

# 特別支援学校編

---

学校名	県立倉吉養護学校
テーマ	児童生徒の心身の健康の維持増進をめざして
出席者	学校医(精神科、眼科)、学校歯科医、学校薬剤師、教育振興会会長、学園関係職員(3名)、PTA代表(4名)、教職員代表(12名)
学校規模	児童生徒数 131人
開催日時	平成29年9月28日(木) 13時30分～14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

- ・本校は、知的障がい教育部門と肢体不自由教育部門が併設されている特別支援学校。
- ・児童生徒の多くは県の中部圏域を中心とした居住地から通学しているが、一部中部圏域以外(県東部、岡山県北部)から通学している児童生徒もいる。
- ・近隣に県立の福祉型障がい児入所施設(学園)があり、その施設の児童生徒が全校児童生徒の3割近くを占めている。施設の児童生徒は家庭環境等に問題を抱えている場合が多く、年度途中の急な転入も珍しくない。
- ・学園には契約して入所している児童生徒だけでなく、児童相談所を通しての措置入所の児童生徒もいるため、学校全体として被虐待の経験を持つ児童生徒の割合が高くなりやすい傾向にある。
- ・服薬治療している児童生徒、坐薬対応が必要な児童生徒、医療的ケアを必要とする児童生徒、一部に感染症に対して抵抗力が非常に弱い児童生徒等が在籍していることもあり、緊急時の救急対応や感染症対策等への保護者の関心が高い。
- ・本校が立地している小鴨地域の住民をはじめとし、学校間、居住地ともに交流および共同学習に積極的に学校への理解と協力を得られやすい。

### 2 近年の学校保健委員会「議題」

年度	議 題
平成25年度(第1回)	①保健計画等について ②児童生徒の肥満の現状と対策について ③講義「食習慣の大切さ」(講師;皆成学園管理栄養士)
平成25年度(第2回)	①食物アレルギーの校内体制を考える
平成26年度(第1回)	①保健計画等について ②歯科の定期健康診断結果について ③講義「本校の子どもたちの口腔衛生について」(講師;学校歯科医)
平成26年度(第2回)	①色覚特性に応じた適切な対応ができる体制について ②講義「色覚について」(講師;眼科校医)
平成27年度(第1回)	①保健計画等について ②歯科検診結果と体位判定結果の現状と対策 ③28年度からの定期健康診断内容改正における本校の対応
平成27年度(第2回)	①倉吉養護学校の感染症対策について ②講義「感染予防」(講師;学校薬剤師) ③長期休業中の朝と夜の歯みがき状況について
平成28年度(第1回)	①保健計画等について ②体力向上推進計画について ③歯科検診結果と体位判定結果の現状と対策 ④水治訓練室(室内プール)運用計画について
平成28年度(第2回)	①体力向上推進と食育に関する取り組みの報告 ②非常災害(地震)時の学校の対応について ③学校環境衛生検査報告

### 3 学校保健委員会の構成メンバー

学校医(精神科・小児科・耳鼻科・眼科)、学校歯科医、学校薬剤師、教育振興会会長、皆成学園関係職員(園長、保健師、管理栄養士)、PTA代表(会長、副会長、保健体育部長、保健体育部副部長)、学校教職員代表(管理職、部主事、教務主任、保健体育主事、養護教諭)

### 4 本事例のねらい

- (1) 学校保健計画、学校安全計画、保健室経営計画の検討をし、より良いものとなるよう改善を図る。
- (2) 定期健康診断の歯科検診結果と体位判定結果の検討をし、学校と保護者の協力体制の強化を図る。
- (3) 今年度の性に関する指導の検討をし、学校と保護者が協力して取り組める体制を作る。
- (4) 学校環境衛生検査結果の検討をし、必要な対策を検討する。

### 5 開催までの手順

- |                     |  |
|---------------------|--|
| 前年度12月 下旬           | … 学校医と次年度学校保健委員会の日程調整を行う。(健康診断日程と同時に相談。)→校内の次年度行事表に載せて日程確保。    |
| 平成29年2月 下旬～<br>4月上旬 | … 平成28年度の学校保健計画、安全計画、保健室経営計画の反省をもとに平成29年度の各計画を立案し、校内検討と教職員へ周知。 |
| 4月 ～6月              | … 平成29年度の保健安全関係の計画を学校医へ周知(健康診断日を中心に配付)及び学校保健委員会開催日を学校医等へ案内。    |
| 5月 ～7月              | … 校内分掌の健康安全部会で学校保健委員会の協議内容を検討。                                 |
| 7月 下旬               | … 担当者に原稿依頼。  |
| 9月 1日               | … 第1回学校保健委員会の開催案内。   |
| 9月 20日～             | … 原稿のとりまとめ。校内検討後修正を加え、資料作成。                                    |
| 9月 25日～             | … 第1回学校保健委員会資料の送付。   |
| 9月 26日              | … 学校保健委員会の事前打ち合わせ。   |

### 6 開催にあたって配慮したこと

- (1) 学校医が出席できる日程を優先にした日程調整。
- (2) 保護者代表が参加しやすい時間帯(子どもが学校で学習している時間帯)に実施。
- (3) 1時間で終了できる内容を設定。
- (4) 保護者の関心が高い内容、学校運営上確認しておきたい内容等を中心にした協議題設定。
- (5) その協議題を設定した意図を検診等の機会をとらえて、可能な限り学校医には報告。
- (6) 会進行の効率化のため、委員への資料配付は事前配布。
- (7) 会の前の事前打ち合わせによる開催。
- (8) 欠席の連絡がある場合、事前に意見をいただき会へ反映。

### 7 会議の概要

- 1 開会のことば(保健体育主事)
- 2 あいさつ(学校長)
- 3 出席者の確認と学校保健委員会長の選出・承認
- 4 報告・協議
  - (1) 学校保健計画・学校安全計画・保健室経営計画について(保健体育主事)
  - (2) 歯科検診結果について(養護教諭)
  - (3) 体位判定結果について(養護教諭)
  - (4) 倉吉養護学校の「性に関する指導」について(養護教諭)
  - (5) 環境衛生検査結果(1学期実施分)について(学校薬剤師)
- 5 あいさつ(学校保健委員会長=PTA会長)

8 会議の記録

議事の流れ	主な発言・活動内容
<p>1 開会のことばと司会進行者紹介</p> <p>2 あいさつ(学校長)</p> <p>3 出席者の確認と学校保健委員会長の選出・承認</p> <p>4 報告・協議</p> <p>(1)学校保健計画・学校安全計画・保健室経営計画について</p> <p>(2)歯科検診結果について</p> <p>(3)体位判定結果について</p>	<p>開会のことばの後、進行役の保健体育主事が自己紹介。</p> <p>出席者は机上の名札で確認。学校保健委員会長には、PTA会長が選出された。</p> <p>《報告と提案の内容は、保健体育主事と養護教諭が説明。》</p> <p>●補足説明:学校より「学校安全計画にある“自転車講習会”では、校地内と隣接する河川敷に模擬コースを作り、学校にある自転車に実際に乗って乗り方の講習をした。また、安全に自転車に乗ることができるように、その他の学習の中でも実際に乗ってみさせて指導を加える場面を意識的に設定し、効果を上げている。」</p> <p>●質問:委員より「スクールカウンセラー(SC)の配置状況と活動の様子はどうか？」</p> <p>→回答:学校より「専任のSCが配置されていて、月に数回来校している。児童生徒のカウンセリングだけでなく、教職員や保護者への助言もしてもらっている。特に昨年の地震の後には、多くの助言を受けた。」</p> <p>●補足説明:学校より「歯科検診の結果については、昨年度に比べて良くなっているが、口腔内の状況が良い人と悪い人の差が大きく、悪い人数は多くはないが、二極化している。この差の解消を図るために、昨年度までは1回だった歯みがき強化月間を、今年度は2回実施する。」</p> <p>●意見:歯科校医より「以前は自宅通学生と学園生との間で口腔内状況に差があった。最近では、指導の成果もあって自宅通学生の口腔内状況が良くなり、差がなくなっている。なお、特別支援学校の全国平均はないと聞いたが、結果を一般的な全国平均と比較しても意味がない。特別支援学校のものとは比較しないと意味がないと思う。」</p> <p>●質問:委員より「よく食べていても太らない児童生徒がいるのは、何故だろうか？」</p> <p>→回答:学校医より「体重は、エネルギーの摂取と消費のバランスで増減する。食べる量と運動量を比較して考える。その子どもの特性で多動傾向がある場合、特に小学部児童はよく動くので、食べた割には太らない。中・高等部になると多動は落ち着いてくることが多い。痩せについては、拒食症でなければ問題ないと思う。」</p> <p>→補足:学校より「体重管理では、学習等で運動や食事(栄養)の指導を継続し、発育測定の結果についても引続き指導に生かしていく予定。また、今後も保護者や学園と情報交換しながら、連携して指導していきたい。なお、肥満の生徒の中には、家庭や担任と連携して毎日保健室で体重測定しながら保健指導している人もいる。保護者が本気で取り組まれている場合は目に見えて成果が上がっている。」</p> <p>●質問:学校より「学園生は、入所時に肥満だった児童生徒も、入所後は適正な体格になってくる。体重管理で工夫されていることがあったら紹介いただきたい。」</p> <p>→回答:学園の代表委員より「食事時間と食事が決まっています、それ以外は食べないので、太っていた児童生徒も適正な体重になることが多い。」</p>

議事の流れ	主な発言・活動内容
(4)倉吉養護学校の「性に関する指導」について	●補足説明:学校より「7月の性教育参観日では、学習公開とあわせて大学の先生に示範授業(対象:知的障がい教育部門高等部単一障がい学級1年生)と講演(PTA向けと教職員向け)をしていただいた。PTA講演会の後には、PTA主催の“ほっとカフェ”で保護者と直接意見交換を実施した。保護者の感想は大変好評だった。今回だけの指導に終わらず、毎学期計画的に性に関する指導に取り組んでいく予定。」
(5)環境衛生検査(1学期実施分)について	●補足説明:学校より「昨年度新設された水治訓練室内の空気検査も実施した。水温が下がらないためにビニールの蓋がしてあったのが効果的で、空気中の塩素濃度も問題がなかった。」 ●補足説明:学校薬剤師より「ダニアレルゲン検査、プールの水質検査、水治訓練室の空気検査、照度検査等を実施したが、いずれも問題なく適正に管理されている。」
5 あいさつ(学校保健委員長)	「多くのご意見やご助言をいただき、感謝している。今年度の性教育の講演会はとても良かったので、今後も学校と連携しながらPTAとして色々な研修を進めていきたい。」

## 9 事後の活動

- ・10月11日発行の保健便りと併せて「学校保健委員会報告」を作成し、委員と全保護者に配付した。
- ・「学校保健委員会報告」配付と同じタイミングで職員にも報告。性に関する指導、口腔衛生に関する指導、体重管理を含む保健指導等に、今後も取り組んでいくことを共通理解した。
- ・10月12日の校内分掌部会で「第1回学校保健委員会」の報告と反省をし、「第2回学校保健委員会」の協議題を検討。(11月と12月の校内分掌部会で詳細を決定していく予定。)

## 10 成果と課題

- 《成果》
- ・学校の取り組みの目的や各種計画について学校保健委員会委員の理解と共感が得られ、推進にあたっての助言も得られたので、取り組みの推進が一層し易くなった。
  - ・性に関する指導では、外部講師による研修が有効だったことが確認され、今後の指導の連携に繋げやすくなった。
- 《課題》
- ・体重管理や口腔衛生等の健康管理については、児童生徒の障がい特性や家庭環境の問題等があつて、健康課題に対する指導や支援を継続実施中だが、なかなか成果につながりにくい事例がある。

## 11 資料

- (1)第1回学校保健委員会報告(「10月保健便り」の裏面として配付)



# 学校保健委員会報告

9月28日(木)に第1回学校保健委員会を開催しました。  
委員の皆様から建設的なご意見をいただきました。



## ≡ 学校からの報告 ≡

### ○学校保健計画、学校安全計画、保健室経営計画について

《以下は、委員からの質問等への回答や補足説明した内容。》

- スクールカウンセラーについて・・・本校専任の方に毎月来校いただき、直接のカウンセリングだけでなく、担任等への支援の助言も受けている。昨年度の地震の後にも、たくさん助言を受けた。
- 自転車講習会では、模擬コースを利用して自転車の乗り方を練習した。

### ○定期健康診断結果より報告

#### ① 歯科検診結果

- ◎ 「う歯無し」の人数が増えて、要治療(むし歯あり)の人数が減った。
- ◎ 歯垢、歯肉の状態の悪い人が減少した。
- ▲ 口腔内の状況が良い人と悪い人との差が大きく、二極化している。  
→ 本年度は、歯みがき強化月間を年2回設定し、指導していく予定。

#### ② 体位判定の結果

- ◎ 肥満・肥満傾向の割合は、昨年度に比べ、小・中学部で低くなった。
- ▲ 高等部は、肥満・肥満傾向の割合がやや高くなっている。
- ▲ 体重管理が難しく、肥満度が増加している生徒がいる。  
→ 学習等で運動や食事(栄養)の指導を継続し、発育測定の結果も指導に生かしていく予定。また、今後も保護者や皆成学園と情報交換しながら、連携して指導していきたい。
- ◎ 「皆成学園生の体重管理」が上手くいっていることについて  
《委員からの質問に対し、皆成学園代表委員より回答》  
・・・食事時間と食事が決まっています。それ以外は食べないので、それまで太っていた児童生徒も適正な体重になることが多い。

### ○「性に関する指導」について

- 7月の参観日に学習公開をし、同時に県外から講師(渡會睦子准教授)を招いて、高等部生徒への模擬授業と、保護者や教職員への講演会を実施した。模擬授業、講演会とも好評だった。
- 今後も計画的に声かけや学習を行い、繰り返し指導する予定。  
学習内容を保護者や学園に伝え、連携して指導していきたい。

### ○環境衛生検査結果について (◆植田薬剤師さんより)

一学期に実施した検査(ダニ・アレルゲン検査、水治療室の空気検査、プール水質検査)について特に問題なし。よく管理されている。

### ◆田中学校医さんより

- ・ 体重は摂取と消費のバランス。食べる量と運動量を比較して考える。多動傾向がある場合、小学部児童ではよく動くので、食べた割にあまり太らない。中学・高等部になると多動は落ち着いてくることが多い。
- ・ やせについては、拒食症でなければ問題はない。

### ◆谷口歯科校医さんより

- ・ 以前は、自宅生と学園生で歯の状態に大きな違いがあったが、現在は大差なくなっている。
- ・ 一般的全国平均(特別支援学校でないもの)とは、比較しても意味が無い。



### ◆学校保健委員会長(PTA会長)さんより

- ・ 今年度の性教育講演会のように、PTAも学校と共に研修していきたい。

学校名	鳥取県立鳥取盲学校
テーマ	児童生徒の健康・体力の維持・増進の取組について
出席者	学校医、学校眼科医、学校歯科医、学校薬剤師、校長、高等部主事、小中主事・主幹教諭、保健医療科主任、普通科主任・生徒指導主事、保健体育主事、体育主任、養護教諭、学校栄養職員、寮務部長、寄宿舎主任(計15名)
学校規模	児童生徒数10名
開催日時	平成29年11月30日(木) 13時30分～14時30分

### 1 学校の実態及び地域の特徴

・県内一校の視覚障がい教育を行う特別支援学校。小中学部、高等部普通科・保健医療科、理療科専攻科があり、あん摩・鍼・灸の国家資格取得を目指して学習に取り組む生徒もいる。また、重複障がいのある児童生徒もいる。10～60代と幅広い年齢層の児童生徒が在籍する。  
 ・見え方は、視力、視野、羞明、視覚認知について個人差が大きく、一人一人に合わせた文字等の工夫を始め、拡大や音声等工夫して学習している。また、障がいを重複する児童生徒がいる。  
 ・敷地内に寄宿舎が併設されており、盲・聾学校の児童生徒が、通学困難時の改善や生活自立を目的に入舎し通学している。

### 2 近年の学校保健委員会「議題」

年度	議 題
平成28年度	児童生徒の健康管理について
平成29年度	児童生徒の健康・体力の維持・増進の取組について

### 3 学校保健委員会の構成メンバー

学校長、教頭、学校医、学校眼科医、学校歯科医、学校耳鼻科医、学校薬剤師、各学部主事、学科主任、保健体育主事、体育主任、養護教諭、学校栄養職員、寮務主任、寄宿舎主任、PTA代表

### 4 本事例のねらい

- (1)学校保健活動のすべてにわたって、これの推進と向上を図るため必要な事項を研究協議する。
- (2)児童生徒及び職員の健康の保持増進を図る。

### 5 開催までの手順

4月	3日	学校医・学校歯科医・学校薬剤師へ予定日を通知
11月	8日	学校保健委員会開催通知発送
11月	27日	資料配布

### 6 開催にあたって配慮したこと

- (1)学校医が出席できる曜日・時間を優先して決定し、年度当初に学校医・学校歯科医・学校薬剤師全員に予定日を連絡。
- (2)出欠については事前に確認する。

### 7 会議の概要

- 1 開会挨拶(校長)
- 2 学校保健委員会会則について(保健体育主事)
- 3 報告
  - (1)学校保健計画・学校安全計画・学校給食年間指導計画(保健体育主事、養護教諭、学校栄養職員)
  - (2)定期健康診断結果(養護教諭)
  - (3)学校環境衛生検査結果(養護教諭)
  - (4)給食関係(学校栄養職員)
- 4 協議
  - (1)児童生徒の健康・体力の維持・増進の取組について
  - (2)その他
- 5 学校医等の指導及び助言
- 6 閉会挨拶(高等部主事)

## 8 会議の記録

議事の流れ	主な発言・活動内容
<p>報告</p> <p>(1)平成29年度学校保健安全給食計画</p> <p>(2)定期健康診断結果</p> <p>協議</p> <p>(1)児童生徒の健康・体力の保持・増進に向けた取り組みについて</p> <p>学校医等の指導及び助言</p>	<p>・保健安全給食目標を、各担当から毎月給食時間に全体に口頭指導。</p> <p>・保健では、視力検査を視能訓練士と協力して実施、見え方相談会で実態把握したことを共通理解している。</p> <p>・安全では、避難訓練を年3回実施、消火器や起震車等で体験的な活動を行ったり学校防災アドバイザーと連携して災害マニュアルの作成に取り組んでいる。</p> <p>・給食では、教室に出向き個別にアンケートをとり、食中毒や異物混入のマニュアルを適正化している。</p> <p>・年2回の歯・口腔健康診断で、保健医療科生徒は、歯肉の腫れや要観察歯の改善がみられたが、小中学部児童生徒は、歯肉の腫れが歯肉炎に進行したり、要観察歯の本数が増えたり、また歯科衛生士によるブラッシング指導でも、みがきのこしの多さを指摘された。</p> <p>・児童生徒は全体的に生え変わりの時期が終わり、口腔への意識が薄まったり、食生活や生活リズムの変化が大きい時期にあり、歯の指導を丁寧に行っていく必要を感じている。</p> <p>・毎日ランニングを行い、地域や他校のマラソン大会に出場し、健康体力の向上と合わせて、余暇活動や社会参加につながることを期待している。</p> <p>・ストレッチ等による継続した取り組みの中で、自力で腕を回せるようになった児童や、歩行での重心の安定感が増した生徒もある。</p> <p>・体育でも、最初はできなかった動きが、継続することでできるようになってきている。</p> <p>・視覚障がいがある中でも、楽しめるスポーツがあることや、色々なスポーツがあることを知って、自分が今楽しめる運動を探すきっかけにつながれば、生活の豊かさにつながれば、と考え取り組んでいる。</p> <p>・生徒数が少なく、一人一人に合わせた取り組みが充実していると感じる。</p> <p>・盲学校児童生徒は、運動不足になりやすいと感じている。引き続き、健康体力向上のためにも、時間を使って取り組んでほしい。</p> <p>・歯・口腔健康診断の結果は他校よりいいが、健診結果にでない口の中の問題を感じる。口の中の病気は感染症でもあり生活習慣病でもある。学齢期にきちんとした生活習慣を身につけることが将来質の高い生活につながる。歯さえみがけばいいのではなく、食事・睡眠・運動も影響する。</p>

## 9 事後の活動

12月 6日 記録を職員に報告。  
12月15日 ほけんだよりに協議の一部をのせて、児童生徒・保護者に配布。  
欠席者への資料と記録の送付。

## 10 成果と課題

成果：健康体力について取組を紹介することで、児童生徒の実態や日々の活動の様子を学校医・学校薬剤師に知っていただくことができた。  
課題：毎年保護者に向けて案内は出しているが、出席が少ない。

## 11 資料

- (1)児童生徒の健康・体力の維持・増進に向けた取組について(抜粋)  
(2)ほけんだより(抜粋)



資料 1 「児童生徒の健康・体力の維持・増進の取組について」（抜粋）

【担任からの報告】

対象	取組	成果等
小学部 4年	<p>① 体育、自立での運動</p> <p>② 休憩時間に身体を動かすこと</p> <p>③ マラソン大会に参加</p>	<p>移動範囲が狭く、家庭からも運動不足が心配されており、同学年の児童に比べ、体力がないことが気がかりだった。しかし中学部1年生徒と一緒にマラソン練習をするように促すことで、主体的に楽しく体力づくりに取り組むことができるようになってきた。</p>
小学部 6年	<p>① ランニング（体育、自立、日生）</p> <p>② ストレッチ・体操（体育、自立）</p> <p>③ 簡単なスポーツ（体育、自立、クラブ）</p>	<p>① 曲やタイマーを手がかりにすることで、安定したペースで10分間程走り続けることができるようになり、体力がついた。前傾姿勢が減り、走る姿勢も改善されつつある。</p> <p>② 動きを言葉（部位名、方向、動作）で伝え、必要に応じて身体介助を行った。用具の活用や、繰り返し取り組むことにより、動きを覚えて自分から体を動かすことが増えてきている。</p> <p>③ 動きのコツやタイミングを伝えて基本の動きを繰り返し練習することで、簡単なルールのフロアバレーやサッカーなどに参加して楽しむことができるようになった。</p>
中学部 1年	<p>① ランニング（日生、自立）</p> <p>② ストレッチ（日生）</p> <p>③ 筋トレ（日生、寄宿舎・家庭）</p>	<p>① 小学生時は走ることが苦手だったが、少しずつ走る距離、タイム設定を上げていき、現在は3Kmを13分程度で走ることができるようになった。湖山池マラソン、聾学校のマラソン大会に参加し、将来の余暇活動の選択肢が広がった。</p> <p>② 股関節など関節が柔らかくなった。</p> <p>③ 腹筋、背筋、スクワット、腕立ふせに継続的に取り組み、筋力が向上した。</p>
中学部 3年	<p>① ランニング（日生、自立）</p> <p>② ストレッチ（日生・家庭）</p>	<p>① 下半身が鍛えられ、転倒する回数が減った。持久力がつき、1Km程度ならば、走りきることができるようになった。</p> <p>② 毎日継続することで、家庭でも自分で取り組むことができるようになり、習慣になった。</p>

<p>普通科 1年</p>	<p>① ストレッチ(日生、自立) ② 保健室での長椅子を使ったトレーニング(日生) ③ プールでのストレッチ、リハビリ運動(月2回) ④ エアロバイク(週1) ⑤ 車椅子で自力移動(学校生活全般、寄宿舎、家庭)</p>	<p>① 好きな音楽をBGMにし、上肢、下肢の運動を取り組んでいる。その結果、車椅子にかかっている靴の取り外しを自分できるようになった。 ② 長椅子に座ってお尻をずらしながら移動し、つなぎ目で両手をつきターンをしている。車椅子から車への昇降がスムーズになってきている。 ③ 浮力を利用し、上肢、下肢身体の部位を意識しながら取り組んでいる。30mを支えなしで歩行できるようになった。 ④ 5分間漕いだ。ボールを蹴る時に左膝が上がるようになった。 ⑤ 湖山池車いすマラソン大会(500m)に向けて、校内、学校から寄宿舎へ自力で移動している。体育では、速く走るための操作の仕方や姿勢について学んだ。</p>
<p>保健理療科 2年</p>	<p>体育(月6・木7) 部活動(月1回)</p>	<p>体育の時間を中心に各種運動にとりくんでいる。なかでもフロアバレーに意欲的に取り組み、放課後に自主的に練習する姿もみられた。大会に出場したことが、運動だけでなく学校生活全般に対する積極性につながってきた。</p>

【体育科からの報告】

<p>体育・保健 体育(小6、中1、中3、普1)</p>	<p>① 毎時間初めに、4分程度の軽いランニング ② 肩甲骨まわりをゆるめ、こわばりをほぐす体操 ③ 仰臥位・腹臥位でのストレッチ</p>	<p>① 途中歩くこともなく走り続けることができるようになった。 ② 上腕の後方への可動域が広がってきている。 ③ ポーズが安定し、心地よさを感じている。</p>
<p>体育(保健理療科)</p>	<p>① 毎時間初めに、4分程度の軽いランニング ② 主運動につながる準備体操 ③ 仰臥位・腹臥位でのストレッチ ④ 腕立て伏せ</p>	<p>① ゆっくりめのペースで走り続けることができる。 ② ③ 自分の体の状態を確かめるように動いている。 ④ 指圧を意識している。</p>

11月30日  
13:30~  
14:30

## 学校保健委員会を行いました。

学校保健安全給食計画や定期健康診断結果等を報告し、協議テーマ「児童生徒の健康・体力の維持・増進に向けての取組について」の中で様々な取り組みを紹介しました。

学校保健委員会での教職員と学校医とのやりとりの中から、一部を紹介します。

### 1. 児童生徒の健康・体力の維持・増進に向けて



ろう学校マラソン大会



湖山池マラソン



タンデム自転車

保健体育主事



車いす＆湖山池さわやかマラソンや聾学校のマラソン大会に参加した児童生徒もあります。毎日「走る」ことに取り組み、それが体力向上だけでなく、余暇活動や社会参加につながっていけばと期待しています。

また、毎日学校・家庭等でストレッチを行ったり、毎日ルームランナー等で運動している児童生徒もあり、重心がぶれたり左右にふらついていた歩行に安定感が増したと感じる生徒や、腕の曲げ伸ばしや屈伸が上達した児童もあります。また、好きな音楽をBGMにして、毎日上下肢の運動に取り組んでいる生徒は、伸展の動きがよくなったと感じています。

体育主任



体育でも、最初はできなかった動きが、継続によって動きをつかめたり、「気持ちいい」と発言したりするようになりました。見えにくさがすすんでも楽しめるスポーツがあること、色んな楽しめるスポーツを探すきっかけになれば、卒業後の余暇等にも広がれば、と考えて取り組んでいます。



学校医

一般校と比べて体育の時間は多いですか？

主幹教諭

体育の時間数は同じですが、自立活動という時間の中で一人一人に合わせて、体の動かし方を学んだり、運動に継続に取り組んだりして、毎日のように運動している児童生徒もあります。



学校医

盲学校の児童生徒は、自らすすんで運動する機会も運動量も、確保しにくいと感じます。運動不足になりやすいので、健康・体力の向上のためにも、引き続き取り組んでください。