

令和4年度

奈良県立奈良西養護学校 学校保健委員会

日時 令和5年2月2日(木)
13:00～14:15
場所 会議室

開催要項

- 目的 本校児童生徒の健康の実態等を共通理解し、その健康問題を協議することで、今後の学校保健推進に努める。
- 日程 13:00～ 開会のあいさつ
13:05～ 1 報告・検討
 - (1) 学校保健計画今年度の取組
じぶんのからだをしよう ～感染予防につながる指導～
2年目：心と睡眠 本校の実態調査 報告
 - (2) 食育推進への取組
給食、食に関する指導 等
 - (3) 学校保健に関するまとめ
学校環境衛生、健康診断、保健室利用状況、救急受診、感染症への対応 等
- 13:50～ 2 指導、助言
- 14:10～ 閉会のあいさつ

1 報告、検討 (1) 学校保健計画今年度の取組

重点目標

「じぶんのからだをしよう 清潔、心と睡眠、栄養
～感染予防につながる指導～」
2年目：心と睡眠 本校実態調査報告

心と睡眠に関する実態調査

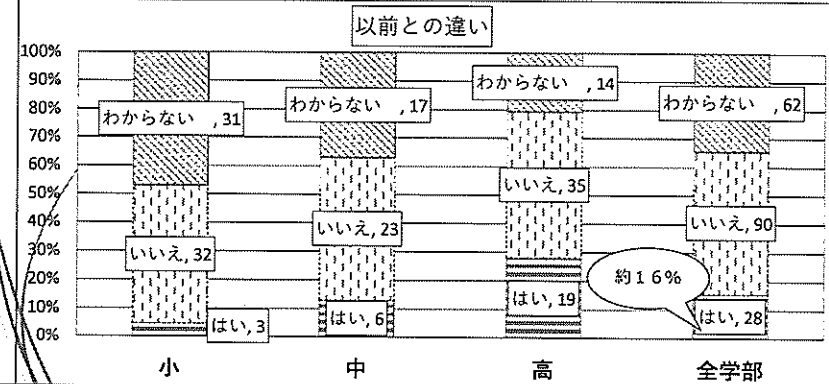
- 目的 コロナウイルス感染症の感染拡大が及ぼす、本校児童生徒の心理的影響について調査を行い、実態を把握する。
- 時期 令和4年10月～11月
- 方法 アンケート調査
 - ①保護者
 - ②教師

①保護者へのアンケート

回答数 180
回収率 81%

<心や気持ちについて>

コロナ禍の現在とそれ以前（令和元年以前）との違い

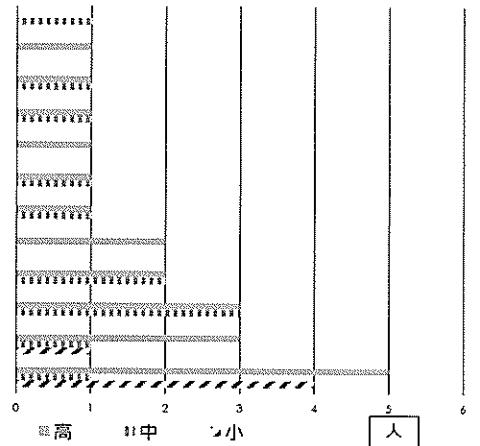


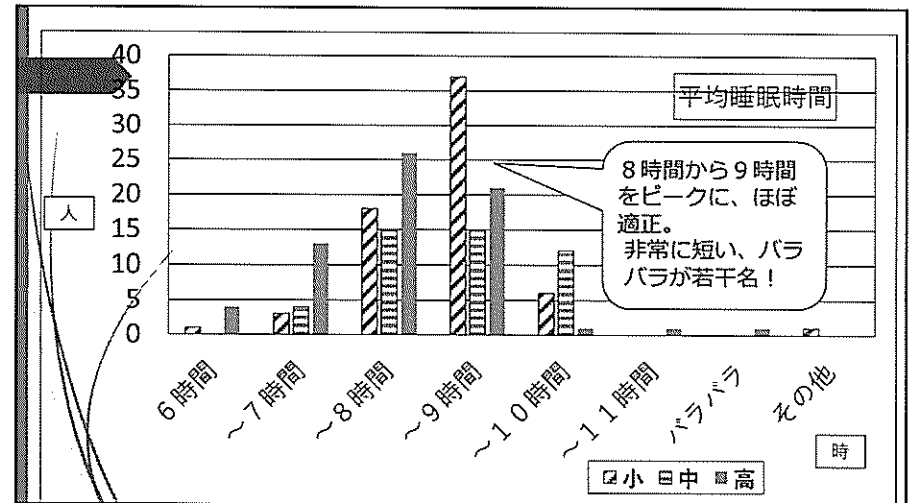
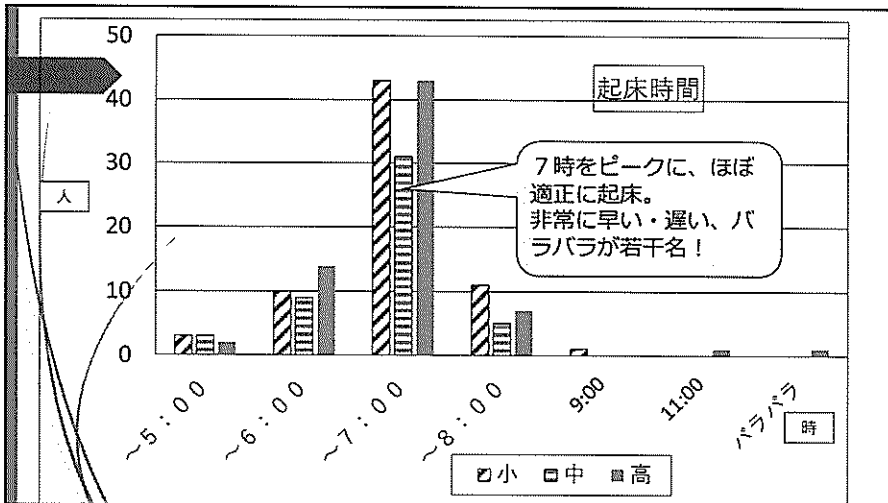
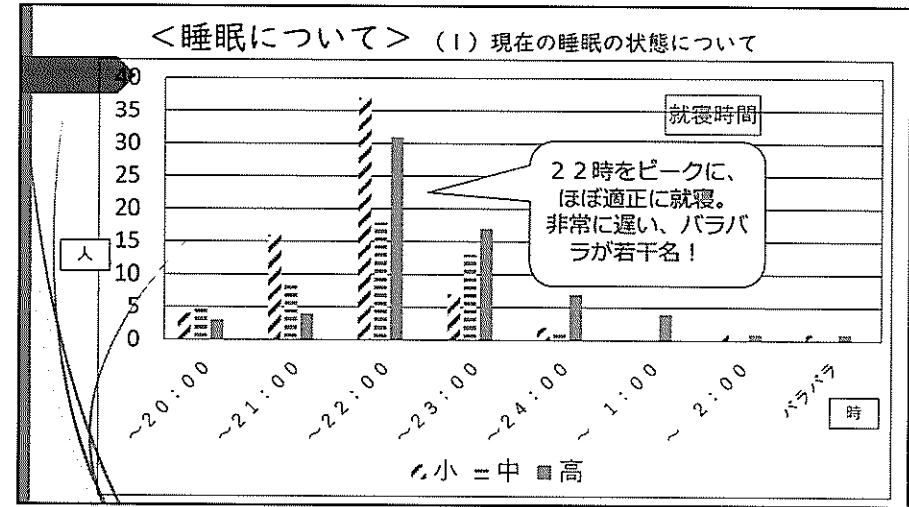
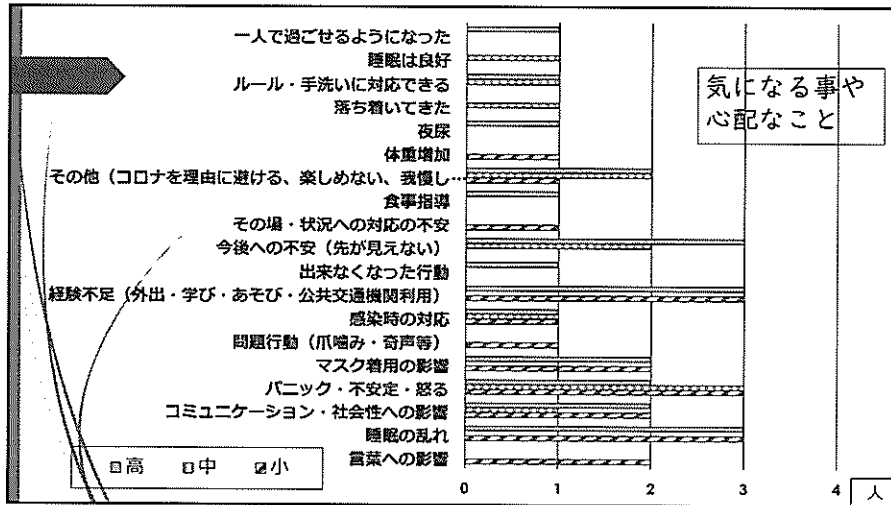
コロナ禍の現在とそれ以前（令和元年以前）との違い

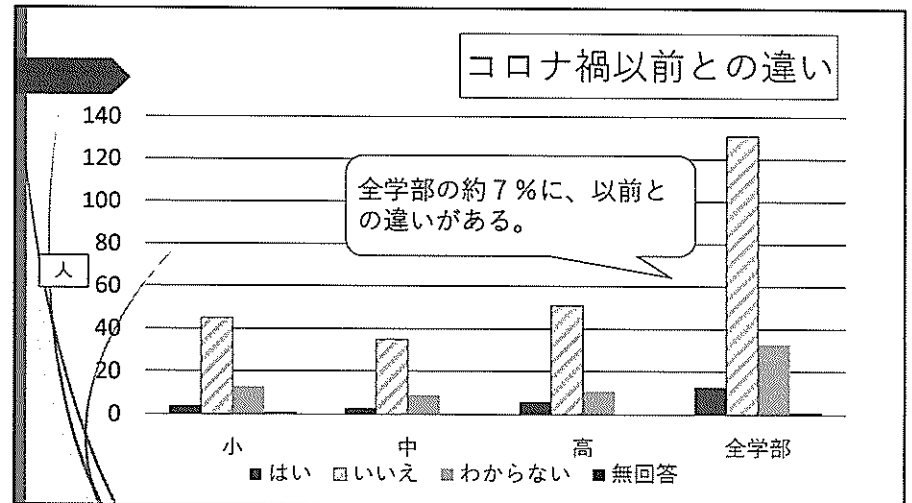
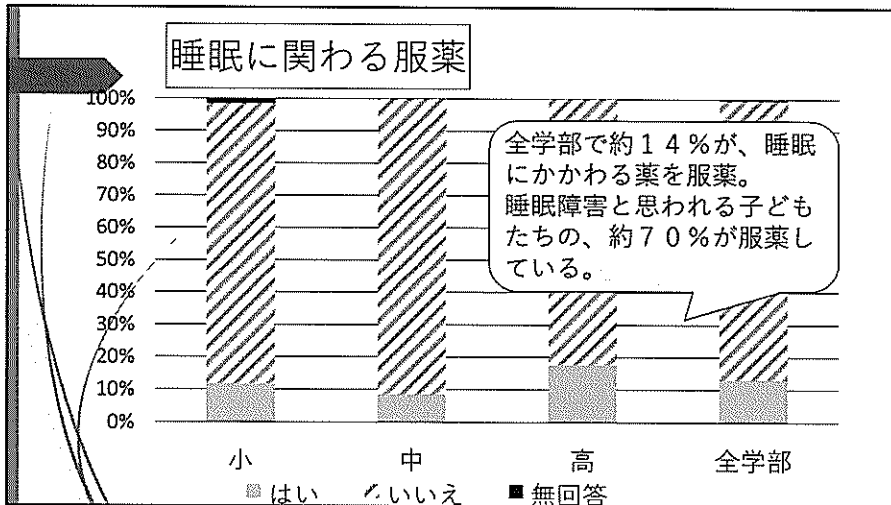
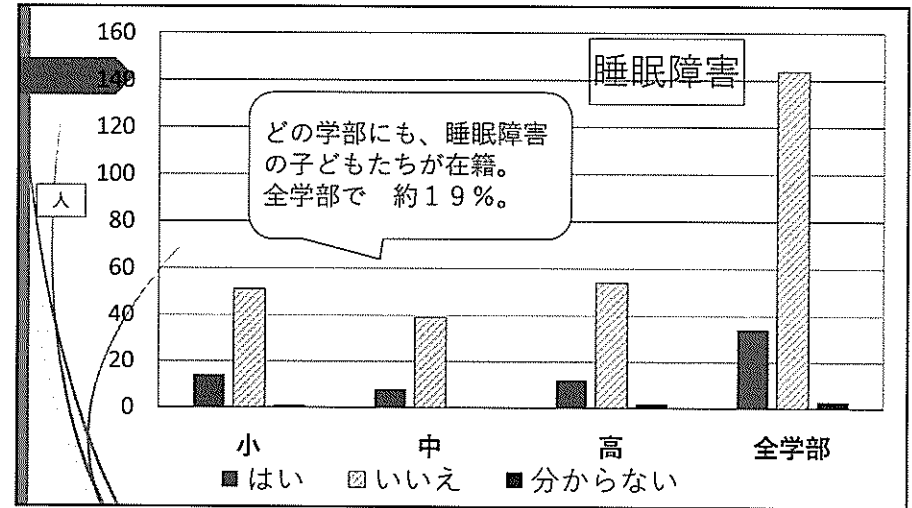
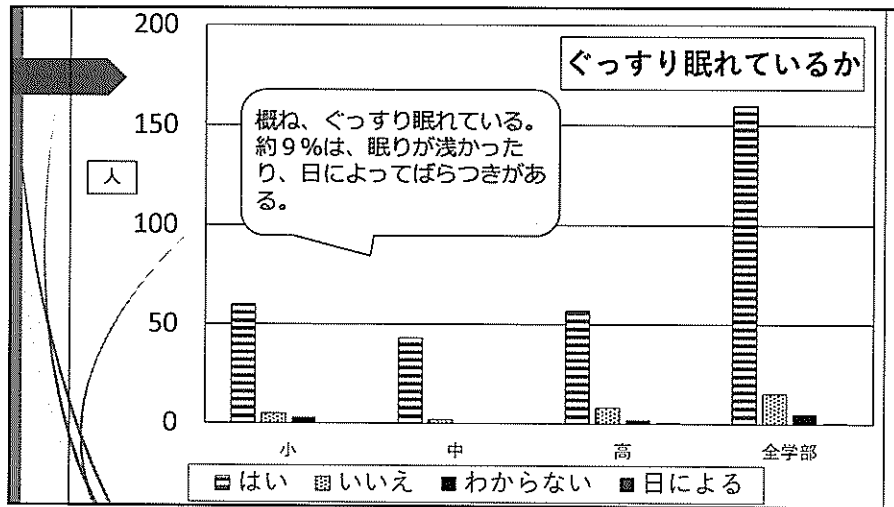
- 「わからない」「いいえ」が多いが、「はい」が全学部で約16%。影響を受けている子どもたちは少なくはない。
- 「いいえ」は、どの学部も約50%。
- 年齢が高くなるにつれて、「わからない」が減少し「はい」が増加。
- 高等部では、「はい」と答えた“コロナ禍以前との違いのある生徒”が30%近くにのぼる。
- 年齢が高くなれば、保護者に違いが分かりやすかったり、生徒が伝えたり、表現出来る事も影響があると考えられる。

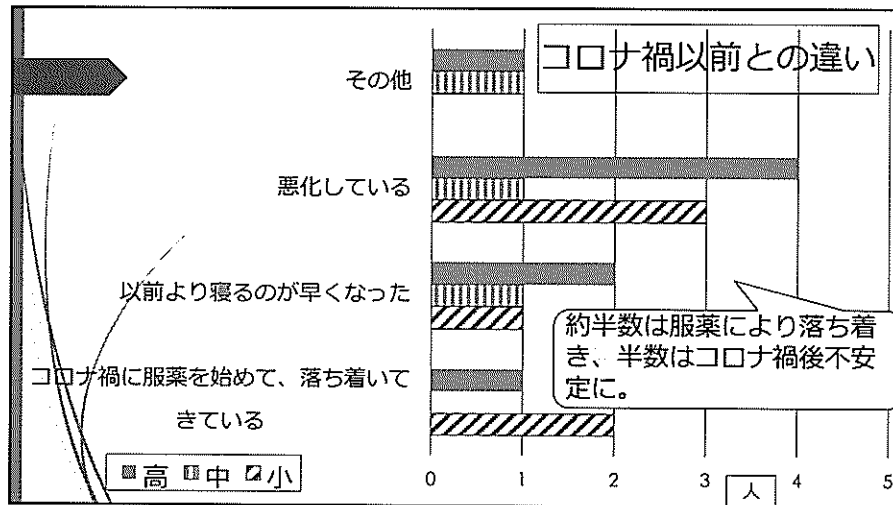
どのような変化

- 対応ができるようになった
- 苦手な事への対応が困難
- 今後への不安・いつまで続くのか
- ソーシャルディスタンス
- 発音が不明瞭
- 表情での判断がしづらい
- 生活リズムの崩れ・生活の変化
- 変更・急な自宅待機に関する不安
- マスク着用に関する不安
- 外食・外出に関する不安
- 感染への恐怖・気を使う
- イライラ・不安定

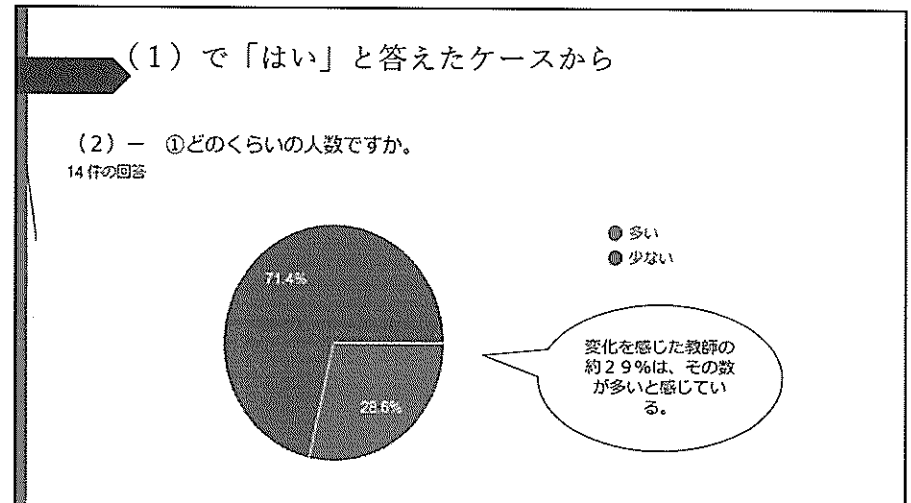
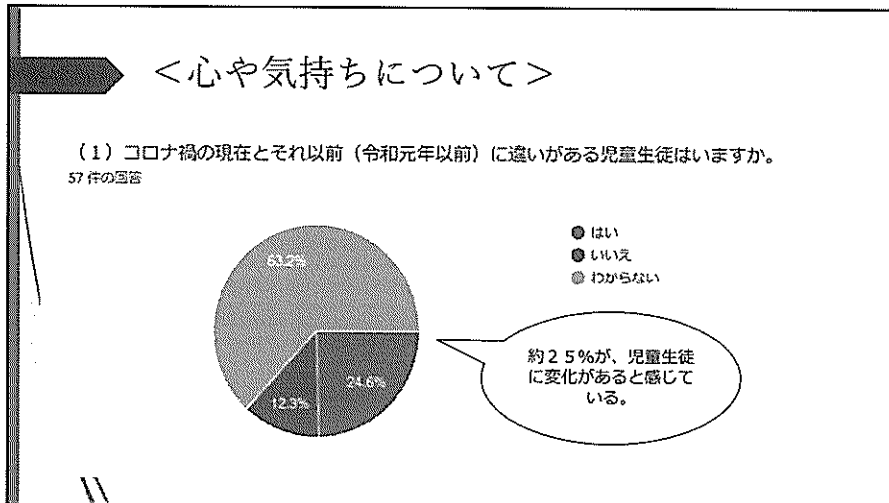








②心と睡眠のアンケート(教師)



(2) ②どのような変化か

- ▶ 以前できていた事（外出、人との関わり、授業等）ができなくなり、イライラや情緒不安定
- ▶ 教師への関わり・接触・ふれあいをより求める
- ▶ マスク着用による表情が読みにくい、コミュニケーションが薄くなった、言葉数が少ない
- ▶ 感染を過度に気にする、恐れる
 - 宿泊行事に参加できない
 - 大きな集団に入ることに抵抗がある
 - 登校への支障、欠席
 - 友達の体調不良に敏感になる
 - マスクが取れない

(3) 気になることや心配なこと

- ▶ コロナによる活動制限
 - 経験させたい活動を十分にできない、経験不足
 - コミュニケーションに課題のある児童生徒への支援への支障・不十分さ
- ▶ 認識の高い生徒に手洗いができない生徒が増えている（一部）
- ▶ 生徒達の、今の状況への理解（十分では無い）
- ▶ マスクを外すことに抵抗を示す、外せない、着用していない人への抵抗感
- ▶ 聴覚過敏等がより過敏に
- ▶ 表情・食事の様子が分かりにくい、発音・聞き取りへの支障
- ▶ 児童生徒の欠席理由が複雑になった
- ▶ 今後の行事・授業の実施方法
- ▶ マスク着用が困難な児童生徒への配慮の複雑さ
- ▶ 登校に支障がある児童生徒への今後の対応
- ▶ 地域ではストレス等の情報が種々あるが、本校の実感には充分には把握しづらい
- ▶ 保護者の不安が大きいと感じる
- ▶ 家庭とのつながりが薄くなった

2. 子ども達の睡眠について気になること (保護者からの情報等から)

- ▶ 睡眠が浅かったり、短くなったり、夜更かし（ゲーム、ネット、タブレット等）、帰宅が遅い家族を待つ 等々
 - ぐっすり眠れないと、睡眠障害や生活リズムが不安定になる
 - 学校で眠かったり、不機嫌
- ▶ 精神的安定と運動量の確保、医療との連携で対応されている（苦慮）
- ▶ どのように返答するか、どのように対応するか迷う
- ▶ 深夜の暴食、年齢が高くても昼寝が常習している等への家庭との連携・対応が難しい
- ▶ コロナとの関係は聞いていない

まとめ〈心や気持ち〉

- ▶ 保護者のアンケートから、コロナ禍以前との違いがある児童生徒は、全学部で約16%。高等部においては30%近くに登る。
- ▶ 情緒不安定、ストレスがたまるだけでなく、マスク・外食・外出への不安や、生活そのもの、言葉や人の表情の認知等にも影響があり、コミュニケーションがより取りづらくなっている事がうかがえた。
- ▶ 約25%の教師においても、コロナ禍以前との違いがある児童生徒がいると認識し、その教師の約29%は、違いのある児童生徒が多いと感じていた。
- ▶ 「気になること、心配なこと」は、保護者と教師に共通して、子どもたちにストレスが溜まっており、行動制限や経験不足が、今後更に及ぼす心への影響や、言葉やコミュニケーション能力や社会性への影響で、不安が大きい。

まとめ<睡眠>

- 起床時間、就寝時間、睡眠時間については、概ね変化が無く適正と言えるが、若干名の児童生徒は睡眠に乱れがある。約9%は、眠りが浅かったり、日によってばらつきがある。
- 睡眠障害の子どもたちは、どの学部にも在籍しており、全学部で約19%。
- 全学部で約14%が、睡眠にかかわる薬を服薬。睡眠障害と思われる子どもたちの、約70%が服薬している。
- 全学部の約7%に、コロナ禍以前との違いがあり、睡眠に乱れが出たり、就寝が遅くなったりしている。
- コロナ禍に服薬を開始したケースもあり、以前との違いがある児童生徒の半数は安定し、半数は悪影響を受けている。

- 睡眠については、概ね影響が見られないが、睡眠障害や就寝が遅くなる子どもたちについては、今後も家庭との連携を取り、注視していく必要がある。
- 心への影響は、現時点でも影響を受けている子どもたちが少なくは無い。その上、今後、さらに続くコロナウイルス感染症への対応が、既に生じている経験不足やストレスに及ぼす影響が懸念される。保護者の不安も大きく、保護者との連携を重ね、授業や行事について、今後も更に検討を重ねていく必要があると言える。