

平成29年度「中高生を中心とした生活習慣マネジメント・サポート事業」

成 果 報 告 書

1. 事業の題名

「生活習慣マネジメントを契機とした学校ネウボラ事業」

2. 事業の実施体制

①地域協議会の構成員

	所 属 ・ 役 職 等	備 考 欄
1	スーパーバイザー（小児科・総合診療科医師）	
2	名張中学校長	
3	梅が丘小学校長	
4	名張小学校長	
5	比奈知小学校長	
6	名張小学校養護教諭	
7	梅が丘小学校養護教諭	
8	名張中学校養護教諭	
9	比奈知小学校養護教諭	
10	名張市福祉子ども部理事（子育て世代包括支援センター長）	

②生活習慣支援員

	所 属 ・ 役 職 等	備 考 欄
1	福祉子ども部 健康・子育て支援室 成人保健係長保健師 （協力校が所在する地域づくり組織を担当する保健師：2名）	

③研究協力校

学 校 名	名張市立名張中学校	
所 在 地	三重県名張市丸之内15番地	
対 象 学 年	中学1年生	
児 童・生 徒 数	118人	

学 校 名	名張市立名張小学校	
所 在 地	三重県名張市丸之内55番地	
対 象 学 年	①小学5年生 ②小学6年生	
児 童・生 徒 数	①46人 ②44人	

学 校 名	名張市立比奈知小学校	
所 在 地	三重県名張市下比奈知1422番地	
対 象 学 年	①小学5年生 ②小学6年生	

児童・生徒数	① 31人	② 49人
--------	-------	-------

学校名	名張市立梅が丘小学校	
所在地	三重県名張市梅が丘北1番町340番地	
対象学年	①小学5年生	②小学6年生
児童・生徒数	①52人	②62人

3. 事業の実施内容及び実施方法等

①チェックシートによる睡眠習慣改善プログラムの実施について

平成29年7月、研究協力校の小学5、6年生及び中学1年生を対象に、生活習慣に関するアンケートを実施した。調査結果を学校ごと、学年ごとに集計し、全国調査との比較による検定を行い、グラフ化した資料を作成した。全国調査と比較すると、特に小学校において、起床時刻、就寝時刻、睡眠時間に対する自己評価、授業中の眠気等について、課題がみられた。

この結果は11月15日に行った各校長への報告会において共有するとともに、11月25日開催の「教育フォーラム in なばり2017」において公表し、保護者や地域住民等への啓発資料として使用することを決定した。

また、結果をもとに各研究協力校において以下の取組を実施した。

<名張中学校>

H29/11/14 生活習慣に関する授業の実施

中学2年生（174名）に対し生活習慣に関する授業を地区担当保健師が実施。

H30/2/15 学校保健委員会開催

アンケート集計結果を分析した結果として大きな課題はなかったことの報告。今後の取組等についての意見交換。

<名張小学校>

H29/8/4 学校保健委員会開催

開催時期が早かったため他校より先に集計し、校長と養護教諭に結果を報告した上で、学校保健委員会に詳細結果を報告することとした。学校保健委員会では、起床時刻や習い事の回数、寝る直前までのゲーム等の使用についての課題を共有し、意見交換した結果、PTAを対象に講演会を実施することになった。

12/8 生活習慣に関する授業の実施

5年生46人を対象にアンケート結果にふれながら、生活習慣に関する授業を地区担当保健師が行った。

H30/1/25 講演会の実施

「今、大切な生活習慣について～小児科医の立場から伝えたいこと～」と題し、金沢医科大学の高村昭輝先生を招き、講演会を実施した。今、子どもの周りで起きていることや地域の役割：地域は何ができるのだろうかということ、

地域でどう子どもたちを育てるか等について調査結果にふれる内容で、49人が受講した。

<比奈知小学校>

H29/12/14 学校保健委員会開催

起床時刻や授業中の眠気、夕食の時刻等の課題の共有を実施し、次年度に向けて生活習慣に関する授業を計画。

<梅が丘小学校>

H30/ 1/15 生活習慣に関する授業の実施

6年生62人を対象にアンケート結果にふれながら、生活習慣に関する授業を地区担当保健師が行った。

1/18 保護者説明会の実施

より早い時期からよい生活習慣を身につけるために、新入生説明会で、新1年生になる子供の全保護者を対象に生活習慣、特に早く就寝することの大切さの説明と入学に際し、早く就寝する習慣をつけて欲しいということを校長が話した。

2/ 8 学校保健委員会開催

起床時刻、授業中の眠気、朝食の摂取、ゲームや携帯電話の使用時間、自己評価等の課題について校長と養護教諭、保健師が情報共有し、対応を協議した。また、入学説明会の報告を行った。

②地域課題に応じた生活習慣改善プログラムの実施について

地域の子どもと高齢者等の交流会・食事会の実施

梅が丘地域のボランティアグループ「女性のひろば」から小学校に、地域の子どもと高齢者等の交流会・食事会を夏休み中に共同実施できないかとの話が持ち込まれた事について、本事業で関わっていた地区担当保健師に相談が入った。地域のボランティアと学校、地域づくり組織が関係し、食生活改善、食育推進に取り組む機会になるとの目的で、三者の調整を行い、8月10日と24日の両日、梅が丘市民センターの調理実習室を活用して、小学生が、ボランティアや教諭、地域の高齢者と一緒に調理体験を行い、交流するプログラムを実施した。

地域のまちづくり推進協議会との課題・情報共有

名張地区まちづくり推進協議会の会長に、平成30年2月20日、名張小学校のアンケート調査による起床時刻や習い事の回数、寝る直前までのゲーム等の使用についての課題を共有した。その結果、地域づくり組織の活動として次年度の計画に子どもの健康と生活習慣に関する取組を企画する方向になった。

4. 事業の実施により得られた成果・効果

1. 本事業について、教育委員会と福祉子ども部で、名張市内の小中学校と地域との関係状況等の情報共有を中心に研究協力校についての調整を重ねる中で、教育委員会と福祉子ども部との間に地域に関する共通認識が生まれ、コミュニティスクールの推進も含めて

本事業を活用していこうという方向性が生まれた。

2. 地区担当保健師が、6月8日名張中学校、6月9日比奈知小学校、6月13日名張小学校、6月14日梅が丘小学校を訪問し、学校長、養護教諭等に本事業についての説明を実施した。

その際、学校関連シート（別紙1）により

- ①学校保健委員会の開催状況や構成メンバーに地域住民を含んでいるか、地域に期待することや地域との関係で困難に思うことはあるか等地域と学校の関係性
- ②生活習慣病やがん教育などの授業について地区担当保健師が外部講師を努めることのできる情報提供とそれ以外の外部講師招聘に関わる調整や予算の協力ができるといった情報の提供
- ③この度のアンケート調査以外に生活習慣に関するどんな調査がおこなわれていて、子どもやPTAにどう返しているのか、この度のアンケートの負担感
- ④コミュニティスクールの推進状況と学校としての思い、地区担当保健師が協力できること、地域づくり組織とのかかわりの現状等について聴き取りを実施した。

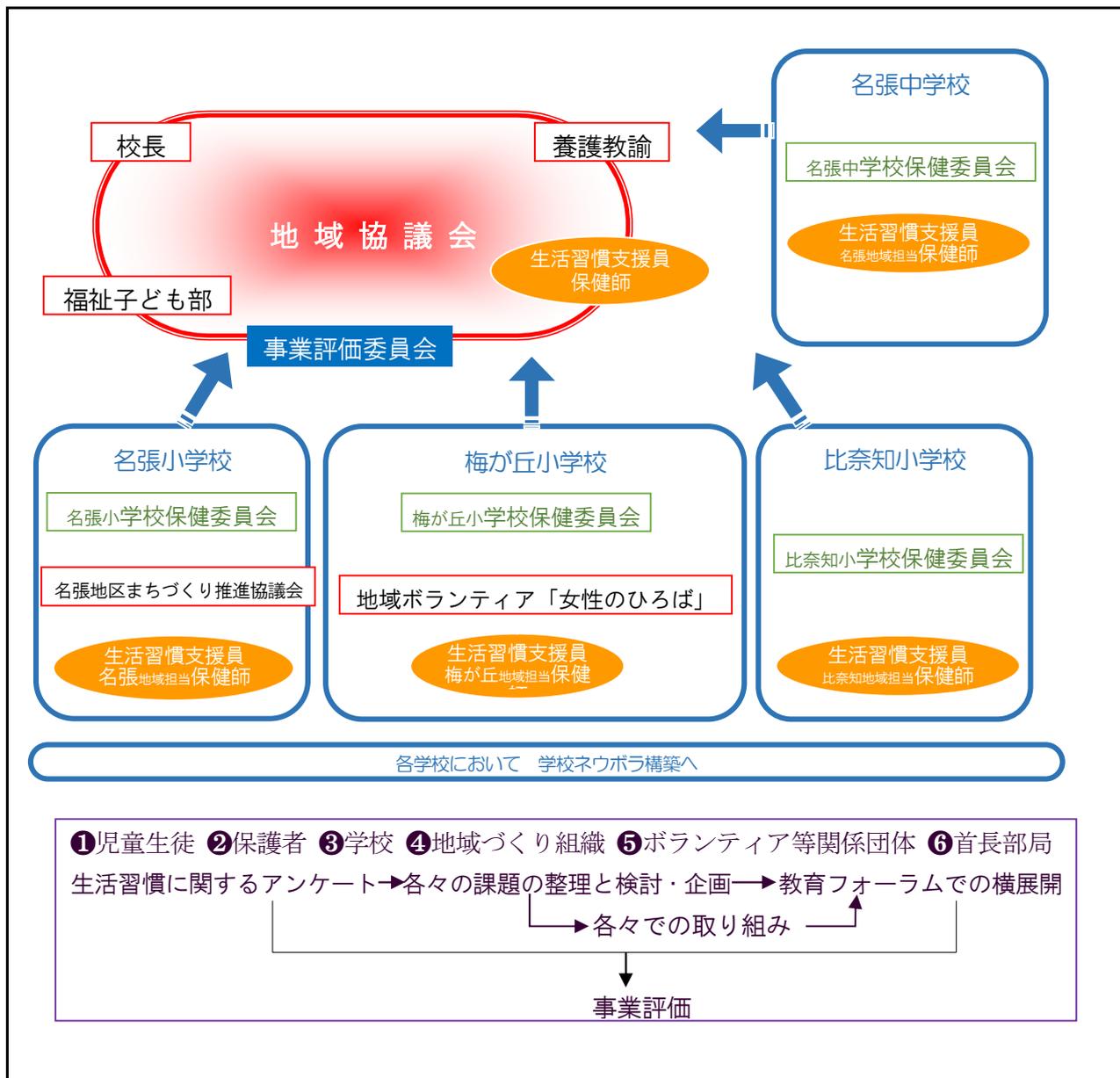
結果、

学校保健委員会は、年1回程度で、地域住民の参加はなかった。生活習慣病予防に関する授業についての希望があった。このアンケート以外の生活習慣に関する調査は、実施されていて「ほけんだより」等で結果を返していること。コミュニティスクールの推進については、教育委員会と進めているが、地域についての不安感があること。地域づくり組織が花壇の整備等で学校に入っている現状等

が聞き取れ、生活習慣に関する授業やPTA講演を一緒に行い、その際にアンケート結果を入れながら、生活習慣改善に向けた取組とすることを話し合った。

3. 学校保健委員会では、医師や歯科医師、薬剤師等が、アンケート結果に対しそれぞれの立場から話し合い、学校健診による異常や疾病だけでなく、「寝ない子と肥満」や「夜更かしによる夜食と齲歯」など子どもの良い生活習慣を作ることの重要性や生活習慣病予防につながる事を再確認する機会となった。
4. 事業を通じ、梅が丘小学校と地域のボランティア団体「女性のひろば」との関係性を強化することができ、継続的に事業を行うこととなった。
5. 教育フォーラムでの発表（別紙2）を通して、他校への拡散が図れた。
6. 名張地区まちづくり推進協議会と名張小学校のアンケート調査による課題を共有したことで、地域づくり組織として、小学生中学生を学校と共に育てるといった機運が生まれ、地域づくり組織の活動として次年度の計画に子どもの健康と生活習慣に関する取組を企画する方向になった。
7. 地区担当保健師が授業に入ることで、成人期の生活習慣病予防(がん予防含む)やこころの健康づくり、性教育等と連動させ、切れ目のない健康づくりの意識が図れた。

5. 事業の実施体制（再委託先まで含めた事業実施体制について図示すること。）



6. 実施スケジュール

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
学校保健委員会					○			○			○○	
地域協議会			○					○				
アンケート調査				○								
授業								○	○	○		
PTA講演会										○		
教育フォーラム								○				
地域での取組					○						○	

7. 事業の評価にかかる項目（事業実施前後のアンケートの実施等による事業全体の評価体制、評価手法、評価の結果）

地域協議会に評価委員会を設置し、スーパーバイザーによる評価を行った。

首長部局からこの事業に取り組むにあたり、

1. 学齢期から自分の体と心の健康を自分で守るための知識や経験を身につける。
 2. 学校保健と一緒に取り組み、養護教諭との定期的な情報共有や共同事業を実施する。
 3. 学校保健委員会の医師や歯科医師、薬剤師を巻き込んだ協働体制を構築する。
- という副次的な成果を求めた。

さらに、

1. 子どもの健康を守るために大切な家庭の力が弱くなっている現状認識の共有。
 2. 家庭に代わる、または、補うために地域の力が働く仕組みづくり。
 3. コミュニティスクールの推進
- という成果も求めた。

これらを背景とした取組内容として

1. 研究協力校小学校3校と中学校1校にアンケート調査を実施し、分析結果を校長、養護教諭と共有。
 2. 学校保健委員会に報告し、情報を共有。
 3. PTA 主催講演会の実施、新入生説明会での啓発、健康に関する授業等の実施。
- を進めた。

一方、取組を進めた結果、

1. 学校との関係性構築と学校での事業展開に時間がかかり、地域での十分な展開まで至らなかった。
 2. 名張市内の全学校への展開にならなかった。
- という課題もあげられた。

上記の事業取組の背景、取組内容、取組結果を評価委員会に報告し、以下の評価を受けた。

1. 名張市内の全学校に広げる取組が必要。例えば、寝る前に本を読む習慣をつける。（寝る2～3時間前からは、スマホは見ない。）午後9時になったら本を読んで寝よう。本を読むと眠くなる。というような具体的な取組例を示していくべき。
2. 生活習慣を糸口にした地域での展開は、個々の家庭生活のことなので展開が難しい。そこで、地域ボランティアが学校へ介入できる仕組み例えば、朝の授業が始まる前や給食の時間に本の読み聞かせをしてもらう等本読みボランティアと生活習慣のマネジメントを一体的に推進すべき。

という意見をいただいた。

今後も継続的に地区担当保健師が、学校・学校保健委員会に関わる関係ができたので、地域づくり組織との調整を図りながら、具体的な取組の実現を図る。