

## 学校保健部会

佐々木 弘子

# 子どもの健康実態にこだわって

東京民研学校保健部会では、一九九八

年に「子育てこれだけは・・・」を発行しました。その内容を見て、担任の先生方は、教室での子どもの実態（朝から床に横になったり、すぐ疲れたり）が、実は「子どものからだのおかしさ」から来ていることがわかり、反響をよびました。

二〇〇四年に「子育てこれだけは・・・Ⅱ」を発行し、以前のものと比較してみたところ、就寝時間は大幅に遅くなっています。しかし、疲労調査では中学生の八割が「眠い」と答えていたり、「ちよっとしたことが思い出せない」が三五%、「肩がこる」「腰がいたい」が中学生の三〇%近くにもものぼっていることがわかり、愕然としました。

私たちは、この結果を全国教研や保育園の先生方の研究会、PTAの勉強会な

どに出向き、訴えてきました。

### 食生活の実態は

子どもの生活リズムを確立させるとりくみは、養護教諭の永遠のテーマで、この学校でもきめ細やかなとりくみをしてきました。そんな時、文部科学省が「早寝・早起き・朝ご飯」のキャンペーンを張るようになりましたが、私たちのとりくみとは少し違うように感じました。「なぜ食べてこないのか」・・・これは、子どもをまるごとつかんでいかないと、とおりいっぺんの指導になってしまうのです。今や貧困・格差が子どもたちの中にもおびえてきています。親のリストラや夜遅くまでの就労が大きく影響しているのですから。

夏休みになると体重が減ってしまう小学生。熱があっても、お母さんは仕事が抜けられず、六時まで預ってくださいとお願いされることもあるのです。食育が推進されるようになってきていることと裏腹に、家庭での食生活は必ずしも豊かにはなっていないように感じます。

### 「貧血検査」を実施して

高校生の四割が貧血のために献血ができませんという実態を知り、中学生の実態はどうなのか、埼玉大学野井真吾先生の指導のもと、「貧血検査」を実施したところ、中学生の三割に軽度の貧血傾向があることがわかりました。運動部でバリバリに活動している女子に強度の貧血の割合が高いこともわかり、実際に数値で自分のからだの状態を知ると、貧血改善に向けて、家族と話し合ったり、自身自身が食べることを意識したりした生徒が七割にも上りました。

私たちは、今後も子どもたちのからだと心にこだわって調査や研究をしていきます。  
(豊島・池袋中)