

高養研

発行 北海道高等学校養護教諭研究会
 事務局 北海道札幌西高等学校
 〒064-8624 札幌市中央区宮の森4条8丁目1番地
 TEL 011-611-4401 FAX 011-611-4403
<http://koyoken.satsukita.ed.jp/myks/hyousi.html>



北海道高等学校養護教諭研究会

会長 小島 晶 夫

(北海道札幌西高等学校長)

「不思議な砂の城」

平成29年度より、大鐘秀峰前会長の後を引き継ぎ、北海道高等学校養護教諭研究会（高養研）の会長を務めることになりました。30年を超える歴史を持つ高養研の一層の充実、発展に向けて微力ながら尽力させていただきたいと思っております。どうぞよろしくお願いいたします。

さて、早いもので、今年度もすでに1ヶ月が経過しました。各学校では、年度当初の恒例行事が一通り終了し、ほっとしているところでしょうか。特に、健康診断をはじめ各種検査に追われた養護教諭の皆様におかれましては、本当にお疲れ様でした。

しかし、ここからがまた、養護教諭の「腕の見せどころ」となる時期でもあります。五月病という言葉がありますが、春は、高校入学、クラス替えなど、生徒にとっては大きなストレスを感じる時期です。ここまで、懸命に頑張ってきた新入生はもとより、2・3年生にも、少なからず心身に疲れが見え始める時期です。きめ細やかに観察するとともに、変調をきたしている生徒を見逃さず、担任や関係機関とも連携して組織的に対応する必要があります。また、同時に、その予防ともなる健康な体づくりについて指導することも効果的です。

分子生物学者の福岡伸一は著書「生物と無生物のあいだ」で、生物の体を、波が寄せてはかえす位置に作られた「砂の城」にたとえています。

「砂の城」は、荒々しく吹き付ける海風や、時に押し寄せる波に洗われて、絶え間なく砂粒が失われていきます。ただの「砂の城」であれば、しだいに崩れていき、最後は形すらなくなってしまはずです。しかし、生物の体という「砂の城」は、不思議なことに時間が経過しても姿を変えません。それは、失われていく砂粒が、次から次へと、すぐに別の砂粒で補修されているためです。

生物の体でいうと、砂粒にあたるのは水素、炭素、酸素、窒素などの主要元素からなる分子であり、私達はこれらを食物から摂取しています。摂取された分子の一部が、砂粒として体を構成するタンパク質に取り込まれていくのです。そして、不要となって失われた砂粒は、同時に分解されて体外に捨てられます。

このように、体のありとあらゆる部分は、ある程度の速さで絶えず新しいものと置き換わっているのです。私達自体は個体として変化を感じていませんが、実は分子のレベルでは、半年、あるいは一年ですっかり入れ替わってしまいます。健康な体を維持するためには、バランスよく、しっかりと食事をとらなくてはならない理由がここにあるのです。

心身ともに健康であることが高校生活全ての土台となります。一人ひとりの生徒が、新学期、順調なスタートを切るために、健康な体づくりに向けたご指導をよろしくお願いいたします。

第32回研究協議会のご案内



【開催日】 平成29年7月27日（木）・28日（金）

【日程】

27日 (木)	12:30	13:00	13:20	15:20	15:45	28日 (金)	9:15	9:30	10:00	11:30	12:00	13:20	15:20	
	受付	開会式	講演1		地区幹事会		受付	総会	研究発表	情報提供	昼食	講演2	閉会式	会場復元

【場所】

北海道札幌北高等学校記念館 彩風館 〒001-0025 札幌市北区北25条西11丁目 電話 (011) 736-3191

<交通機関>

- ・地下鉄南北線北24条駅 1番出口より徒歩15分
- ・JR学園都市線新川駅より 徒歩18分

※駐車場がありませんので、車でのご来場はご遠慮ください。

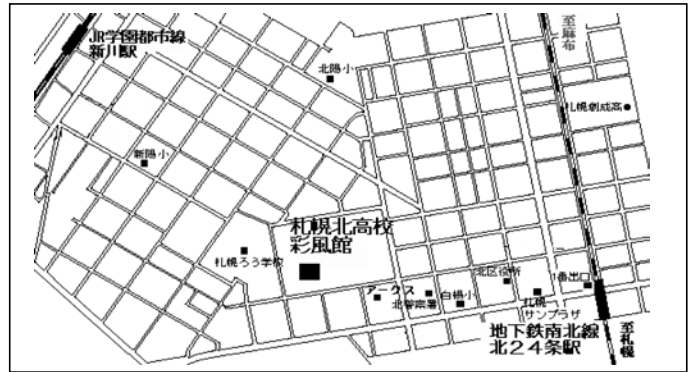
【昼食】

28日（金）の昼食は、27日（木）の受付横で、お弁当の引換券を販売しますので、ご利用ください。

【参加対象】

北海道高等学校養護教諭研究会会員

※会場の収容人数の都合上、事前にお申し込みいただいた方のみ参加となります。



《第1日目》

講演 1

「全力疾走 ～どこにでもチャンスは転がっている～」

講師 元プロ野球選手（元日本ハムファイターズ）
森本 稀 哲 氏

プロ野球選手を引退しても、なお心に留めている言葉。それは「全力疾走」。全力疾走している人が発するエネルギーが自然と周りに伝播していく。そして、また一人、また一人と全力疾走をする選手がチーム内に増えていく。そして、その輪が広がり続け、いつの間にか大きな一体感を作り上げていた。だからこそ、自分だけでも「全力疾走」をする自分であり続けた。とはいえ、ただやみくもに全力疾走をしていたわけではない。いつでも、ちゃんとチャンスに気づいていた。時には石ころのように、時にはボールのように転がっているだけ。チャンスはやってくるものではなく、それをチャンスと認識できるかどうかだけである。

2007年、新庄選手などの主力選手が抜けた後のリーグ優勝。自身の全力疾走人生が呼び起こした引退試合での小さな奇跡。その時、何が起こっていたのか？17年間の現役時代を通して学んだ「チャンスの考え方」を中心に語る。

【略歴】

帝京高校の主将として甲子園に出場。

1999年ドラフト4位で日本ハムファイターズに入団

2006年には1番レフトとして活躍、チームを日本一に導く

2011年横浜ベイスターズ（現横浜DeNAベイスターズ）移籍

2014年埼玉西部ライオンズへテスト入団

現在は、経営コンサルティングを手掛ける『CKPLAT』に所属。野球解説やタレントのほか、ビジネス関係の講演も行っている。

【メディア】

■TV出演

2016年 5月 NHK「サンデースポーツ」（※マンスリーキャスターとして）

2016年 4月 EX「ハナタカ優越館」

2015年12月 BS-JAPAN「ネオスポ」

■レギュラー番組

GAORA「GAORA プロ野球中継」隔週土曜野球解説（2016年～）、TVh「TVhファイターズ中継」（2016年～）、UHB「野球道～挑戦～」（2016年～）、UHB「みんなのテレビ」毎週月曜コメンテーター（2015年12月～）、STV「どさんこワイド!!朝!」（2015年11月）、HBCラジオ「HBCファイターズナイター」（2016年～）



《第2日目》

講演 2

「ニューロサイエンスから発達障害はどうみえるか」

講師 北海道大学大学院医学研究院児童思春期精神医学分野

齊藤 卓 弥 氏

21世紀は、こころの世紀とも呼ばれている。19世紀からヒトの行動の起源が、「mind（こころ）かBody（脳）」あるいは「nature（遺伝）かNurture（環境）」のような二者択一的な思考に支配されてきた。過去50年の科学の進歩は心理学・精神医学とニューロサイエンスあるいは分子遺伝学と最接近させる機会を作った。この進歩は、ヒトの心理的な現象の脳レベルでの解明、あるいはヒトの人格・行動に環境と遺伝がどのように関わっているかについて、多くの洞察を与えてくれるようになってきた。この講演では、最近注目をあびている発達障害に関して、ニューロサイエンスの視点から脳と環境の相互関係を中心に最新の知見を解説する。このような発達障害の理解は、日常的に発達障害の子どもたちに接する際に、より深い理解も持って子どもたちに接することを可能にするものと思われる。

【略 歴】

- 1987年 日本医科大学 卒業、日本医科大学付属病院研修医（精神医学）
 1992年 日本医科大学神経科医員助手、コーネル医科大学精神科ニューヨーク病院留学
 1993年 アルバート・アインシュタイン医科大学モンテフィオーレ病院精神科研修医
 1997年 アルバート・アインシュタイン医科大学精神科研究生（生物学的精神医学）
 1997年 ニューヨーク州医師免許取得 2000年-2005年アルバート・アインシュタイン医科大学精神科助教授
 2001年-2005年 日本国外務省在ニューヨーク総領事館精神科顧問医
 2002年-2005年 ニューヨーク日本人教育審議会・教育文化交流センター教育相談室顧問医
 2005年-2014年 日本医科大学精神医学教室准教授、日本医科大学教育推進室准教授
 2014年 北海道大学大学院医学研究科寄付講座児童精神医学講座特任教授
 2017年 北海道大学大学院医学研究院児童思春期精神医学分野特任教授



【著書・出版物】

- 〈共 著〉子どもに対する薬物療法203-228「子どもの精神医学入門セミナー」（傳田健三、氏家武、齊藤卓弥編著）岩崎学術出版社2016
 〈分担執〉注意欠如・多動症（注意欠如・多動障害）1503-1505「今日の診断指針第7版」（金澤一郎編）医学書院2015、思春期女子のうつ病53-70「女性のうつ病 ライフステージから見た理解と対応」（松島英介編）メディカル・サイエンス・インターナショナル2015、抑うつ尺度7-9「子どもの心の処方箋ガイド」（齊藤万比古編）中山書店2014、月経前不快気分障害283-285「齊藤万比古 子どもの心の処方箋ガイド」中山書店2014、重篤気分調節症286-290「齊藤万比古 子どもの心の処方箋ガイド」中山書店2014、成人期ADHDの併存障害67-76「成人期ADHD診療ガイドブック」（樋口輝彦 齊藤万比古監修）じほう2013、児童・青年期の気分障害330-333「今日の精神疾患治療指針」（樋口輝彦ほか編集）医学書院2012、児童精神科領域における薬物療法173-19「児童青年精神医学セミナー」（日本児童青年精神医学会監修）金剛出版2009、他多数

研究発表

「小規模校の養護教諭奮闘記 ～保健室の日常と校内連携～」

発表者 北海道天塩高等学校

宇 野 芙 美 氏

留萌管内は高等学校7校と高等養護学校1校の計8校あり、平成30年度には留萌高校と留萌千望高校の2校が統合され7校となります。

本校は管内最北の公立高校で、普通科の小規模校です。地元中学校出身の生徒のほか、近隣町村の中学校出身生徒も多く、全校生徒の約7割はバスで通学しています。また、町から多くの支援を受けており、地域に支えられ、見守られながら生徒は高校生活を送っています。明るく素直な生徒が多く、全体的に落ち着いてはいますが、限られた規模の中での人間関係に悩みを抱えている生徒、通院している生徒など、それぞれが抱えるものは心のことから身体に関わることまでさまざまです。

私自身、採用から今年で3年目になりましたが、何ができるのか、やるべきことは何なのか今も迷いながら、小規模校の養護教諭としてできることを模索しています。研究発表では、小規模校の保健室から見えてきたこと、校内連携について取り組んできたことを中心に発表させていただきます。発表では未熟な部分が多々あると思いますが、参加される先生方からの貴重なご助言・ご示唆をいただきたいと思ひます。

情報提供・研究発表助言者

「学校保健の課題とその対応」

北海道教育庁学校教育局健康・体育課学校保健・体育グループ

指導主事 篠原 弥智 氏

研修報告

「全国養護教諭連絡協議会第22回研究協議会に参加して」

発表者 北海道根室高等学校

佐々木 真夕 氏

この度、東京メルパルクホールで行われました「全国養護教諭連絡協議会第22回研究協議会」に参加して参りました。

「時代の変化に対応した養護教諭の役割を追究する—子供たちの未来を支える健康診断の在り方とは—」をテーマに、子どもたちの健康課題を解決するために、保健管理の中核である健康診断を最大限に活用・発展させた実践から、健康診断の意義と役割について改めて理解を深める内容の研究協議会でした。

特別講演では、順天堂大学医学部附属順天堂医院院長で心臓血管外科教授である天野先生ご自身の患者への想いや、自分の使命に向き合う姿勢に深く感銘を受けました。

基調講演とフォーラムでは、北海道でも話題に上がっているLGBTやがん教育、運動器検診等について法律や施行規則を再確認しながら、実際に何を大切にしていかなければならないかを考えることができました。

全国から集まった1000人近い養護教諭の皆さんとともに、大変貴重な時間を過ごさせていただきましたこと、大変感謝しております。今後も日々の執務の中で養護教諭の役割を追求し続け、時代の変化に対応できるように、研鑽を積んで参ります。

事務局連絡

今年度は次のメンバーで運営していきますので、よろしくお願いいたします。

平成29年度北海道高等学校養護教諭研究会 役員名簿

会 長	小島 晶夫	北海道札幌西高等学校	事務局員	関 澄恵	北海道札幌北高等学校
副 会 長	齊藤 淳子	北海道野幌高等学校		笹谷 幸	北海道札幌南陵高等学校
事務局長	滝川 智子	北海道札幌西高等学校		中道真由美	北海道札幌白石高等学校
会 計	鈴木 郁子	北海道札幌北陵高等学校		上村 元美	北海道札幌手稲高等学校
事務局次長	岡 香	北海道札幌月寒高等学校	顧 問	湯浅 純人	北海道札幌あすかぜ高等学校
事務局員	佐藤 弘美	北海道札幌工業高等学校		渡邊祐美子	北海道平取高等学校

平成29年度北海道高等学校養護教諭研究会 地区幹事名簿

石 狩 山浦 敏恵	北海道札幌あすかぜ高等学校	宗 谷 十川 光穂	北海道枝幸高等学校
道 南 武田 理恵	北海道函館中部高等学校	オホーツク 村上 静香	北海道小清水高等学校
後 志 佐々木良子	北海道小樽商業高等学校	釧 路 鈴木 祥子	北海道釧路北陽高等学校
空 知 佐藤 里美	北海道岩見沢農業高等学校	日 胆 伴野 美穂	北海道登別青嶺高等学校
上 川 久保 佑美	北海道剣淵高等学校	根 室 佐々木真夕	北海道根室高等学校
留 萌 今川 綾花	北海道羽幌高等学校	十 勝 浅見喜代美	北海道更別農業高等学校

ホームページ委員会より ホームページアクセス方法

ホームページを
ご利用ください。

研究会の様子などがご覧になれますので、どうぞご利用ください。

【アドレス】 <http://koyoken.satsukita.ed.jp/myks/hyousi.html>

このホームページから、北海道教育委員会、北海道教育研究会、全国養護教諭連絡協議会、文部科学省のホームページへもリンク出来ます。

