

令和7年度

学校保健委員会



大分大学教育学部附属小学校

日 時 令和7年11月27日(木)

14:00~15:00

場 所 会議室

令和7年度 大分大学教育学部附属小学校 学校保健委員会

日時：令和7年11月27日（木）
14:00～15:00

内 容

(1) はじめの言葉

(2) 養護教諭より

① 定期健康診断結果について

② 保健室来室状況等について

③ 性に関する指導について

(3) 栄養教諭より

性に関する指導と食のつながりについて

(4) 情報交換

(5) 指導助言

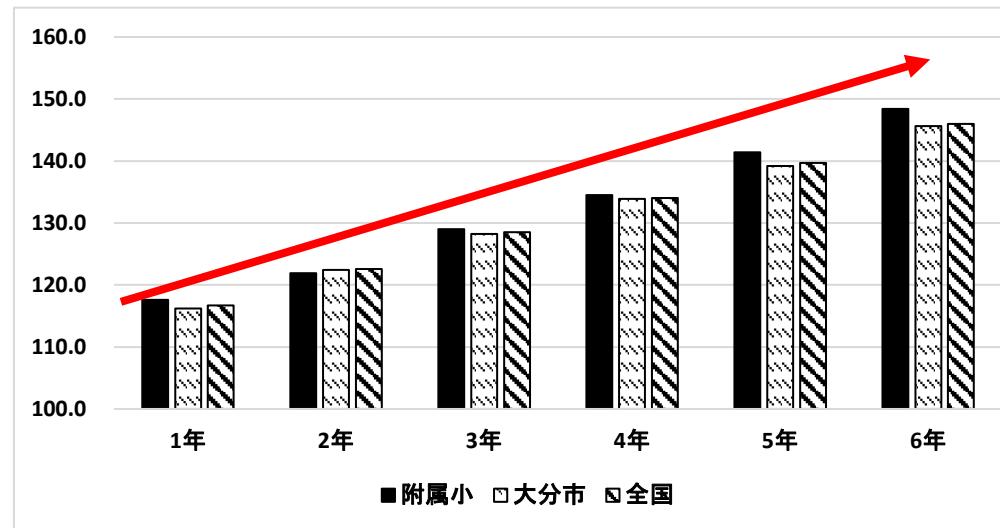
(6) おわりの言葉

学校保健委員会の目的

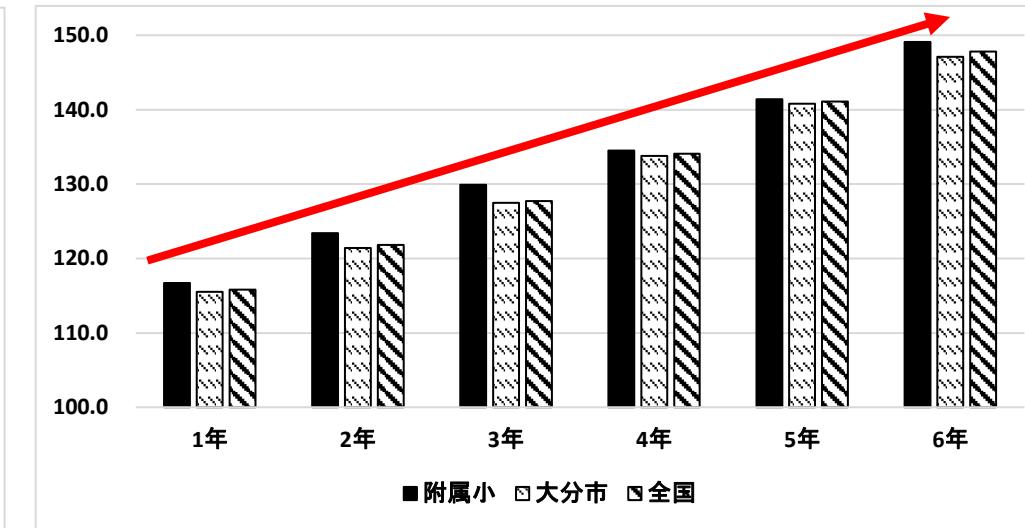
本校児童が生涯を通じて、自ら健康で安全な生活を送ることができる
「生きる力」を身につけるため、児童の健康問題を研究協議し、家庭や
地域社会と連携しながら健康づくりを推進することを目的とする。

発育測定結果(5月)

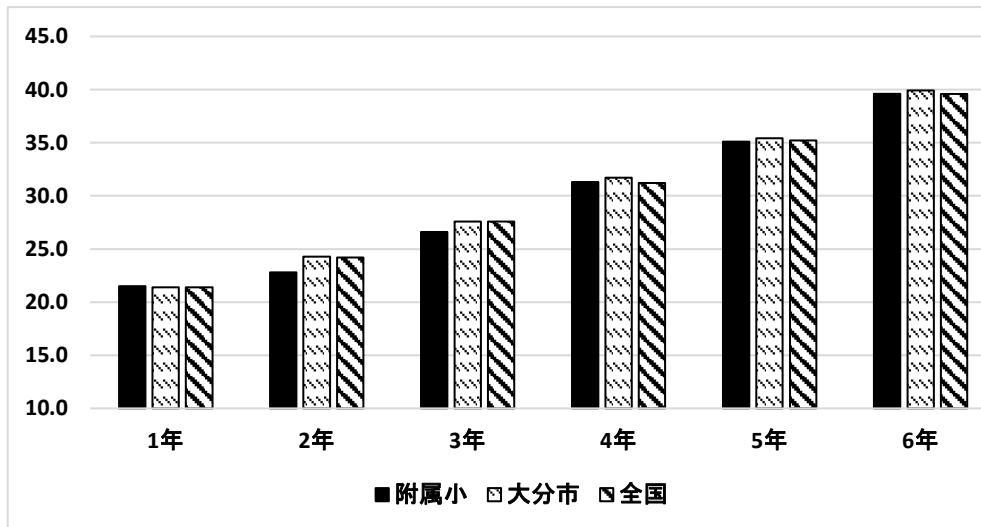
【男子 身長(cm)】



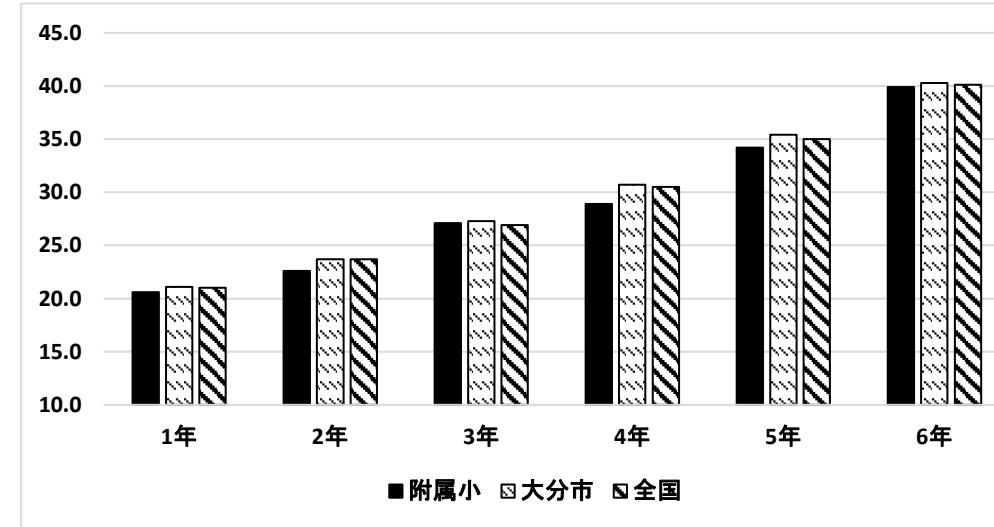
【女子 身長(cm)】



【男子 体重(kg)】



【女子 体重(kg)】



【肥満度】

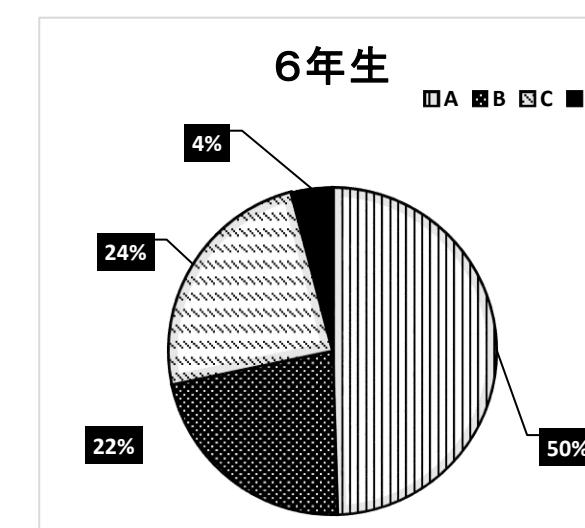
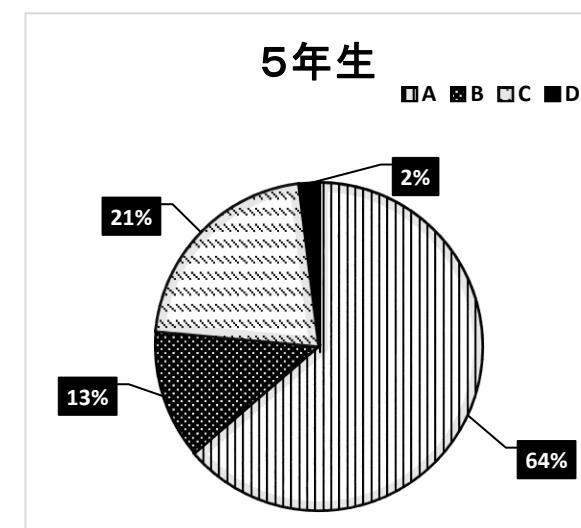
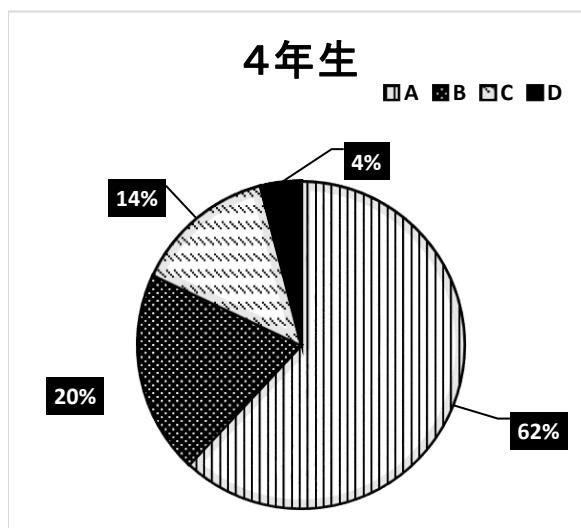
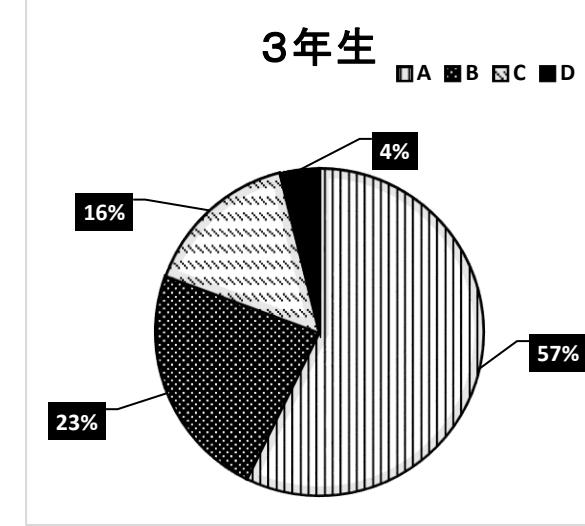
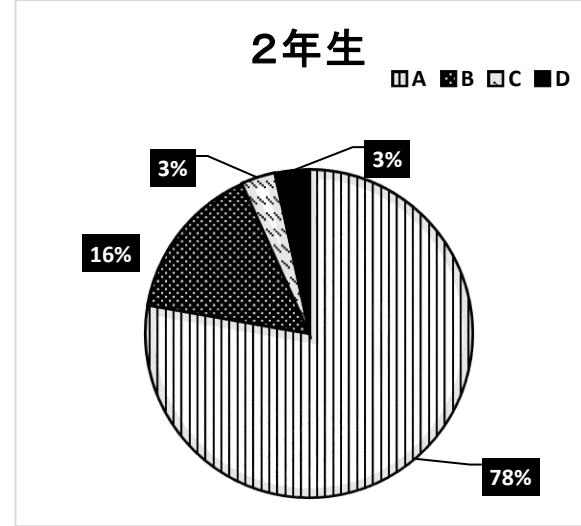
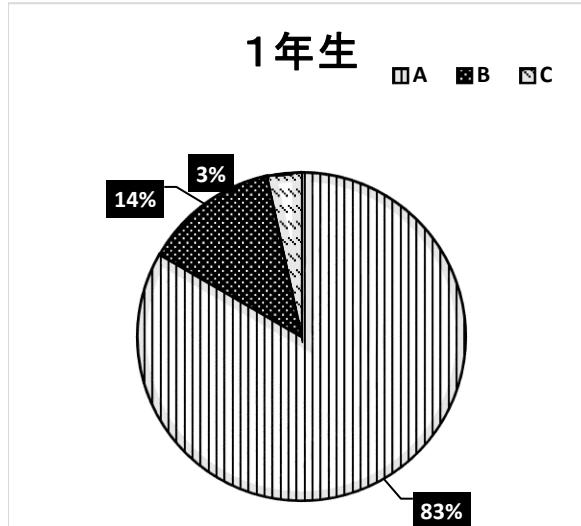
	男子	女子	合計（全体）
痩せ傾向 肥満度 -20%以下	4.4%	2.0%	3.2%
肥満傾向 肥満度 20%以上	6.5%	4.7%	5.6%

●身長については、全ての学年で市平均および全国平均と同等程度か、それを上回る傾向がみられる。

●大分県の児童は、ほとんどの年齢で全国平均を上回る体重となっているが、本校では男女とも痩せ傾向がみられ、肥満傾向児童は昨年度よりやや減少している。

視力検査結果(5月)

令和7年度 視力検査結果



●学年の進行に伴い、視力B～Dの児童および視力矯正者の割合が増加しており、裸眼視力の低下が懸念される状況である。

●健康診断を機に眼科を受診し、近視と診断される児童は少なくない。視力低下を防ぐには、低学年のうちから予防に取り組むことが重要である。

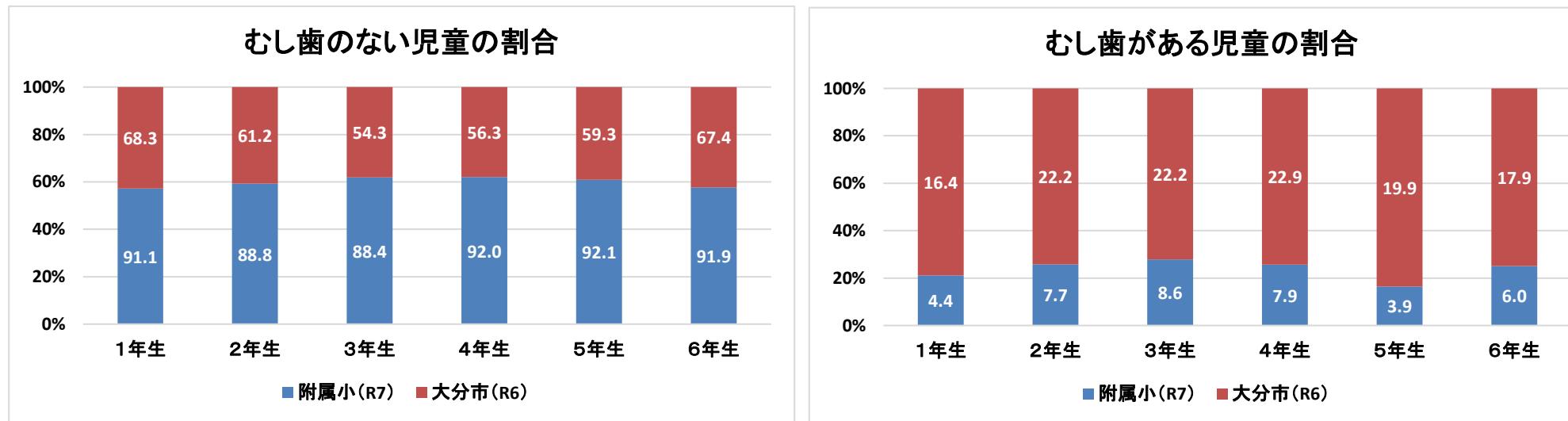
歯科検診結果(5・6月)

令和7年度 歯科検診結果

昨年より減少◎

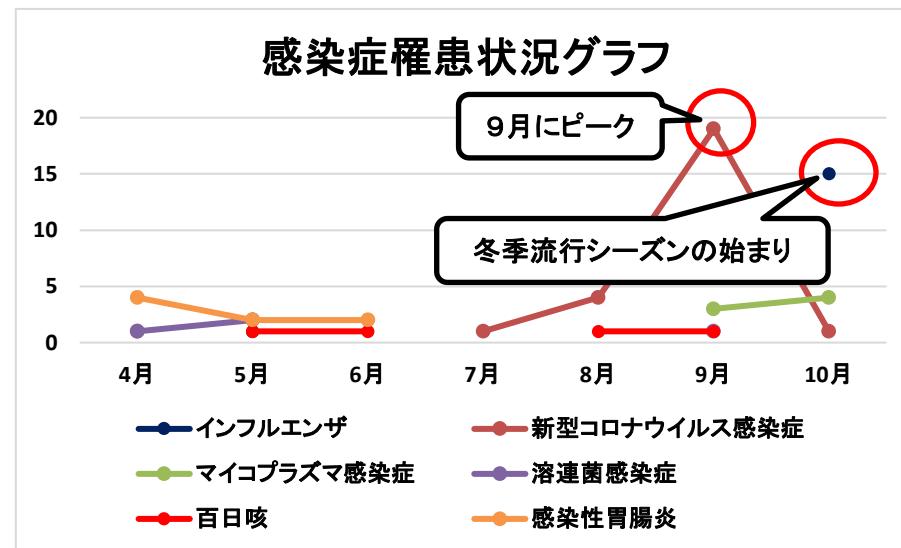
	むし歯なし		処置済み		未処置歯あり		要注意乳歯		歯列・咬合・顎関節	
	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子
6年生	45	46	1	1	4	2	2	1	2	2
5年生	47	47	1	1	2	2	2	1	5	4
4年生	46	47	1	2	3	5	2	2	2	6
3年生	43	49	2	0	6	3	0	1	1	4
2年生	41	39	0	1	2	5	2	2	0	2
1年生	40	42	0	0	3	1	1	3	0	0
合計	262	270	5	5	20	18	9	10	10	18
%	43.7	45.0	0.8	0.8	3.3	3.0	1.5	1.7	1.7	3.0

*歯列・咬合・顎関節には矯正をしている人を含んでいます。



- 大分市内の小学生と比較すると、本校はむし歯がない児童が多く、歯と口の状態は概ね良好であるといえる。
- むし歯多かった2～4年生は乳歯と永久歯が入り交じる時期であり、歯みがきがしにくい状態である。
また、生えたばかりの永久歯は、酸や糖に対する抵抗力が十分ではないため、むし歯ができやすいと考えられる。
- 6年生はほとんどの永久歯が生えそろう時期であり、永久歯の質がまだ完全ではないことも、むし歯の多さに関係している可能性がある。

感染症罹患状況について



学校環境衛生について

	実施日	検査結果
飲料水の水質検査	6月3日	問題なし
プール水の水質検査	7月2日	問題なし
教室等の空気検査	7月1日	問題なし
ダニの検査	7月1日	放送室は日常的に対策が必要

保健衛生授業について

★本校学校薬剤師 伊藤裕子先生をお招きして、開催しました。

	実施日	実施内容
1年生	5月22日 23日	正しい手洗いについて
3年生	7月10日 11日	身の回りの菌と清潔について
6年生	11月6日	薬物乱用防止について



いつもは手を洗ってきれいと思っていたけど、「きれい」は当たり前じゃないんだなと思った。(1年生)

手洗い後に、全部汚れが落ちていなくてびっくりした。
(1年生)

菌を見て、ハンドソープの押す部分や、蛇口に菌があると知ったから、押し方を変えたり、手を洗った後は蛇口に水をかけたりしたい。(3年生)

菌のことをいろいろ教えてもらって、自分の掃除場所では、特にドアノブや床をきれいにしたいと思った。(3年生)

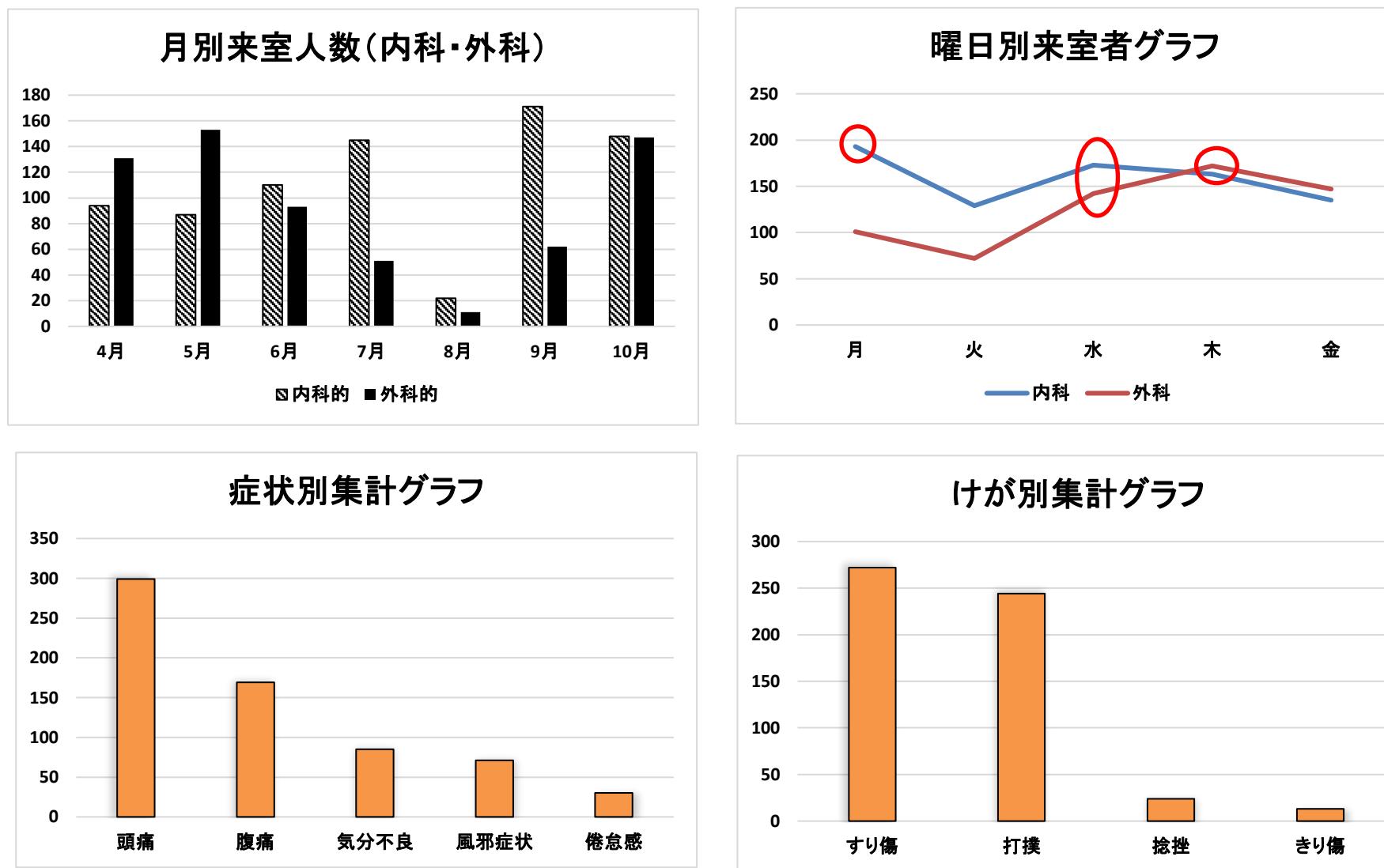


●秋(9月～10月)に新型コロナやインフルエンザなど複数の感染症が同時に増加し、季節の変わり目に流行が集中していることが分かる。

●学校全体で感染症対策に取り組み、保健委員会の児童も換気チェックやハンドソープ補充を継続して行っている。

●学校環境については、学校薬剤師の伊藤先生のご指導を受け、衛生状態を良好に保つことができている。また、保健衛生の授業では、1年生と3年生がスタンプマンを用いて、正しい手の洗い方や身のまわりに存在する菌について学習した。

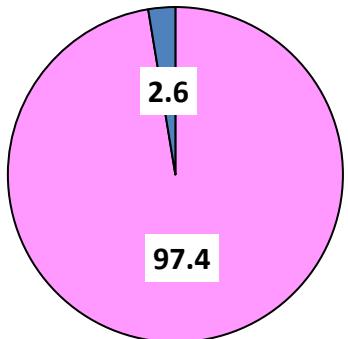
保健室利用状況



- 外科について、5月は新学期の生活や体育活動に慣れてきた時期であり、運動量の増加に伴うすり傷や打撲が多くみられた。10月は運動会等の行事や外遊びの活発化により活動量が増え、外科的主訴による来室が増加したと考えられる。
- 内科については、7月と9月は暑さの影響が大きく、熱中症傾向の体調不良や冷房との温度差による頭痛・腹痛・倦怠感が多かった。10月は行事による疲れに加え、気温の低下や感染症の流行がみられ、風邪症状等での来室が増加した。
- 内科的主訴は、週末の生活リズムの乱れや疲労の影響により、月曜日の来室が多い。外科的主訴は、週の中盤以降に疲労が蓄積し、注意力が散漫になることで、けがが起こりやすくなり、水曜日・木曜日に来室が多いと考えられる。

性教育に関するアンケート調査結果(218件の回答)

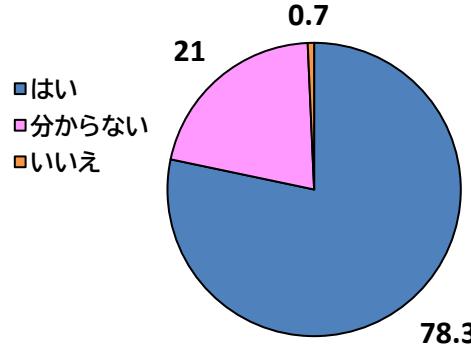
性教育にどのようなイメージを持っていますか？



■大切なことだと思う
■よく分からぬ

今回のアンケートでは、97%の保護者の方が「性教育は大切なこと」と感じていることが分かりました。一方で「よく分からぬ」「少し恥ずかしい」「大切なに自信を持って教育できる人がほとんどいない」と感じる方もわずかにおられ、大切だと分かっていても、どう伝えたらよいか迷うという声もありました。

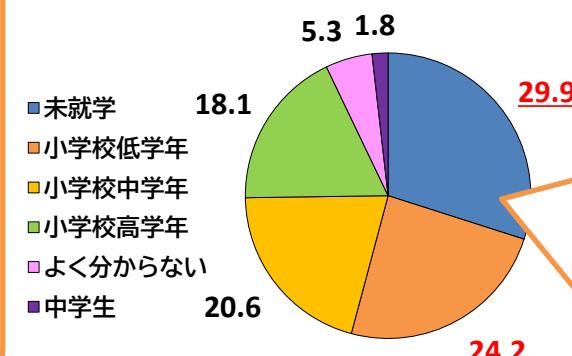
ご家庭での性教育は必要であると考えていますか？



■はい
■分からぬ
■いいえ

78.3%の方が「家庭でも性教育は必要」と感じていることが分かりました。多くの方が、性教育を家庭でも取り組む大切な学びと捉えておられます。一方で「よく分からぬ」と答えた方が21%でした。性教育の重要性を感じつゝも、何を・どのように伝えたらよいのか迷っている保護者の方も少なくないことがうかがえます。

性教育はどの時期から始めるべきだと思いますか？



整理した内容を見ると、一番多く意見が集まっている年代は「未就学児～小学校低学年」でした。理由としては、「早く偏見なく学ばせたい」「プライベートゾーンや自分の体を守る意識を育てたい」「恥ずかしさが出る前に教えたいたい」といったご意見が多かったです。段階的に教えることが大切であるという観点から、まずは幼少期から始めるべきとする声が多く聞かれました。

【家庭で性教育を実施しようと思ったきっかけ（アンケート結果：自由記述より）】

1 子どもの質問や興味から

「赤ちゃんはどうやって生まれるの？」「男女の体の違いは？」等子どもの関心が高まったため。

2 社会・メディアの影響

SNSやニュース等で、性の情報や事件を目にする機会が増えたため。

3 自分や他者を守るため

性被害や誤った知識を防ぎ、正しい理解と判断力を身につけてほしい。

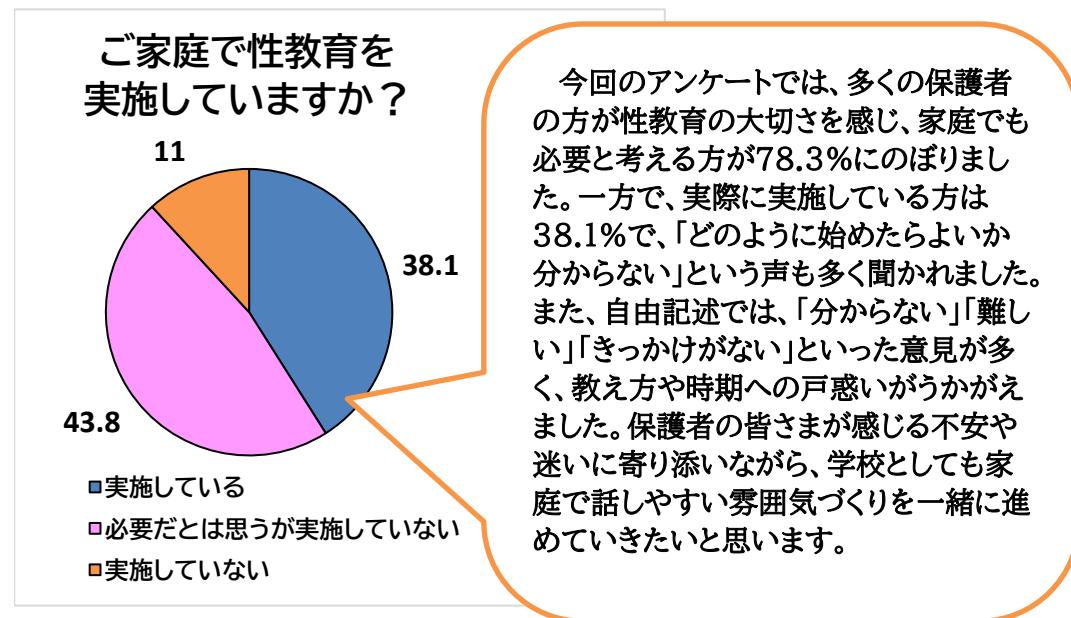
4 親自身の経験から

自分が十分な性教育を受けてこなかった、または必要性を感じたため。

5 家庭だからこそ伝えられる

一番身近な存在として、安心して話せる環境を家庭でつくりたい。

性教育に関するアンケート調査結果(218件の回答)



☆家庭でできる性教育のヒント☆

アンケートの自由記述から、保護者の皆さまが実際に行っている性教育の方法をご紹介します。

- 1 絵本や漫画を活用する**

プライベートパーツや体の成長、男女の違いが分かりやすい絵本や漫画と一緒に読むことで、楽しく自然に学べます。
 - 2 日常の出来事を教材にする**

入浴や着替えのときに体の話をしたり、テレビやニュースの性に関する話題をきっかけに親子で話すのも良い方法です。
 - 3 子どもからの質問に答える**

疑問に対して年齢に合った言葉で丁寧に答え、恥ずかしがらずに事実を伝えることが大切です。
 - 4 ルールやマナーを教える**

他人に迷惑をかけないことや、公共の場での言動、ネット上の注意点なども伝えていきます。
 - 5 性の多様性やジェンダーについて伝える**

男女の違いを尊重し、個人差や多様な考え方を受け入れる姿勢を育てるこも大切です。
 - 6 体や命の大切さを伝える**

「自分の体は自分のもの」ということや、命の尊さ、性を含めた人との関わりの大切さを話しています。

【家庭での性教育が難しい理由（アンケート結果：自由記述より）】

- | どう教えたらいいか分からぬ

「伝え方が難しい」「どこから話せばいいのか分からない」といった声が最も多く寄せられました。多くの保護者の方が性教育を“したくない”のではなく、“したいけれど方法が分からない”という状況にあります。

- ## 2 まだ早い・タイミングが難しい

「低学年には早い」「切り出しにくい」「恥ずかしい」と感じる保護者の方も多くいました。性教育＝思春期の話」いうイメージが強く、幼児期から少しづつ伝えるという考えは、まだ十分に広まっていないようです

- ### 3 その他

「自分が性教育を受けてこなかった」「知識に自信がない」「学校に任せたい」「誤ったことを教えるのが不安」「忙しい」といった声もみられました。性教育を“特別で難しいもの”と感じる方も多く、家庭で自然に話すことへの不安がうかがえました。一方で、学校が最初のきっかけをつくることへの期待も寄せられていました。



おうち性教育はじめます

一番やさしい！

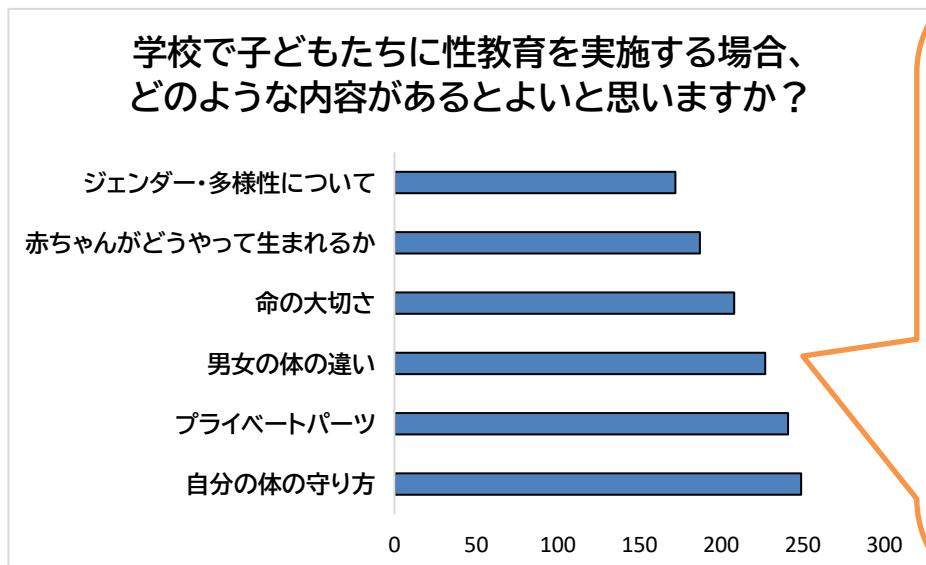
防犯・SEX・命の伝え方

著者 フクチマミ・村瀬幸浩

この本は、日常で出会う「こんな時どうする？」を漫画を使って分かりやすく解説しています。子どもからの素朴な質問の考え方や、性犯罪の被害・加害者にならないための声かけ、思春期の心と体の変化まで、親子で一緒に学べます。まずは、保護者の方から手に取り、読んでみることもおすすめです。

◎ おすすめ!!

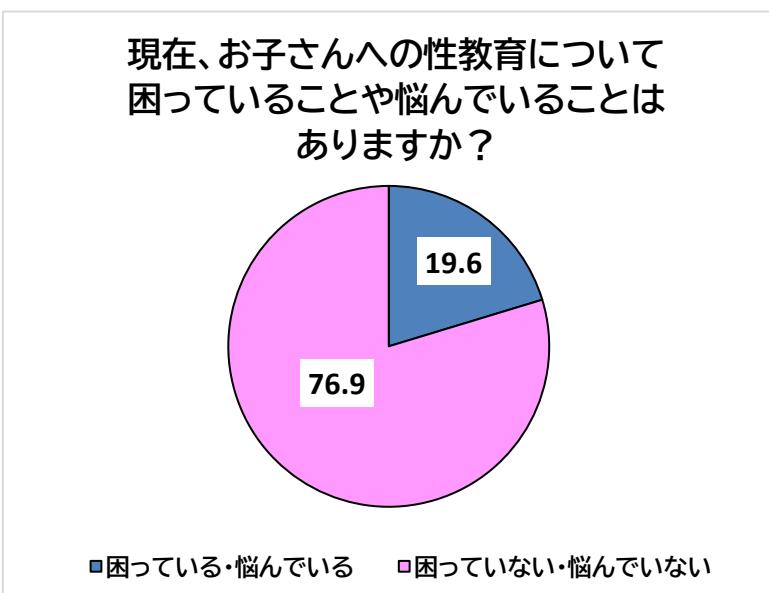
性教育に関するアンケート調査結果(218件の回答)



保護者の皆さまは、自分の体の守り方やプライベート-partsについて学ぶことを特に重視しており、子どもが安心して成長するための基礎的な知識への関心が高いことが分かりました。また、男女の体の違いや命の大切さ、赤ちゃんの生まれ方、ジェンダー・多様性といった内容にも関心があり、子どもが自分や他者を尊重し、多様性を理解する力を育む教育を望む声が多く寄せられています。

この結果から、学校では基礎から多様性まで、子どもが安心して学べる性教育を丁寧に進めていくことが大切だと考えられます。家庭と学校が連携し、日常の中で自然に伝えていくことが、子どもたちの健やかな成長につながります。

その他のご意見の中には、性教育でより具体的に日常生活に役立つ内容を学びたいという声もありました。自分の体を大切にすることを前提に、避妊や性感染症、SNSの危険性など、学校の授業だけでは補いきれない知識を知りたいという意見です。また、高学年での言葉や行動の影響、悩みを相談できる窓口、教師の性教育や性犯罪防止への取り組みなど、子どもが安心して学べる環境づくりへの関心も示されました。



保護者の皆さまからは、「どう伝えればよいか」「いつ話すべきか」といった迷いや、「誤った情報に触れるのでは」という不安が多く寄せられました。性の話題には難しさもありますが、それは「子どもを守りたい」という温かい思いの表れでもあります。大切なのは、知識を一度に教えることよりも、成長に合わせて少しづつ話し合い、“命や人を大切にする気持ち”を育していくことです。家庭と学校が力を合わせ、お子さんが安心して自分を理解できるよう支えていきたいと思います。今後も、学校での学習内容や活用できる教材の情報を共有し、保護者の皆さまが安心して関われるよう、学校として寄り添ってまいります。

性教育とは

会議で、使用したスライドを
一部抜粋して紹介します。

「いのち」

「心」

「体」



「人との関わり方」を学ぶ

恥ずかしい話・特別な勉強ではありません

なぜ大切なのか

心を大切に いのちを尊ぶ人と関わる力 自分を守る力

自分も相手も大切にできる力を育てる学び

これからの性教育『包括的性教育』へ

包括的性教育が世界で広がっている

【改訂版】

国際セクシュアリティ教育ガイダンス
科学的根拠に基づいたアプローチ

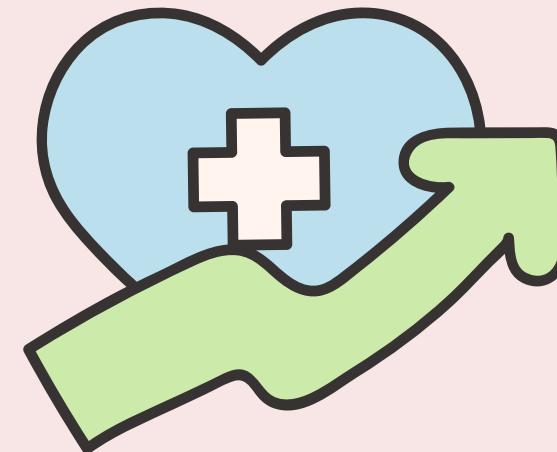
著作物につき
掲載不可

ユネスコ著

浅井春夫・良香織・田代美江子・福田和子・渡辺大輔 訳
明石書店

『包括的性教育』

- ・性感染症の予防
- ・生殖のしくみ
- ・二次性徴



- ・ジェンダー平等
- ・性の多様性
- ・人間関係
- ・幸福

性を「からだ」だけでなく
幅広いテーマを含む教育



性教育に関するアンケート結果

保護者の方の葛藤から見える 性教育の現在地

「わかっている。でもどう伝えたらいいかわからない」

「やらないのではなく、やり方がわからない」

→多くの保護者の方が抱える“性教育のリアルな壁”

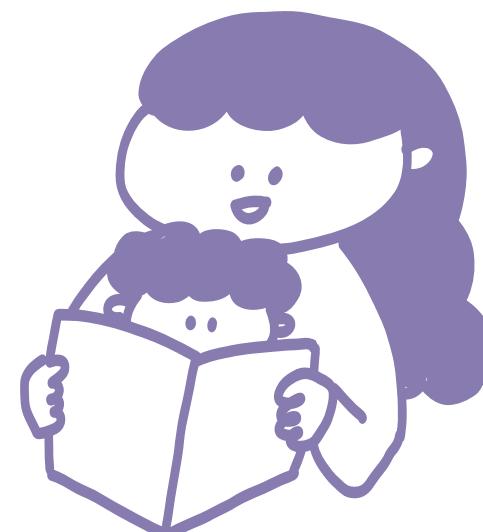
性の話ではなく
命と心を育てる日常の学び

“恥ずかしい”を
“話してみよう”に
変えることから

性教育のカギは
対話

性教育は
『未就学（幼児期）』
からがベスト！

- ・生活のすぐそばにあるもの
- ・聞かれたときがチャンス
- ・日常会話の中で少しずつ



まずは
『プライベート-parts
(口・胸・性器・おしり)』を
知ることから
・からだはどこも大事
・プライベート-partsは
特別大事なところ
→いのちに直接関わるところ
・見るのも触るのも自分だけ

まずは
『プライベートパーツ
(口・胸・性器・おしり)』を
知ることから



もしもの時は
『NO ! GO ! TELL !』

- NO = だめ！いやだ！
 - GO = にげる
 - TELL = 大人に話す
- 「あなたはなにも悪くないよ」
というメッセージが大切

Yahoo!きっず 【ココカラ学園】

こころとからだに関する小学生のさまざまな疑問に応えるウェブコンテンツ
子ども向け・教員や保護者用ページもある

【命育】

医師専門家監修のもと、幼児・小学生・中学生・高校生を持つ親に年齢に応じた家庭
での性教育の方法を発信

【セイシル】

名前の由来は「性を知る」で「知ろう・話そう・性のモヤモヤ」がメインテーマ
10代向け性教育ウェブメディア

- 【アイラブみー じぶんをたいせつにするえほん】
- 【だいじ だいじ どこだ？】
- 【うみとりくの からだのはなし】
- 【はじめにきいてね、こちよこちよモンキー！】
- 【あっ！ そなんだ！ 性と生】
- 【マンガでよくわかる！ 13歳までに伝えたい 女の子の心と体のこと】
- 【マンガでよくわかる！ 13歳までに伝えたい 男の子の心と体のこと】
- 【おうち性教育はじめます 一番やさしい！ 防犯・SEX・命の伝え方】
- 【からだのきもち 境界・同意・尊重ってなに？】
- 【子どもを守る言葉 『同意』 って何？ YES、NOは自分が決める！】

おすすめの書籍



学校としてのサポートの取組



1. 授業内容のポイントをお知らせ
2. 家庭での会話のきっかけづくり
3. 安心して使える教材や情報の紹介

安心して学び
安心して生きる力を
学校と家庭の「両輪」で

令和7年度学校保健委員会 栄養教諭から提案 テーマ「性に関する指導」

1. 心と体の成長期を「食」で支えるために

- 成長の土台:思春期に起こる急激な体の変化(第二次性徴)に必要なエネルギーと栄養素の確保。
- 心の健康:情緒の安定を図るための栄養(例:セロトニン生成に必要な栄養素)の理解と摂取。
- 健康管理の基礎:食を通じて、自らの体や健康に関心を持つ力の育成。

2. 性に関する指導と「食」のつながり

体の変化 (第二次性徴)	骨や筋肉、血液を作るために、たんぱく質、カルシウム、鉄の摂取が特に重要。特に女の子は月経に備え、鉄分が不足しないよう意識することが大切。 4年生の保健体育『育ちゆく体とわたし』の単元で養護教諭と連携して取り組んでいる。
心の変化 (情緒の安定)	ストレスやイライラは栄養状態に影響される。ビタミンB群や、心を落ち着かせる働きのあるカルシウムなどを意識的に摂り、朝食で生活リズムを整えることが大切。→3年生で『しっかり食べよう朝ごはん』の授業に取り組んでいる。3年生でも実践できる目標を一人一人立て、ワークシートを使って1週間取り組むようにしている。
性の多様性と体型	無理なダイエットは、性成熟を妨げたり、健康を損ねたりする危険性がある。 性成熟への影響 思春期に体脂肪が一定量必要になるのは、将来、月経が始まり、体が子どもから大人へ成熟していくため。無理なダイエットで体脂肪を極端に減らすと、体が『まだ成長期ではない』と判断し、性成熟が遅れたり、月経が止まったりする危険がある。 骨への影響 この時期の骨は、人生で一番成長している。必要なカルシウムやエネルギーが不足すると、将来、骨粗しょう症になりやすくなる。 心の健康への影響 特定の栄養素(ビタミンB群やトリプトファンなど)が不足すると、イライラしやすくなったり、集中力が落ちたりする。ダイエットのストレスだけでなく、栄養不足も心の不安定につながることを知っておくことが大切。
妊娠・出産を見据えて	生涯の健康を考え、将来、親になる可能性も含め、妊娠初期に重要な葉酸などの栄養素にも目を向ける事も大切。

3. 保護者の方へお願い:家庭での食育実践

①「食事の回数」を確保する。

- 特に朝食:脳と体のスイッチを入れ、生活リズムを整えます。心の安定にも朝食は不可欠です。
- 給食と夕食だけでなく、3食を通してバランスを整えることも大切となります。

②「まごわやさしい」の栄養素を意識して摂る。

- まめ(大豆製品)、ごま(ナツツ類)、わかめ(海藻類)、やさい、さかな、しいたけ(きのこ類)、いも類をバランスよく取り入れることで、成長に必要な栄養素をまんべんなく摂取できます。
- 特に、鉄分(赤身の肉、レバー、魚、ひじきなど)とカルシウム(牛乳、乳製品、小魚、緑黄色野菜など)を意識して、料理に取り入れるようにします。

③家族で「共食」し、コミュニケーションを...

- 家族と一緒に食べる「共食」は、食の知識を伝えるだけでなく、心の安定にも深く関わってきます。
- 「給食は美味しかった?」「何が一番好き?」など、食事をきっかけに子どもの変化に目を向け、話を聞いてあげることも大切です。

4. 学校と家庭の連携

子どもたちの健やかな成長は、学校と、家庭が両輪となって支えることで実現します。食を通じて自分自身の心と体を大切にする力を育めるよう、一緒に見守っていきたいと考えています。

きゅうしょく あじ Let's cook ! おうちで給食の味 !

レバーとポテトのレモンソース(鉄分 up)

材料	4人分(g)
フライドポテト	80
鶏レバー	60
牛乳	適量
鶏肉(もも肉、皮なし)	100
食塩	小さじ1/2
しょうが おろす	1/2かけ
酒	大さじ1
片栗粉	大さじ2
小麦粉	大さじ1
揚げ油	適量
さとう	大さじ2
こいくちしょうゆ	大さじ2
レモン果汁	小さじ2
水	大さじ2

【作り方】

- ① レバーを一口大にカットした後、牛乳に10~20分ほど浸し、血抜きをしっかり行う。
※ 牛乳は臭みが取れやすく、レバーが柔らかくなる効果があります。
- ② 鶏肉は一口大に切る。
- ③ レバーと鶏肉に塩、しょうが、酒で下味をつける。
- ④ フライドポテトを油で揚げる。
- ⑤ レバーと鶏肉は片栗粉と衣をつけて油で揚げる。
- ⑥ さとう、こいくち、水を鍋に入れて煮立たせる。
- ⑦ レモン果汁を⑥に入れ、さっと煮立らせたら火を止めると。
- ⑧ ⑦にレバー、鶏肉、フライドポテトを混ぜ合わせたら完成。



鶏レバーは、他のレバーに比べてクセが少なく食べやすいのが特徴です。特に子さんの健やかな成長をサポートする『鉄分』『ビタミンA(レチノール)』『ビタミンB群』『たんぱく質』が豊富に含まれています。

ぱくぱくひじき(鉄分・カルシウム up)

材料	4人分(g)
乾燥ひじき	20
ちりめんじゃこ	30
酒	小さじ2
ゴマ油	小さじ2
さとう	大さじ1
こいくちしょうゆ	大さじ1と1/2
いりごま(白)	少々
水	適量

【作り方】

- ① ひじきは、さっと洗ってから20~30分たっぷりの水に浸します。
※ 指でつまんでみて、潰れるぐらいがちょうどよい固さです。
- ② 釜に火をかけ、ゴマ油をしき、ちりめんじゃこをよく炒める。
- ③ ひじきを炒めたあと、ひたひたの水を入れ、ひじきがやわらかくなるまで煮る。
- ④ さとうとこいくちしょうゆで味付けし、水分がなくなるまで、煮詰める。
- ⑤ 最後にゴマを混ぜたら完成。

ひじきには、骨や歯を形成するカルシウムが豊富に含まれています。ひじきのカルシウム含有量は、海藻類の中でもトップクラスです。ビタミンDと一緒に摂取するとカルシウムの吸収率が上がります。

ビタミンDが多く含まれる魚類、干しいたけ、乾燥きくらげなどと一緒に食べるのがおすすめです。

