

研究主題

自ら健康な生活を実践する力を身に付けるための健康教育推進の在り方
 —アフターコロナを見据えたアウトメディア週間の活動と積極的な健康相談を通して—
 小美玉市立竹原小学校
 養護教諭 高橋 裕子

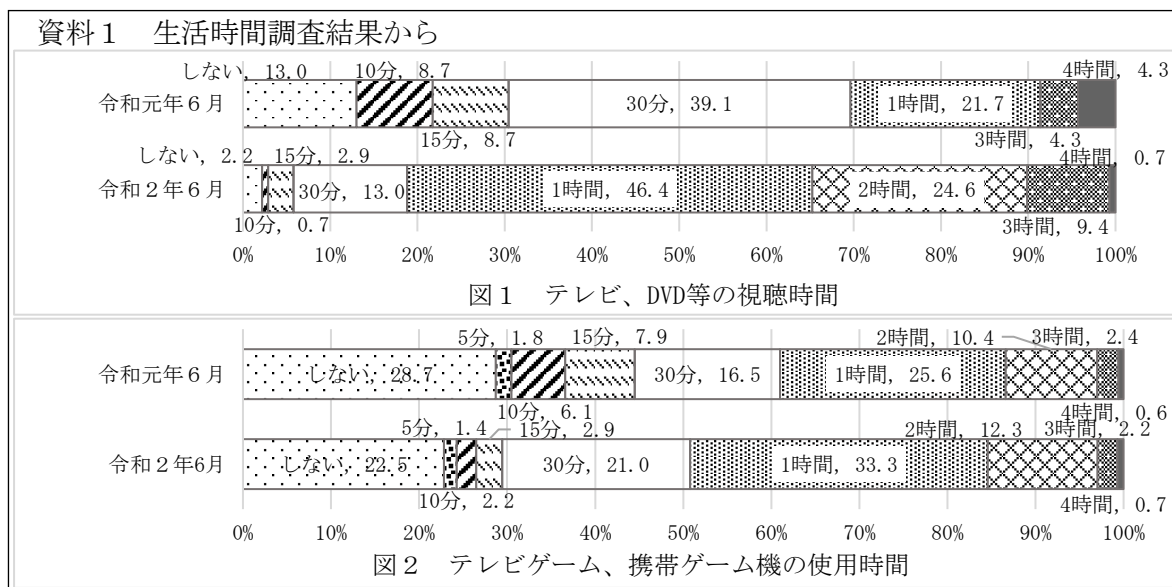
1 主題設定の理由

令和元年12月中国で発生した新型コロナウイルス感染症が各国に拡大し、令和2年1月世界保健機関（WHO）は「公衆衛生上の緊急事態」であることを宣言した。日本国内では、令和2年2月27日の新型コロナウイルス感染症対策本部における内閣総理大臣からの要請を受けて、令和2年3月初旬から小学校、中学校、高等学校、特別支援学校等が学年末・学年始休業まで一斉休校となった。その後、臨時休業、分散登校の経過をたどり、6月から学校が再開された。

文部科学省からは「学校における新型コロナウイルス感染症に関する衛生管理マニュアル～「学校の新しい生活様式」～」¹⁾が、また、小美玉市からは「小美玉市学校における新型コロナウイルス感染拡大防止ガイドライン」²⁾が通知され、学校現場では試行錯誤を繰り返しながら未知のウイルスへの対応に追われた。まず目を向けたことは、密を防ぐこと、十分な換気を行うこと、学校施設設備の消毒、手洗い、マスクの着用などの感染予防に関する対策と感染者や濃厚接触者への偏見や差別の防止であった。しかし、そればかりに捉われてはられない現状があった。

埼玉大学戸部教授は「新型コロナウイルス感染症に伴う臨時休業における児童生徒の健康課題に関する調査（養護教諭対象）」³⁾を令和2年3月に実施し、その結果を報告している。それには、養護教諭の心配、懸念事項としての予想される児童生徒の健康問題の中に、生活習慣の乱れやネット・ゲーム漬けの生活、体力低下、ストレスや不安定な精神状態があげられていた。

令和2年6月学校が再開された直後に、本校において全児童を対象に生活時間調査を実施し、前年度と比較したところ、ゲームやテレビ、DVDなどの動画視聴の時間が長くなるなど電子メディアの長時間使用が明らかになった（資料1）。また、登校を渋る児童や不定愁訴により保健室へ頻回来室する児童もおり、学校生活への不適應等の心の問題もみられた。



これらは、長期の休業や慣れない感染予防対策などの児童を取り巻く環境の大きな変化が影響していると考えられた。そして、アフターコロナの時代には、児童の健康問題は一層深刻化することが予想された。アフターコロナの時代にも子供たちには健康に過ごしてほしいという願いがある。コロナ禍を経験したからこそ、自ら健康な生活を実践する力を身に付けてほしい。そのため、健康問題を予測しつつ、その時々の子どもの状況をしっかりと把握し、健康教育を推進していく必要がある。まず、本校で学校再開直後にみられたゲームやテレビDVDなどの動画視聴時間が長くなっていること、学校不適応等の心の問題であったことへの対応を通して健康教育を推進していきたい。

そこで、アフターコロナを見据えたアウトメディア週間の活動と積極的な健康相談を通して子たちの自ら健康な生活を実践する力を育てたいと考え、本主題を設定した。

2 研究のねらい

アフターコロナを見据えたアウトメディア週間の活動と積極的な健康相談を通して、児童が自ら健康な生活を実践する力を身に付けるための健康教育推進の在り方を究明する。

3 研究の仮説

- (1) アウトメディア週間の活動を切り口とし、家庭と連携した取組や児童保健委員会の活動の活性化した取組を推進することで、児童は生活時間を見直したり視力低下の防止を心掛けたりすることができるであろう。
- (2) 「心と体のチェックリスト」⁴⁾を使用した支援と健康相談の募集、SOSに気付いたときの対応についての職員研修を実施することで、コロナ禍における児童の心身の不調に適切に対応することができ、相談することのできる児童を育成することができるであろう。

4 研究の内容

(1) 基本的な考え方

① 自ら健康な生活を実践する力について

「現代的健康課題を抱える子供たちへの支援～養護教諭の役割を中心として～（文部科学省）」⁵⁾には、「児童生徒が生涯にわたって健康な生活を送るためには、規則正しい生活習慣を身に付けるとともに、日常的に起こる健康課題やストレスに適切に対処できる力など、自らの心身の健康の保持増進を図るために必要な知識・技能を身に付けることが必要である。また、心身の健康にとって望ましい行動を選択するためには、自分自身を大切にすることや、物事を様々な角度から慎重に考え判断すること、目標を決めて実現のために努力すること、家族や仲間と良い人間関係を保つことなどが必要である。」とある。このことから、本研究においては「自ら健康な生活を実践する力」について、「他者と関わりながら主体的に心身の健康にとって望ましい行動を選択し実践する力」と定義する。

② アフターコロナを見据えることについて

コロナ禍において児童の生活は一変した。特に臨時休業の影響や慣れない感染対策の影響は大きく、電子メディアの長時間使用、心の健康問題が顕在化している。対策を講じなければ、アフターコロナの時代には、児童の健康問題は一層深刻化する恐れがある。

児童にコロナ禍を経験したからこそその自ら健康な生活を実践する力を身に付けるため、アフターコロナに深刻化するであろう健康問題を予測し、健康教育を推進する必要がある。また、コロナ禍の刻々と変化する社会状況の影響により、児童の様子も健康状態、健康問題も変化する。そのため、児童の状況を的確に把握して、それに応じた健康教育を推進する必要がある。

本研究において、アフターコロナを見据えた健康教育の推進については、健康問題を予測しつつ、児童の現状を的確に把握して健康教育を推進していくこととする。

(2) 主題に迫るために

① 主題に迫るための手立て

ア アウトメディア週間の活動

アウトメディアとは、アウトメディアとはゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの電子メディアを使う時間をコントロールすることである。

学校再開直後、本校においては電子メディアの長時間使用がみられた。電子メディアの長時間使用、生活習慣の乱れ、視力低下などの問題は独立して存在しているわけではなく、深く関わり合っている。

主題に迫るために、アウトメディア週間の活動を切り口として生活時間を見直したり、視力低下の防止を図ったりする活動を展開する。「どうすれば健康な生活が送れるか分かっているけれどできない。」というように、健康に関する科学的認識は行動変容につなげることが難しい。アウトメディア週間の活動では、アウトメディアにより目指すこと（健康に生活するための自分の生活時間の見直し、視力低下の防止）を明確に伝える。そして、主体的な行動選択を促すため、家庭の協力を得ながら児童が各自取り組むことを設定し、実際に取り組むことにより生じた生活の中での良い変化を児童保健委員会の啓発活動により共有することで、一人一人に生活の中で良い変化が起こったという実感を伴った認識⁶⁾を育てることで行動変容につなげたい。

イ 積極的な健康相談

文部科学省「子どもの心のケアのために―災害や事件・事故発生時を中心に―」⁷⁾の「第3章危機発生時における健康観察の進め方」には、子供に強いストレスが加わると、種々の心身の健康問題が現れること、健康観察を行い、子供が示す心身のサインを見逃さないようにすること、心の症状のみならず、腹痛や頭痛、眠れない、食欲不振などの身体症状にも注目して行うことが肝要であることが書かれている。

これまで、保健室における健康相談は、保健室来室者を中心に管理職のリーダーシップのもと学級担任やスクールカウンセラー、家庭と連携し、情報交換、情報共有をしつつ実施している。しかし、保健室来室のない周囲の人から見ては分からないような、眠れない、不安、いらいら、落ち着かない、なんとなくの体調不良などは健康相談につながらないことがある。

コロナ禍という危機発生時であるため、観察の強化、職員間の情報交換、情報共有、「心と体のチェックリスト」の実施、健康相談の募集、SOSに気づき適切に話しを聴いて対応するための職員研修の実施、などにより児童の健康状態を注意深く把握し、学校全体で児童の心身の健康を適切に支援する。そして、困ったり、不安や悩みがあったりするとき相談をすることのできる児童を育成したい。

② 児童の現状把握と仮説検証の方法

本研究のための児童の現状把握と仮説についての検証は、日常の直接的な観察や健康診断結果、生活時間調査、「心と体のチェックリスト」により行う。

5 研究の実践

(1) アウトメディア週間の活動について

① 児童の現状把握について

本校においては、令和元年より生活時間調査を実施し健康教育の資料としている。生活時間調査の内容は、就寝時刻、起床時刻、朝夕の食事にかかる時間、外遊びを含む運動の時間、電子メディアの使用時間、勉強の時間等である。管理職や学校医の指導を受けながらその都度調査項目を見直して実施している。

児童の実態把握については、調査結果の経年変化をみることで行った。

② 家庭と連携した取組

ア アウトメディア週間で取り組むことの設定について

アウトメディア週間は各自の家庭での取組が中心となる。保護者の理解を得て取り組むことでより効果が上がると考えられる。また、児童の主体的な行動選択を促すためにアウトメディア週間で取り組むことについては、アウトメディア週間チャレンジカード(資料2)によりアウトメディア週間の目的を伝え、児童一人一人が保護者とともに自分が取り組むことを決定することにした。

イ 「ほけんだより」、「学校保健委員会だより」

による家庭への情報提供

「ほけんだより」により、電子メディアの長時間使用による影響について家庭へ情報提供をして、アウトメディア週間への協力を求めた。

また、学校保健委員会はコロナ禍により対面での開催ができていない。しかし、「学校保委員会だより」にて、生活時間調査の結果や学校保健活動について家庭へ情報提供をした。

③ 児童保健委員会の活動

感染予防で人との接触を減らすため、児童の委員会活動もコロナ前のような集会活動や各クラスに出向いての活動などはほとんどできない中、工夫しながら活動に取り組んでいる。

ア アウトメディア週間のはじまり

令和元年6月と令和2年6月の学校再開直後に実施した生活時間調査結果の比較を児童保健委員に提示し、改善のため保健委員として何をすればよいか投げ掛けた。児童保健委員からは、1週間だけ、電子メディアの使用時間を制限する取組をしてみ

資料2 1年開使います

しょうかん
アウトメディア週間 チャレンジカード

年 組 なまえ

毎月、第2週の月曜から金曜の5日間、アウトメディア週間を実施します。

目的
自分の生活時間を意識して、さらに電子メディアの使用をコントロールすることで、健康的な生活習慣を身に付けたり家族との時間をもちたりする。
電子メディアの使用をコントロールすることで、自分の健康への意識を高める。

アウトメディアとは・・・
アウトメディアとは、テレビ、ゲーム機、スマホ、パソコンなどの電子メディアを扱う時間をコントロールすることです。使用することを禁止するのではなく、自分で取り組むことを決める。「自分の生活時間を意識し、さらに電子メディアとつきあっていこう」ということです。

【例】
- 家族のときにテレビを消す
- 寝る前1時間は電子メディアに接しない
- メディアは1日1時間までにする
- 電子メディアの時間を減らし、読書をする など

家族とつながる時間やその他のことに使える時間が増えるといいですね。

おうちの方へ
お子さんが取り組むことについて、上の【例】を参考に、ご家庭で話し合い、下の取り組むことに記入してください。

↓

アウトメディア 取り組むこと *おうちの方と相談して記入しましょう

メディアは 1日1時間 までにする

5日間のうち何日取り組めましたが(◎:4日~5日、○:3日、△:1~2日、×:0日)

5月	6月	7月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
◎	◎	○	◎	○	◎	◎			

感想 おうちの方から

はどうかという意見が上がった。そして、自分で目標を設定すれば、その目標を守るよう努力するだろうということであった。令和2年度は7月27日から7月31日の月曜から金曜にアウトメディア週間を設定し実施した。その後、令和3年10月からは毎月第2週の月曜から金曜をアウトメディア週間とし実施している。

イ 啓発活動

毎日の給食時間に児童保健委員は、日常の様子を観察して気付いたことからその月の保健目標に関すること、昼休みの外遊びを促すこと、感染症予防、校舎内の安全などについて放送をしている。この給食時間の放送の際に、アウトメディア週間には保健委員自身がアウトメディア週間で取り組んでいる内容と、生活の中で生じた良い変化について放送をしている。

保健委員自身のことを放送する他に、先生にインタビューをして放送をしたり、友人にインタビューをしてVTRを作成して各クラスで流したりする活動をした(資料3)。



ウ 振り返り

本校において毎週月曜日の朝の時間は、清潔調べの時間としている。アウトメディア週間の振り返りは第3週の月曜日の清潔調べの時間に児童保健委員の放送による進行により各学級で実施している。

そして、振り返りの結果の集計をし、アウトメディア週間5日間のうち、各自が決めた目標に4～5日間取り組めた人の多かったクラスを給食時間の放送で発表して全校で称賛している。

④ ICT活用による児童の健康面への影響等に関する配慮

令和2年度末に電子黒板が各学級に配置され、令和3年度より児童のタブレット端末の利用も本格的になった。文部科学省「児童生徒の健康に留意してICTを活用するためのガイドブック（以下ガイドブック）」⁸⁾（資料4）を基に、配慮を行っている。

ア 学校薬剤師との連携

毎年6月と1月に教室等の照度についての環境衛生検査を学校薬剤師により実施している。令和3年度よりガイドブックを学校薬剤師へ提供し、照度検査の際に電子黒板面の照度、電子黒板への映り込み等、環境面について確認をしている。

イ 職員への情報提供

令和3年度より、年度初めに職員にガイドブックを配布してICTを活用する際の健康面への配慮事項について職員集会の際に確認をしている。また、学校薬剤師からの指導をもとに、ICTを活用する際の健康面への配慮に関する相談に答えている。

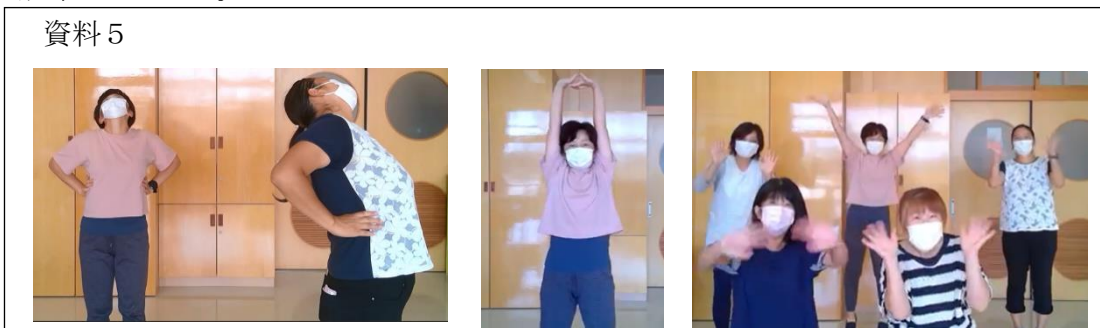
資料4



ウ 視力低下防止への配慮

令和3年度の定期健康診断においては、視力A（1.0以上）の者の割合が前年度よりも減少した。また、令和3年9月の臨時休業の際には、本格的にオンライン授業が実施され、タブレット端末の使用と併せて電子メディアの長時間使用により、近視のさらなる進行が心配された。近視の予防には、十分な屋外活動と近業（近い距離で物を見ること）対策が役立つとされている⁹⁾。近視予防を目的として、オンライン授業の合間に遠くを見ることを意識させることと授業の合間にできるストレッチの動画（資料5）を生活介助員の協力を得て作成した。Google classroomにリンクを貼り、児童が視聴できるようにし、児童が実際に取り組んでみたり、学級担任がその動画により指導したりした。

資料5



(2) 積極的な健康相談について

① 日常の健康観察の強化

感染予防のために、検温、かぜ症状の有無についての健康観察は常時行っているところである。子供は、自分の気持ちを自覚していないことや言葉でうまく表現できないこ

とがあるため、心の問題が行動や態度の変化、身体症状となって現れることが多い¹⁰⁾。そのため、表情、しぐさ、服装、授業中の様子、休み時間の過ごし方等についてこれまでよりも注意深く観察するようにしている。また、学級担任との日常会話の中での児童の状況についての情報交換、情報共有を大切にしている。

② 「心と体のチェックリスト」の実施

学校再開直後、児童の中には登校を渋る子もいたが、ほとんどは元気そうに見えた。しかし、心の状態は見えにくいものと捉え、児童の心身の状態を把握することを目的として「心と体のチェックリスト」を実施した。また、この「心と体のチェックリスト」実施にあたっては、スクールカウンセラーにどのような回答をした児童に話を聴けばよいかを相談して実施した。実施後、スクールカウンセラーからの指導のもと学級担任から児童へ声を掛け、話を聴いて対応をした。

この「心と体のチェックリスト」は、令和2年12月と令和4年11月にも実施した。

③ 健康相談の募集

ア オンライン健康相談の募集

資料6

心（こころ）と体（からだ）の健康相談（けんこうそうだん）について

GoogleMeet（グーグルミート）または電話（でんわ）での心（こころ）と体（からだ）の健康相談（けんこうそうだん）を受（う）け付（つ）けています。希望（きぼう）する場合（ばあい）は、都合（つごう）のよい日（ひ）をお知（し）らせください。こちらで日程（にってい）を決（き）めて電話（でんわ）またはメールで連絡（れんらく）します。

アカウントを切り替える

*必須

学年（がくねん）

選択

なまえ*

回答を入力

GoogleMeet（グーグルミート）と電話（でんわ）、どちらでの相談（そうだん）を希望（きぼう）しますか。

こころとからだのけんこうそうだん

保健室では、冬休み中はオンラインまたは電話で健康相談を受け付けています。

希望する場合には、下のQRコードまたはURLより申し込んでください。日程調整をし、連絡します。

けんこうそうだんもうしこみ

<https://forms.gle/...>

※急な場合には、学校へお電話ください
029-...

冬休み明けも元気に過ごすために、いっしょにお話ししましょう



令和3年9月は新型コロナウイルス感染拡大のため臨時休業となった。夏季休業から継続しての長い休業となり、授業はオンラインで実施しているものの、直接対面できない状況で、不安やストレスを抱えた児童の表情や態度の見取りが十分にできないことが想定された。そのため、休業中も児童が安心して相談できる場を確保し、積極的にコロナ禍の不安やストレスなどの心のケアを図ることを目的としてオンラインにより健康相談を行うことにした。Google classroomにより児童へ、まちコミメールにより保護者へ連絡し、Googleフォームでオンライン健康相談の募集をした（資料6）。オンライン健康相談はGoogle Meetまたは電話を使用して行うこととした。

その後、オンライン健康相談の募集は、長期休業のたびに行っている。

また、学校で相談できない児童もいることを考え、相談機関についても「ほけんだより」にてお知らせしている。

イ こころのポストの設置

令和4年度は臨時休業がなかったものの、子供たちも長引くコロナ禍の生活に疲弊しているかもしれないと感じていた。教職員が気付くことのできない声を拾おうと心のポストを保健室前に設置して健康相談の募集を行うことにした(資料7)(別添資料7 こころのポスト)。ポストの隣に相談申込みカードを設置し、カードに児童が記入して、ポストに投函する仕組みにした。また、相談申込みカードには、相談したい先生や相談を希望する日時も記入できるようにした(資料8)。指名された教職員が対応をし、内容は速やかに職員間で共有して組織的に対応した。

資料7



ポストに投函するところを見られることを気にする児童がいるかもしれないことに配慮し、カードの裏面にQRコードを配置し、各自のタブレット端末からも健康相談を申し込めるようにした。

資料8

(表)

相談カード	
このカードを記入した日: 月 日 ()	
年 組	なまえ
●困っていること、悩んでいることはどのようなことですか	
学校のこと 家のこと その他()	
※あてはまるものを○でかこむ	
●相談したい先生	
() ()	先生
()	保健室 []
()	スクールカウンセラー []
※相談をしたい先生に○	
●相談を希望する日と時間 *希望どおりにならないことがあります	
月 日 ()	中休み・昼休み
※日付を書き、中休み・昼休みのどちらかを○でかこむ	

(裏)

「困っている」、「悩んでいる」、「心配だ」などのことを先生に相談してみませんか。
相談を希望する場合には、この「相談カード」に記入して、「こころのポスト」へ投函してください。

みなさんのタブレットからもこころのポストへ投函できます

[https://forms.gle/\[redacted\]](https://forms.gle/[redacted])

こころのポスト

QRコード

④ 相談的な関わりについての職員研修

児童に心身の不調が生じていても、周囲から気付かれない場合や相談しない場合が想定される¹⁰⁾。そのため、児童のSOSのサインやSOSに気付いた場合の対応、気持ちの聴き方についての職員研修を開催した。演習（ロールプレイ）では、忙しそうにしている先生に話を聴いてもらう場合と温かくゆったりとした気持ちでいる先生に話を聴いてもらう場合を設定して、児童はどのような気持ちになるかということを体験的に理解する活動を取り入れた。

6 研究のまとめ

(1) 仮説の検証

① アウトメディア週間の活動について（仮説1）

アウトメディア週間の活動を切り口とし、生活時間を見直したり、視力低下の防止を図ったりする活動を展開してきた。

令和3年12月と令和4年12月の生活時間調査の結果をみると、継続したアウトメディア週間の活動により、アウトメディア週間の期間に多くの日数を取り組むことができる児童が増えた（資料9図3）。児童がアウトメディア週間に取り組んだことにより生じた生活の中での良い変化についても、より多くの児童が変化を意識できるようになった（資料9図4）。また、電子メディアの利用時間についても、3時間以上の長時間利用者が減少した（資料9図5）。令和2年6月と令和3年12月、令和4年12月を比較すると、起床時刻・就寝時刻については、起床時刻は、年々6時より前、6時ごろは減少し、6時30分ごろが増加したが、ほとんどの児童が6時30分ごろまでに起きている（資料9図6）。6時30分の起床時刻は遅くはなく、余裕をもって朝の準備をできる起床時刻であると思われるため問題はない。また、就寝時刻については、夜11:30以降などの遅く就寝する児童は減少し、9時30分ごろまでに就寝できる児童が増加した（資料9図7）。

アウトメディア週間の活動やICT活用のための健康面への配慮を行ったことにより、視力Aの年次推移をみると、視力Aの児童が令和3年度には大きく減少したが、令和4年度は令和2年度までの値にもどりつつある（資料9図8）。

② 積極的な健康相談について（仮説2）

保健室来室のない周囲の人から見ては分からないような、児童の眠れない、不安、いらいら、落ち着かない、なんとなくの体調不良などに気付き、健康相談につなげ、適切な支援をするため、また、困ったり不安や悩みがあったりするときに相談をすることのできる児童を育成するために、日常の健康観察の強化、職員間の情報交換、情報共有、スクールカウンセラーに助言を受けながらの「心と体のチェックリスト」の実施、健康相談の募集、SOSに気付き適切に話を聴いて対応するための職員研修の実施の積極的な健康相談を展開してきた。そのことにより、児童の心の問題に適切に関わることができ、児童は以前よりも相談で保健室を利用するようになってきている。また、「心と体のチェックリスト」の令和2年6月と令和2年12月、令和4年11月の結果から、共通の質問項目である「なかなか眠れない」、「いらいらしたりかっとなったりする」、「こわくて落ち着かない」、「頭痛、腹痛等の体調不良がある」について集計し、推移をみたところ、現在は児童の心の状態が落ち着いてきていることが分かる（資料10）。

資料9

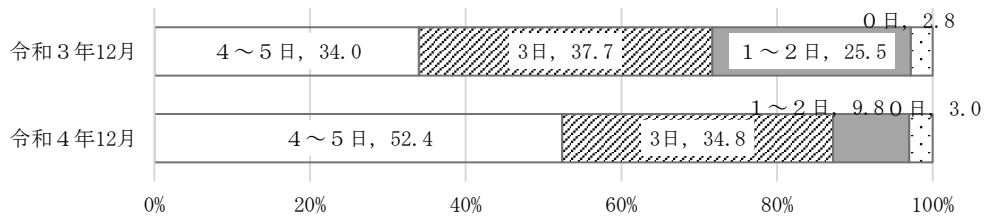


図3 アウトメディア週間取組状況 (5日間で)

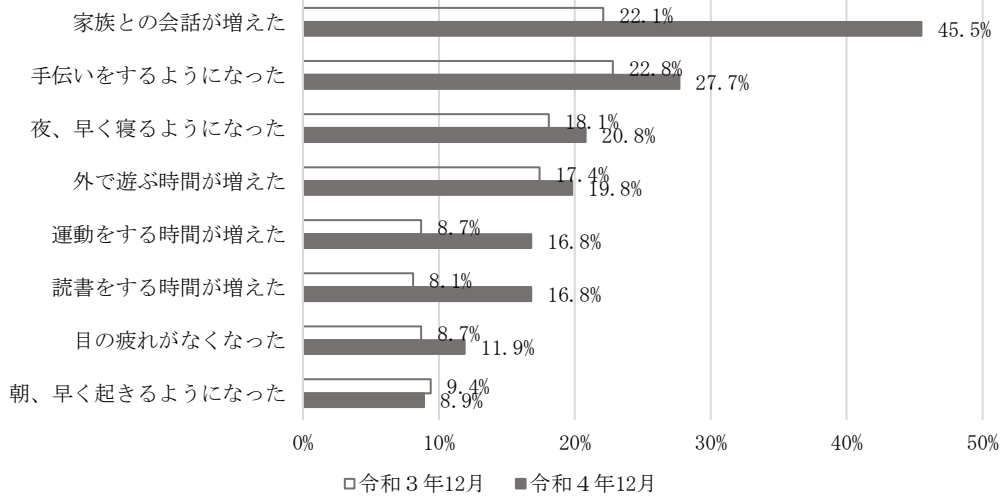


図4 アウトメディア週間に取り組むことで生じた良い変化

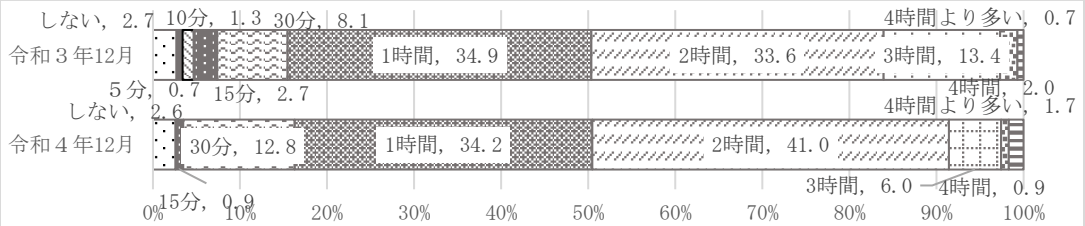


図5 電子メディアの使用時間

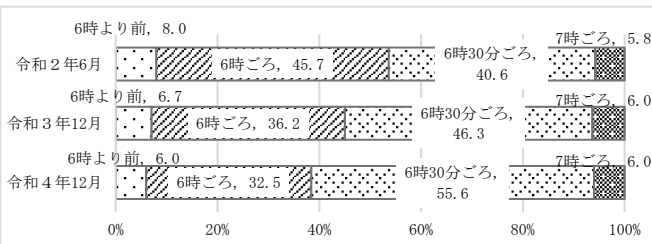


図6 起床時刻

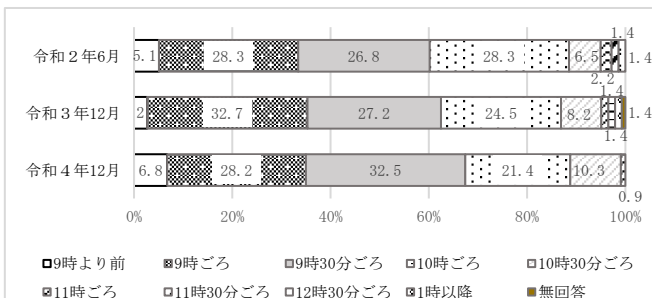


図7 就寝時刻

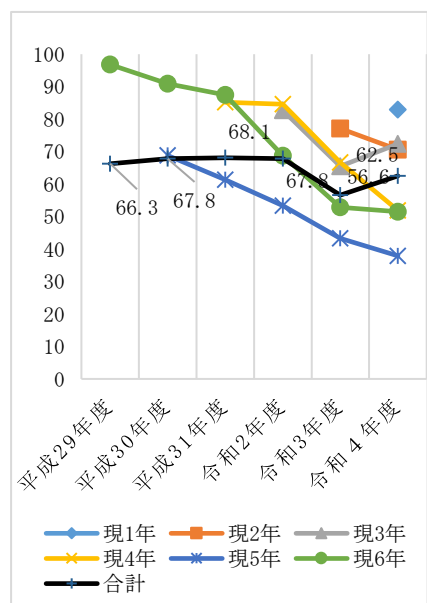
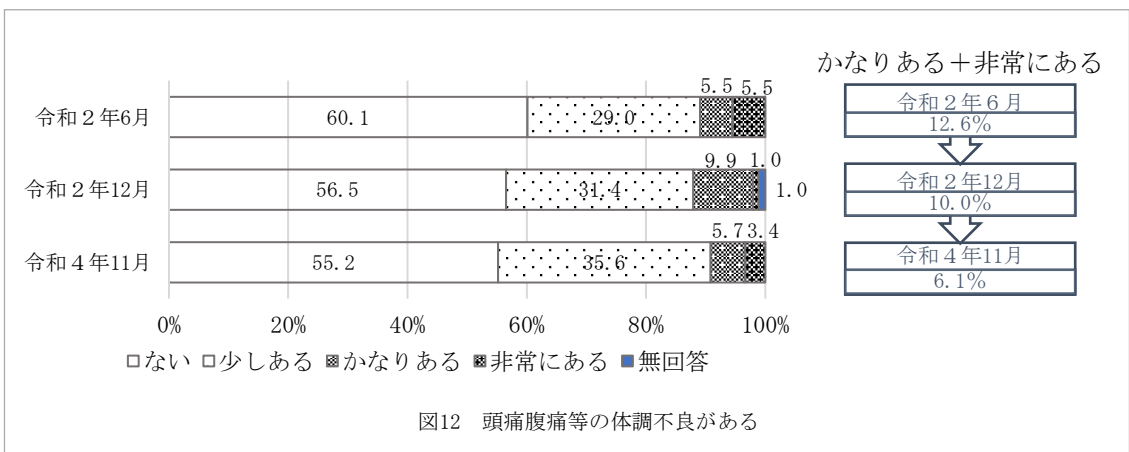
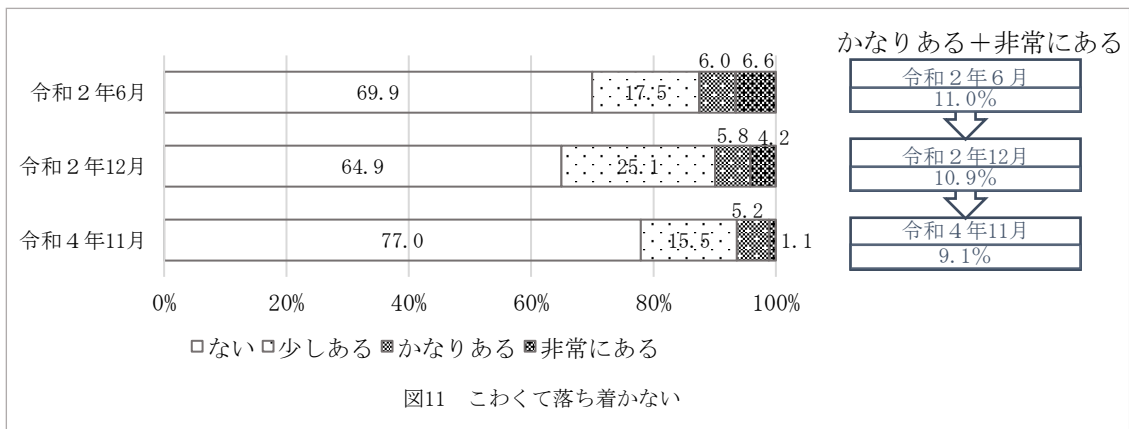
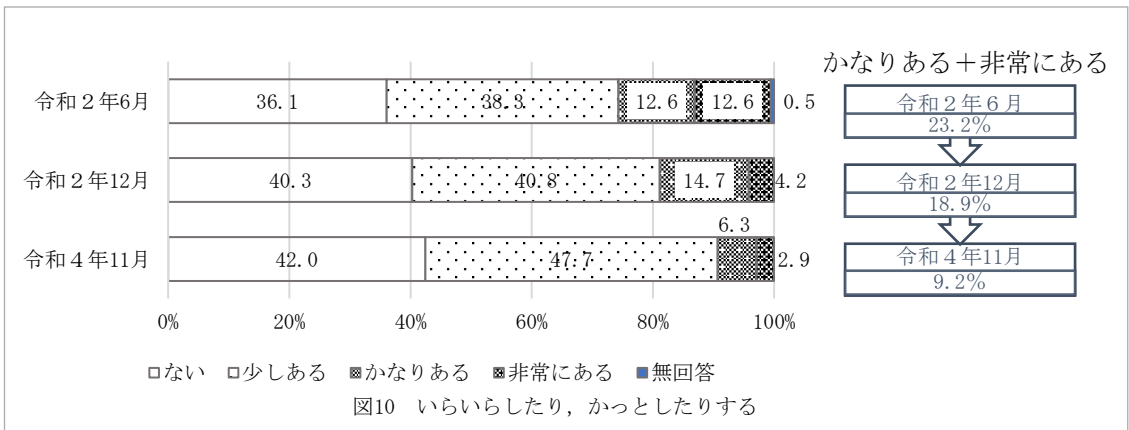
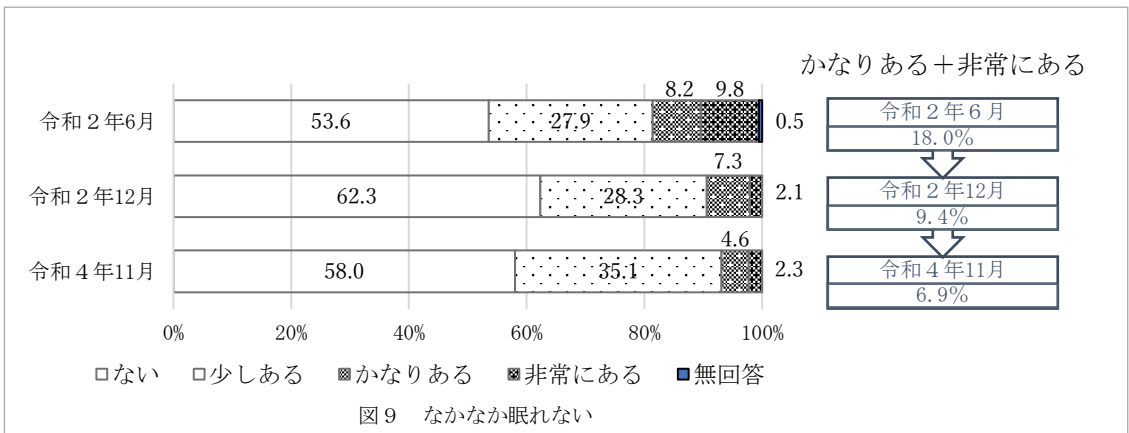


図8 視力Aの年次推移

資料10



(2) 研究の成果

新型コロナウイルス感染拡大による一斉休校の影響と思われる健康問題への対応を機に児童に自ら健康な生活を実践する力を身に付けるため、アフターコロナを見据えアウトメディア週間の活動や積極的な健康相談を推進してきた。

アウトメディア週間の活動からは、家庭と連携した取組や児童保健委員会の活動の活性化した取組により、目標設定（取り組むことの決定）の際には家族と関わり、また、取組の最中や振り返りの際には児童保健委員や各自の生活の中での良い変化（実感を伴った認識）に触れ、生活時間を見直すという主体的に心身の健康にとって望ましい行動を選択し実践することができたという成果が得られた。また、アウトメディア週間や近視予防の取組から、視力低下者の増加を抑えることができた。

積極的な健康相談からは、児童の心身の健康状態が落ち着いたことから、適切な対応ができたと考える。また、教職員の適切な関わりという他者の関わりにより、困っているときや不安や悩みがあるときに相談できるという主体的に心身の健康にとって望ましい行動を選択し実践する児童が増えたという成果が得られた。

7 今後の課題

今後も児童を取り巻く社会は目まぐるしく変化するものと思われる。社会の変化による児童への影響は大きい。今後も、変化に応じた健康教育の推進を継続していきたい。

本研究において、アウトメディア週間に取り組むことにより生じた良い変化には、「家族との会話が增进了」や「手伝いをするようになった」などの家族との関わりが増えたというものが多数であった。今後、生活時間調査の項目に「家族と関わる時間」についての項目を増やし、アウトメディアの取組状況との関連を調査したい。

本研究において、手洗い、咳エチケットなど感染予防に関する事項については扱わなかった。しかし、コロナ禍を経験したことにより感染予防に関する習慣が身に付いたことが考えられる。今後、これらについても検証を進めたい。

〈参考文献〉

- 1) 文部科学省：学校における新型コロナウイルス感染症に関する衛生管理マニュアル～「学校の新しい生活様式」～ 2020.5.21Ver.1
- 2) 小美玉市教育委員会：小美玉市における新型コロナウイルス感染拡大防止ガイドライン 2020.8.24
- 3) 戸部秀之：新型コロナ感染症に伴う臨時休業における児童生徒の健康問題等に関する調査（養護教諭対象）－集計報告－ 2020.3.23
- 4) Covid-19 子どものサポートチーム（代表：秋富慎司・富永良喜）：ストレスマネジメントとトラウマver.02 2020.6
<http://traumaticstress.cocolog-nifty.com/ver02/2020/04/post-23f847.html>
- 5) 文部科学省：現代的健康課題を抱える子供たちへの支援～養護教諭の役割を中心として～ 2017.3
- 6) 藤田和也：養護教諭の行う教育とは何か 実践の進め方と考え方 第2刷 農文教 2010.5.20

- 7) 文部科学省：子どもの心のケアのために－災害や事件・事故発生時を中心に－ 2010.7
- 8) 文部科学省：児童生徒の健康に留意してICTを活用するためのガイドブック 2014
- 9) 五十嵐多恵：小児の近視進行予防 令和3年度茨城県養護教諭会第2回研修会要項 茨城県養護教諭会 2021.8
- 10) 国立成育医療センター：コロナ×こどもアンケート第7回調査報告書 2022.3.23