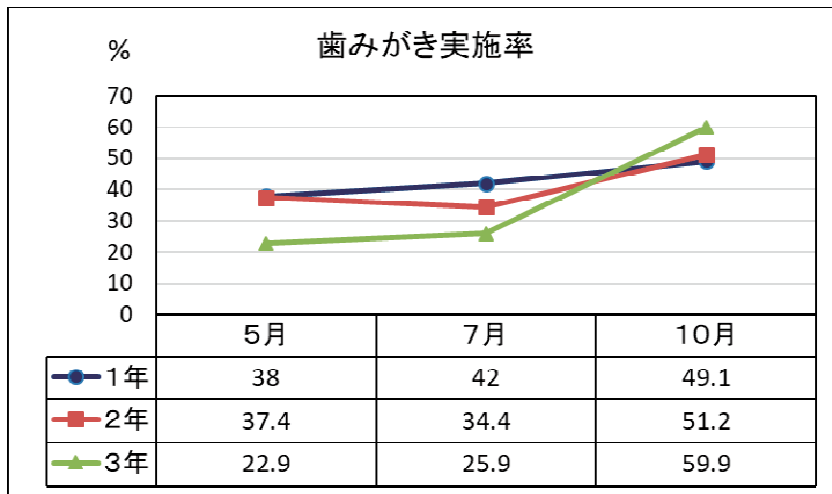
歯科衛生士によるブラッシング指導の様子



ランチルームでの歯みがきの様子



歯みがき実施率の推移



(3) 学校保健委員会開催案内

平成29年9月20日

大山町立大山中学校
校長 河田 英
養護教諭 柴田 明子

様

学校保健委員会の開催について（案内）

初回の様、皆様におかれましては甚々御迷惑のこととお慶び申し上げます。
また、日頃より本校教育に対し、ご理解とご支援を頂き厚く御礼申し上げます。
さて、本年度の学校保健委員会を下記の通り開催したいと思います。つきましては、
ご多忙の折りと申しますが、ご出席くださいますようお願い申し上げます。

記

1. 日 時 平成29年10月27日（金）14:00～15:00

2. 場 所 大山町立大山中学校 校長室
〒985-8501 山形県大山町所子313番地 電話 53-3020

3. 内 容
○健康診断の結果
○身体力テストの結果
○本校の健康課題についての協議及び指導助言
今年度のテーマ「歯と口の健康」
○その他

学校名	倉吉市立東中学校
テーマ	震災後の子どものケアについて
出席者	学校医・学校歯科医・学校薬剤師・栄養教諭(給食センター)・スクールカウンセラー・PTA会長・PTA副会長2人・PTA総務部長・PTA保体部4人・PTA学年部長3人・教頭・教務・給食主任・安全主任・美化主任・保健体育主事・養護教諭
学校規模	生徒数 264人 学級数 12学級 職員数 33人
開催日時	平成29年2月15日(水) 19時～20時30分

1 学校の実態及び地域の特徴

○学校の実態及び地域の特徴

古くから商業で栄えた町倉吉の中心に位置し、白壁土蔵やひなびたなどの観光スポットが近くにある。教育熱心な保護者が多く、生徒は勉強や部活動に懸命に取り組んでいる。しかし、メディア使用による生活リズムの乱れやストレス対応の難しさもあり、指導が随時必要となる生徒もいる。

2 近年の学校保健委員会「議題」

年度	議 題
平成27年度	第1回「生活習慣の定着に向けて」 第2回「東9116」の取組について
平成28年度	第1回「東中生徒の生活習慣を考える」 第2回「震災後の子どもケアについて」

3 学校保健委員会の構成メンバー

学校医・学校歯科医・学校薬剤師・栄養教諭(給食センター)・スクールカウンセラー・PTA会長・PTA副会長・PTA総務部長・PTA保体部4人・PTA学年部長3人・教頭・教務・給食主任・安全主任・美化主任・保健体育主事・養護教諭

4 本事例のねらい

- (1)震災後の子どもたちの様子、実態を再確認する。
- (2)地域で危機を乗り越えるためのできることを話し合う。

5 開催までの手順

- 1月 10日 学校保健委員会実施要項案作成
- 1月 13日 スクールカウンセラーとの打ち合わせ
- 1月 20日 案内文書の作成と発送
- 2月 13日 当日の会の流れ、内容について打ち合わせ
- 2月 15日 会場設営等の準備

6 開催にあたって配慮したこと

- (1)震災時や震災後の生徒の様子についてアンケート結果やスクールカウンセラーの相談内容等を保護者に伝え、家庭での子どもの観察や声かけに配慮してもらう。
- (2)スクールカウンセラー指導のもと、リラクゼーションの方法を参加者が体験する。
- (3)地域で再度地震が発生した場合にできることはないか、考えていただく。

7 会議の概要

- 1 開会
- 2 挨拶(学校長)
- 3 報告 (1)今年度の取組について(安全・給食・美化)(2)新体力テストの結果について(3)環境衛生検査の結果について (4)健康診断事後措置状況・保健室利用状況
- 4 協議「震災後の子どものケアについて」・震災当日から現在までの学校現場・スクールカウンセラーから見た子どもたち
- 5 指導助言
- 6 閉会(委員長挨拶)

8 会議の記録

議事の流れ	主な発言・活動内容
<p>1 開会(進行は委員長)</p> <p>2 挨拶(学校長)</p> <p>3 報告</p> <p>(1)今年度の取組について</p> <ul style="list-style-type: none"> ・安全(安全主任) ・給食(給食主任) ・美化(美化主任) <p>(2)新体カテストの結果 (保健体育主事)</p> <p>(3)環境衛生検査の結果 (保健体育主事)</p> <p>(4)健康診断事後措置・保健室 利用状況他 (養護教諭)</p>	<p>《安全》実際の地震が発生し、緊急時の避難場所の周知及び保護者の引き渡しを完全実施することができた。しかし、生徒の自宅が安全かどうかは不明であるため、緊急時に速やかな引き渡しが良いか否かは判断が難しい。</p> <p>《給食》地震後、給食中止となり弁当持参の日々を送っている。他町や企業、短大などの支援を受け、毎日とはいえないが給食を食べることができている。配膳や衛生面への配慮、椀や箸の準備など、その都度連携しながら実施している。また、食物アレルギーがある生徒については、急な配膳がある度に、保護者連絡し了解を得て食べさせるなどの手立てをとった。</p> <p>保健室利用状況では、11月が最も人数が多かった。地震の影響を少なからずうけていたと思われる。また、体育館が被災し使用できず体育授業や休憩時間に支障をきたし、生徒があまり運動できなかった。</p>
<p>4 協議「震災後の子どものケアについて」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・震災当日から現在までの学校現場について (教頭) ・スクールカウンセラーから見た子どもたちの様子と心のケア(資料参照) <p>5 指導助言</p>	<p>5限の授業中に被災し停電が長かった。拡声器を使用し避難誘導し、全員けがをすることなく避難した。まちこみメールで保護者へ連絡し引き渡しを行ったが、訓練の必要性を感じた。体育館が被災したため避難所にはならず、校区内で避難所生活を強いられた生徒もいた。翌日から生徒の安否確認、健康観察をする日々が続いた。</p> <p>被災後翌週の月曜日に簡単な健康調査を実施し、「眠れない」「食べられない」「不安がある」と回答した生徒には、SCやSSWが個別で対応した。学校全体の雰囲気としては穏やかで、小学生と比較すると顕著なストレス反応が見られない。近々ある文化祭に向け一体感を持って取り組めていることが生徒たちを安定させているように感じる。ストレスに対処できる力、セルフケアについての学びを今後予定している。</p> <p>大人(先生・保護者)もセルフケアが大事となる。 資料を見て、セルフケアを知る。</p> <p>◇給食センター(栄養教諭)では、調理場の天井が崩れ、被災し当分の間給食を提供できない。当日のことを思い出すと動悸がするほど怖い。現在あらゆるとこと連携をとり、子どもたちの大事な食の確保に努めている。</p> <p>◇保護者としては、地震のマニュアルがあっても、実際発生するとなかなかうまく行かないことが多い。発生した今見直しが必要だと思う。</p> <p>◇まちこみメールの登録をしていない保護者が、地震後すぐに登録された。緊急時のことを思うと学校からのメールは重要。</p> <p>◇だれもけがをする生徒がなかったことが一番良かった。保護者への引き渡しは、課題が残った。震度6以上は保護者に迎えにきてもらうなどのマニュアルが必要かもしれない。</p> <p>◇被災後に感じたこと、こうだったらよかった・こうしておけばよかったことは、記録に残しマニュアル作りしておく必要がある。</p>

6 閉会	<p>○学校医 朝ごはんを食べないと、脳や体は動かない。しっかり朝食を食べること。夜更かしを防ぐ3原則は、朝日を浴びる・早起きする・昼間活動する。前頭前野には、人間的な思考や行動を司る部分がある。メディア使用が多いとこの部分の血流が低下する。</p> <p>○栄養教諭 弁当作りの8つのポイントは、主食：主菜：副菜が3：1：2になるとバランスよくなる。中学生の必要エネルギーや量をとるためには、弁当箱の大きさは700～800ml程度が理想。</p>
------	--

9 事後の活動

・スクールカウンセラーによる「リラクゼーションの方法」を生徒保健委員全員が指導を受け、その後各クラスで他生徒へその方法を伝授する。
 ・第2回学校保健委員会の報告書を家庭へ配布し、学校HPへ掲載する。

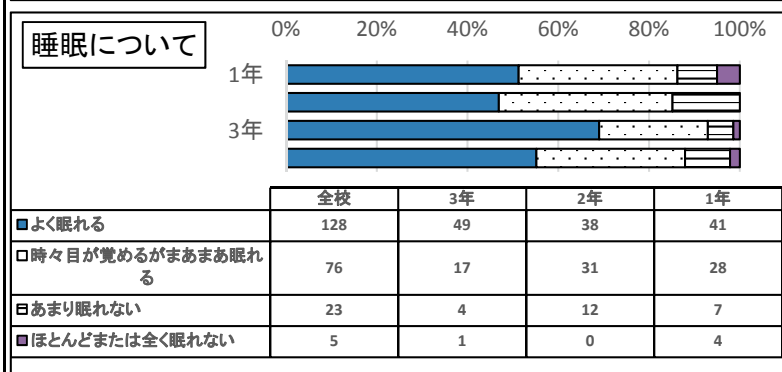
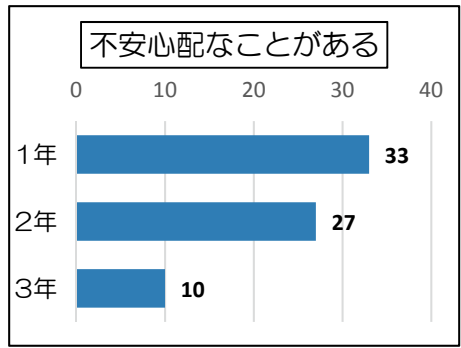
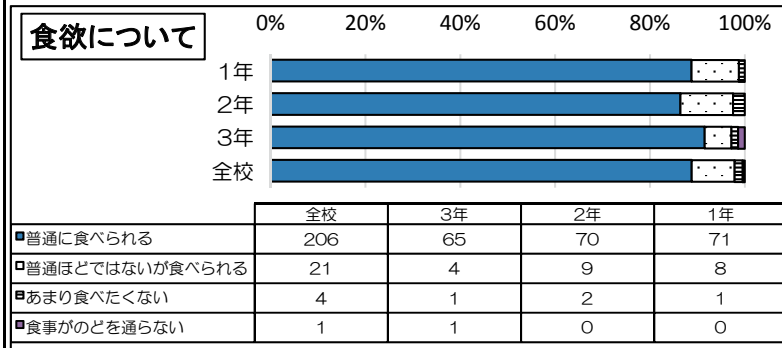
10 成果と課題

10月の中部地震で被災したことで、平常の生活ができなくなってしまった。それでも生徒はいつもと同じように過ごす姿をみせていた。被災直後からスクールカウンセラーの適切な動きがあり、個別相談・生徒の観察・生徒への話・リラクゼーションの方法伝授など様々な取組ができた。それにより、生徒の周囲でいつも大人たちが見守っていることやストレスを感じた時にリラックスする方法があることを生徒たちが理解することができた。学校保健委員会でこの内容を取り上げたことにより、保護者も生徒の様子がよく理解でき、また大人である保護者も、我が子へのことだけでなく自分自身のセルフケアが大事であることを改めて感じる事ができた。今回のような緊急事態に備え、学校・家庭・地域が一体となり、いつでも適切な対応ができるように、平素から子どもたちの心のケア体制づくりを図っていきたい。

11 資料

震災後の体調アンケートの実施

10月21日（金）の地震後、翌週24日（月）に生徒に体調などの簡単なアンケートを実施した。



- ・また強い地震がきたらどうしよう。
- ・強い地震がきて、家が壊れたらどうしよう。家が壊れてしまいそうだ。
- ・次は本震がくるのではないか。
- ・祖母は大丈夫だろうか。
- ・家族は無事でいられるだろうか。
- ・母の体調が心配。
- ・生きていられるだろうか。
- ・食べ物はちゃんとあるだろうか。
- ・部活野球ができるだろうか。
- ・猫が心配。

・食欲・睡眠については、3年生が普通であると回答した割合が高く、2年生は普通通りである割合がやや低かった。不安心配なことについては、1年生が多くの子が記入していた。まだまだ余震が続いていたため、強い地震への不安が強かった。
 ・食欲や睡眠について、「あまり食べられない・あまり眠れない」と回答した生徒には、スクールカウンセラーやスクールソーシャルワーカーとの面談を行い、心のケアを早期に行うことができた。

