



埼玉県マスコット  
「コバトン」「さいたまっち」

令和7年度

# 埼玉県学校健康教育推進研修会

期 日 令和7年7月30日(水)  
会 場 埼玉県県民健康センター

埼玉県教育委員会 埼玉県学校保健会

# 目 次

開催要項 . . . . .	2
班別研究協議内容・役員等一覧 . . . . .	5
<b>【研究協議】</b>	
◇第1班 保健教育 . . . . .	6
◇第2班 保健管理 . . . . .	59
◇第3班 学校における食育 . . . . .	74
事後アンケート . . . . .	83

## 令和7年度埼玉県学校健康教育推進研修会開催要項

### 1 趣 旨

埼玉県の健康教育を推進するため、健康教育に関する課題について研究協議等を行い、教職員等の資質の向上と学校健康教育の充実を図る。

2 主 催 埼玉県教育委員会 埼玉県学校保健会

3 期 日 令和7年7月30日（水） 午後1時45分から4時30分  
（受付 午後1時30分から）

4 会 場 県民健康センター

班	分 科 会	班 別 会 場
1班	保健教育	大会議室A
2班	保健管理	大会議室B
3班	学校における食育	大会議室C

### 5 日 程

13:30 13:45 13:50 16:25 16:30

受付 (各会場)	開会 行事	講義・研究協議 (講義・実践発表・グループワーク・実習・指導 助言等)	閉 会
-------------	----------	---	--------

### 6 参加対象

- (1) 公立小・中学校、義務教育学校、高等学校及び特別支援学校の教職員等  
※保健主事・養護教諭だけでなく、体育・保健体育担当者、栄養教諭、学校栄養職員・主幹教諭の参加も配慮する。
- (2) 学校医、学校歯科医、学校薬剤師等学校保健関係者

### 7 資料

- (1) 研修会資料は、7月25日（金）～7月30日（水）まで、以下のサイトに掲載予定です。各自でダウンロードし、ご準備ください。

<https://www.pref.saitama.lg.jp/f2211/kenshushiryoku.html>

(埼玉県ホームページ>健康・福祉>健康>学校保健に関すること>各種研修会の配布資料)

- (2) 令和7年度「学校健康教育必携」を各自でダウンロードし、ご準備ください。

<https://www.pref.saitama.lg.jp/f2211/kennkoukyouikuhikkei.html>



9 司会及び記録者依頼一覧

班	分科会	地区保健会	依頼者数
1班	保健教育	川口市	司会・記録各1名
2班	保健管理	児玉郡市	司会・記録各1名
3班	学校における食育	春日部市	司会・記録各1名

10 参加人数及び申込み方法

(1) 各地区からの推薦等

班	分科会	参加人数
1	保健教育	各地区教職員等2名まで
2	保健管理	
3	学校における食育	

※地区数28（4地区高等学校等含む）

※各地区少なくとも1名は参加いただき、研修内容を地区で共有していただくようお願いいたします。

(2) 希望者

(1)の申し込み後、各分科会の定員数を上限に追加募集を行います。

ア 申込み期間

令和7年7月18日（金）9時～7月25日（金）15時

イ 申込み方法

電子申請・届け出サービス（右下：QRコード）

[https://apply.e-tumo.jp/pref-saitama-u/offer/offerList\\_detail?tempSeq=92991](https://apply.e-tumo.jp/pref-saitama-u/offer/offerList_detail?tempSeq=92991)

ウ 募集人数

上記イの申し込みフォームにて御確認ください。



## 令和7年度埼玉県学校健康教育推進研修会 役員表

班	分科会	研究協議等の内容	司会・記録
1	保健教育	<p>○心身の健康を保持増進するための実践力の育成を目指した保健教育の実践</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・講師（実践発表） 美里町立美里中学校 教諭 大葉 郁香 氏</li> <li>・具体的な指導方法の演習及び協議</li> <li>・指導助言 県教育局県立学校部保健体育課 指導主事 佐野 秀行</li> </ul>	<p>川口市立新郷南小学校 矢村 恵理 養護教諭</p> <p>川口市立芝東中学校 石倉 史織 養護教諭</p>
2	保健管理	<p>○危機管理体制の充実を目指した保健管理の実践 ～ICTを活用したアレルギー対応研修会～</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・講師（実践発表） 県立新座柳瀬高等学校 養護教諭 宇田川 未来乃 氏</li> <li>・演習及び協議</li> <li>・指導助言 県教育局県立学校部保健体育課 指導主事 高沢 聖子</li> </ul>	<p>本庄市教育委員会 塩澤 美保子 指導主事</p> <p>美里町立松久小学校 小林 絵美子 養護教諭</p>
3	学校における食育	<p>○児童生徒の望ましい食習慣の形成を目指した食育の実践</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・講師（実践発表） 三郷市立瑞穂中学校 栄養教諭 稲垣 光里 氏</li> <li>・グループ協議及び全体協議</li> <li>・指導助言 県教育局県立学校部保健体育課 指導主事 平澤 亜美</li> </ul>	<p>春日部市立南桜井小学校 加藤 淑香 養護教諭</p> <p>春日部市立豊春小学校 佐怒賀 はな 養護教諭</p>

# 第1班 保健教育

## ◇研究協議題及び観点

心身の健康を保持増進するための  
実践力の育成を目指した保健教育の実践

## ◇実践発表

美里町立美里中学校

大葉 郁香 教諭

## ◇指導助言

県立学校部保健体育課

佐野 秀行 指導主事

## ◇司会・記録者

川口市立新郷南小学校

矢村 恵理 養護教諭

川口市立芝東中学校

石倉 史織 養護教諭

# 心身の健康を保持増進するための 資質・能力の育成を目指した保健教育の実践

～健康教育の実践者・推進者として、

体育・健康に関する指導の実践～

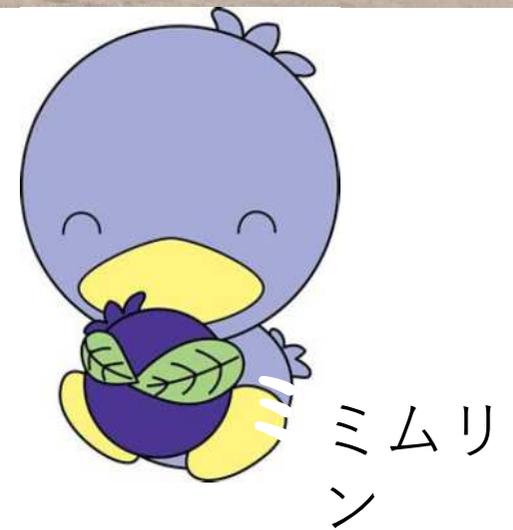
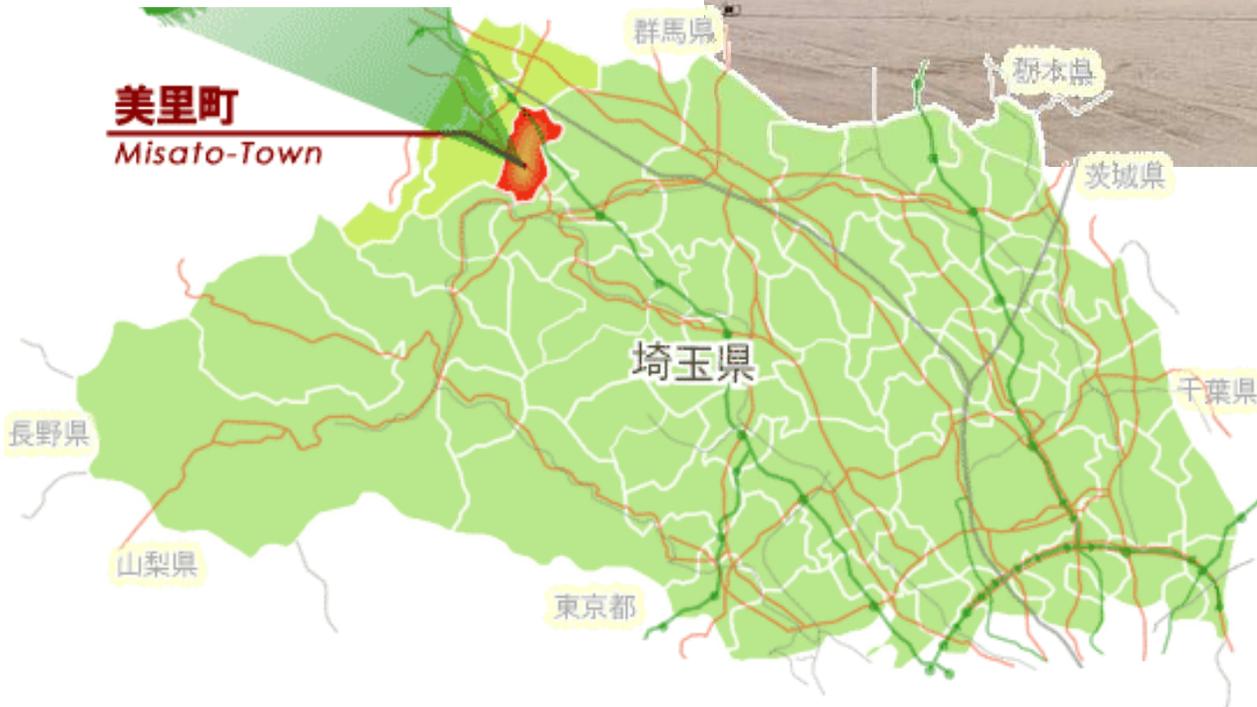
令和7年7月30日(水)

美里町立美里中学校

保健体育科教諭 大葉 郁香



はじめに・・・



# 令和6年度健康教育指導者養成研修

令和6年10月9日(水)～10月11日(金)

リアルタイム・オンライン研修

## 講義内容

### 1日目

- ・健康教育の推進・保健管理の在り方・学校における感染症対策の在り方
- ・学校におけるアレルギー疾患に対する取組

### 2日目

- ・演習「授業づくり」・学校における救急処置の在り方
- ・薬物乱用防止教育の推進

### 3日目

- ・性に関する指導・児童虐待への対応・子供の心のケア

保健体育科(実践者)として何ができるのか・・・

学校の中で(推進者)として何ができるのか・・・

## 保健分野の目標（保健体育科の目標を踏まえて）

### （1）知識及び技能

個人生活における健康や安全について理解するとともに、**基本的な技能を身に付けられるようにする。**

### （2）思考力、判断力、表現力等

健康についての自他の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、**他者に伝える力を養う。**

### （3）学びに向かう力、人間性等

生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し、**明るく豊かな生活を営む態度を養う。**

**現代の健康課題とは??**

## 現代的な健康課題



- 肥満・痩身
- 生活習慣の乱れ
- 生活習慣病
- 心の健康・精神疾患
- 薬物乱用防止
- 性に関する問題
- 感染症
- アレルギー疾患（食物アレルギー）
- 様々な健康情報、性・薬物等に関する情報の入手
- 栄養摂取の偏りや朝食欠食など食習慣の乱れ
- 少子高齢化や疾病構造の変化による現代的な健康課題（がんや心疾患など生活習慣病などへの対応、仕事関連の悩みとうつ病、若い世代の出産・子育て、高齢化に伴う健康寿命の延伸） 等々

\* 中教審答申（H28.12.21）から抜粋

## 現代的な健康課題

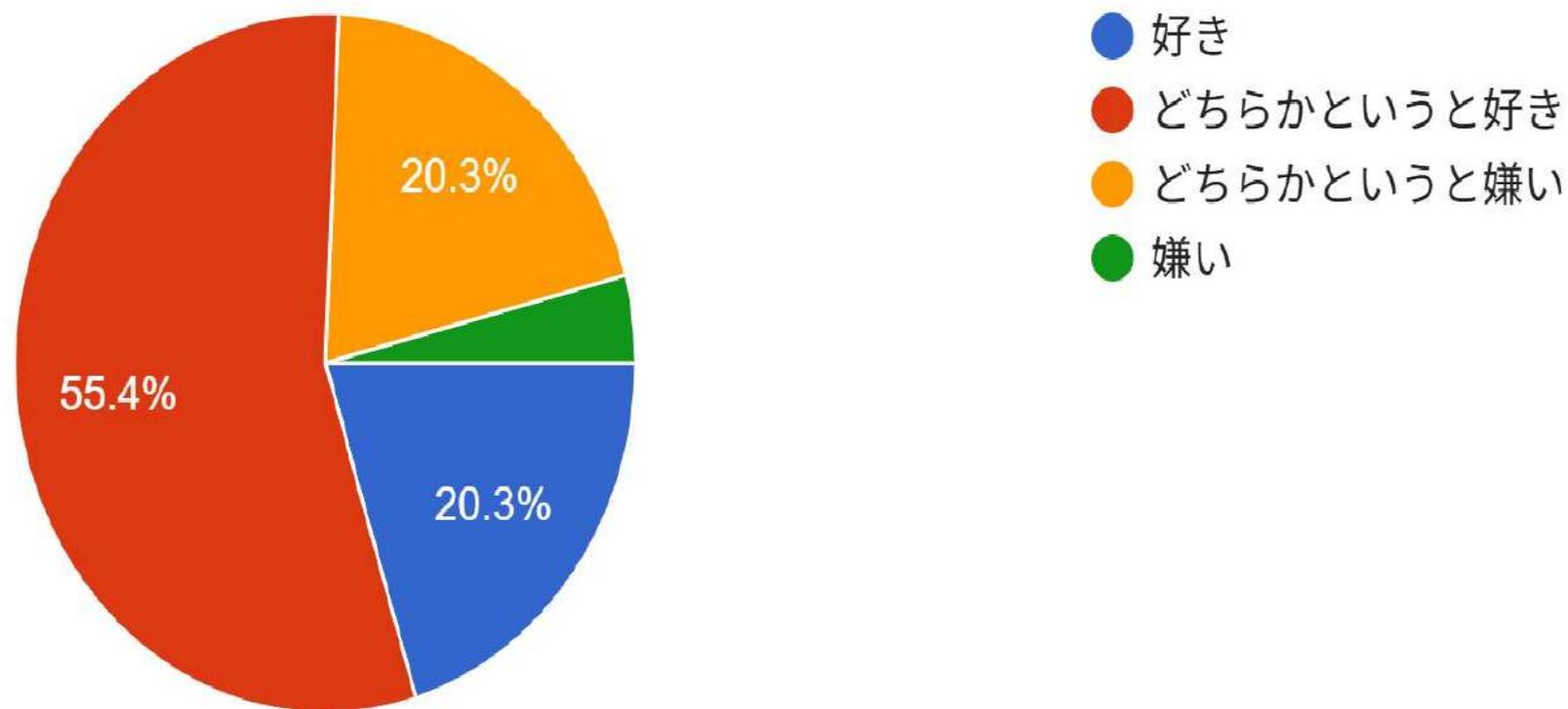


「子供の健康に関しては、性や薬物等に関する情報の入手が容易になるなど、子供たちを取り巻く環境が大きく変化している。また、食を取り巻く社会環境の変化により、栄養摂取の偏りや朝食欠食といった食習慣の乱れ等に起因する肥満や生活習慣病、食物アレルギー等の健康課題が見られる。さらに、東日本大震災や平成28年熊本地震をはじめとする様々な自然災害の発生や、情報化やグローバル化等の社会の変化に伴い、子供を取り巻く安全に関する環境も変化している。こうした課題を乗り越えるためには、必要な情報を自ら収集し、適切な意思決定や行動選択を行うことができる力を子供たち一人一人に育むことが課題となっている。」

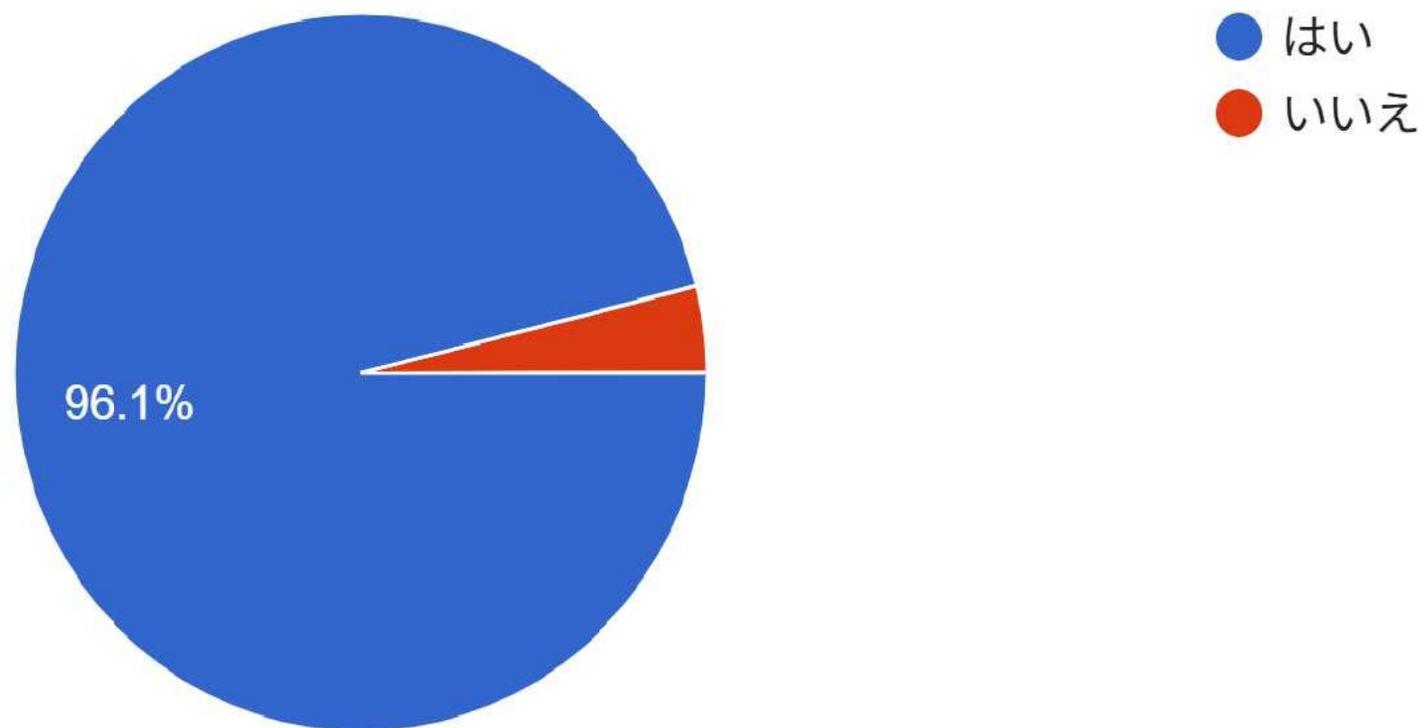
中教審答申（H28.12.21）より抜粋»

# 授業への意識調査（アンケートの実施）

保健の学習は好きですか？



保健の学習をすれば、普段の生活や社会に出て役立つと思いますか？



「保健の学習が**好きだ**」

20.3%

96.1%

「保健の学習をすれば、普段の生活や社会に出て**役立つ**」

# 研修を受けて・・・

## ◇実践者（保健体育科）として

実践①外部機関との連携（がん教育）

実践②授業実践（心肺蘇生法）

## ◇推進者として

実践③校内職員研修

# 実践①外部機関との連携

# がん教育

委託：三井住友海上あいおい生命

# 若年層のがんについて

「がん」に関する知識を高め、「あなた」と「あなたの大切な方」のすこやかな未来に備える

- 部位別年齢階級別がん罹患率
- 若年層のがん
- 生涯がんリスクがん生存率
- 美里町からがん検診のお知らせ



3年生対象  
3クラスへの授業



池江選手は2019年2月に体調を崩し  
医師に急性リンパ性白血病と診断された。  
約10カ月入院し、同年12月に退院。

[競泳の池江璃花子(りかこ)選手]

## 生徒の感想

- ・ガンについて改めて、検診に行くことの大切さや色々なガンがあることについて知ることができました。大人になったらしっかり検診に行きたいなと思いました。
- ・がんを早く見つけると5年後の生存率が高くなることに興味を持った。がんにかかることが多いのに日本のがん検診を受けていない人が多いとわかった。
- ・ストレスもがんのリスクを高める原因になることは知らなかったから自分なりのストレス解消方法を考えておきたいと思った。また、がんの治療方法は手術や抗がん剤治療等様々あるから、それぞれのメリット・デメリットを理解してもしがんになってしまったときは自分にとって正しい選択ができるようにしたいと思った。

## 成果と課題

- 緊張感をもって話を聞くことができた。
  - 美里町に合わせた授業を行ってくれたことが、生徒にとってより身近に感じる授業となった。
- ・がん教育の方法はいろいろあるが、話す人（授業者）が変わることで生徒がよりリアルに受け止めやすい。⇒家族にがん罹患者がいたりする場合には、十分配慮が必要。

# 実践②授業実践（心肺蘇生法）

**6,434人**

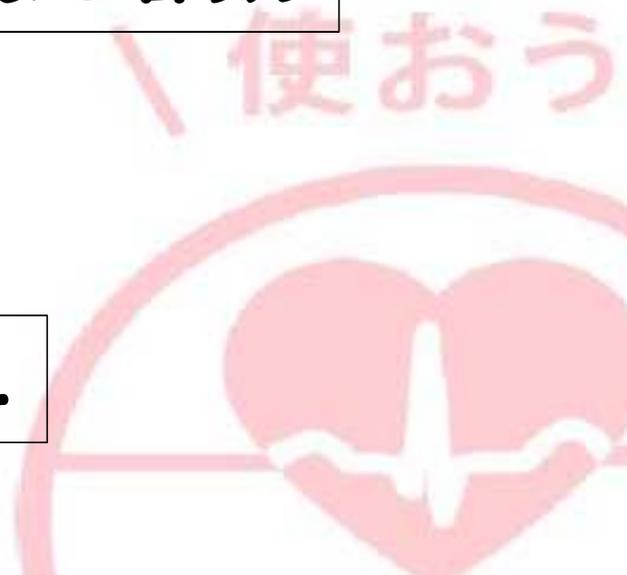
阪神・淡路大震災死者数

**22,212人**

東日本大震災死者数

**81,742人**

病院外心停止



# 病院外心停止とは・・・

医療機関以外の場所で心臓や肺の機能が停止した状態のこと。

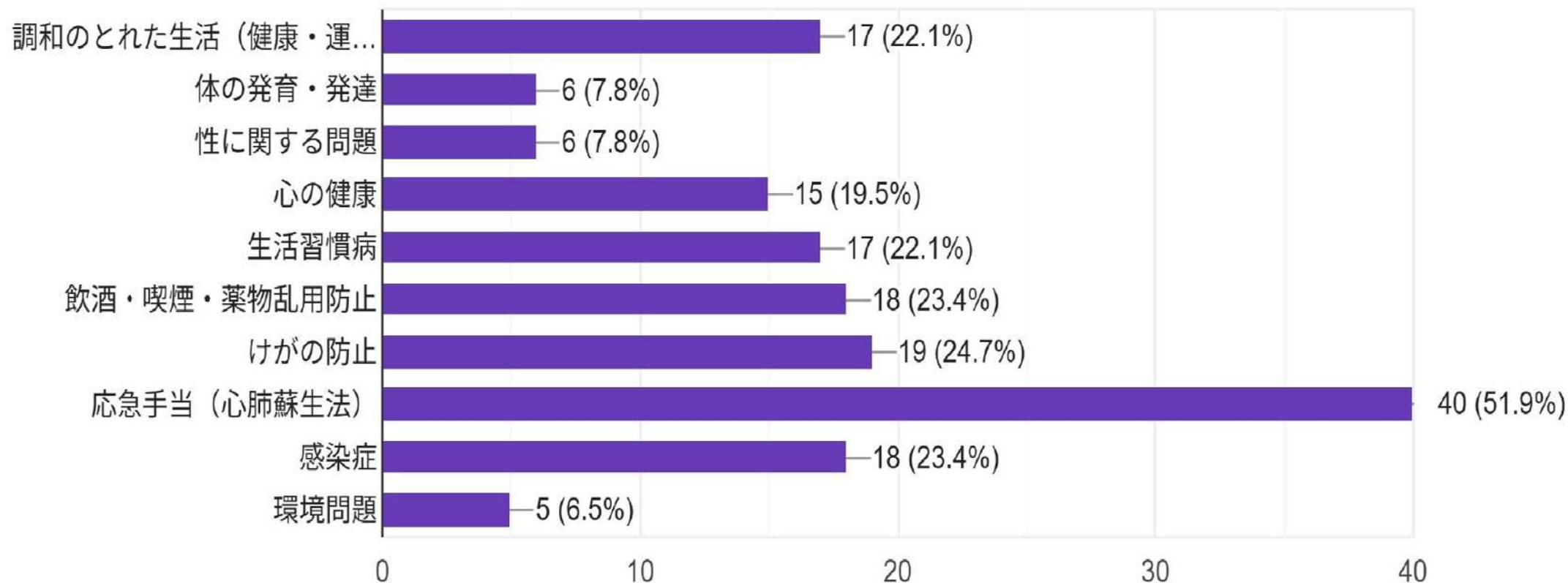
多くは、心臓が原因の一次心停止である。

迅速な119番通報、心肺蘇生、二次救命処置が重要で「救命の連鎖」を機能させることが生存率の向上の鍵となる。

# 心臓突然死は日常的な災害!

心臓突然死に備えることで、大規模災害の備えにもなる

あなたは保健学習の中で何を深く学びたいですか？（2つ選びチェックして下さい。）



## 次の10年に向けて

---

AEDによる救命は、その場に居合わせた市民の力が大きなカギを握っています。AEDが私たち市民の誰もが使えるようになって20年。この20年で、AEDは身近な「設置されていて当たり前なもの」となりました。

次の10年では、AEDが私たちにとって「いざというとき、当たり前使用前のもの」となるために。ぜひ、AEDのことを知ってください。そして、あなたの身近な方に教えて広めてください。

いざというときには、ためらわずAEDを呼べる社会に。



**まず呼ぼう、AED**





20年間で8000  
人の命がAEDに  
よって救われた！

### AEDで助かった命

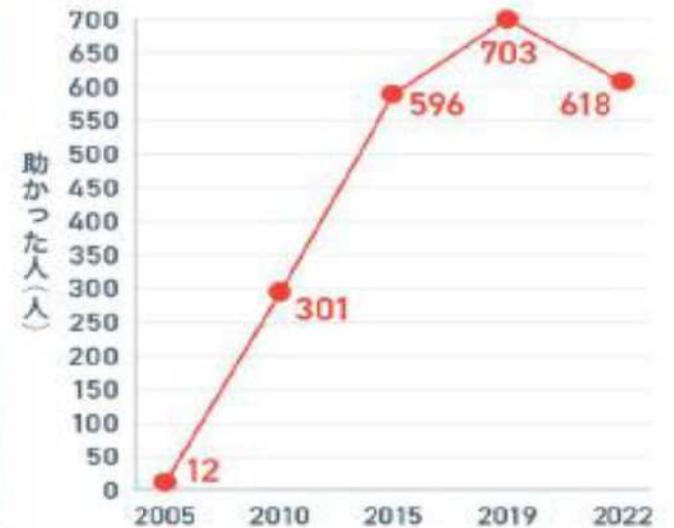
街中へのAEDの設置台数は急速に増え、現在では約67万台が設置されていると推計されています。また、消防署や日本赤十字社などが開催する救命講習会や、学校での救命授業などを通じて、AEDを使える人や、救命に協力してくれる人を増やす努力も続けられてきました。

その結果、AEDによる救命件数は年々増加し、2019年には年間703人も命がAEDによって救われました。コロナ禍の影響で一時的に減少したものの、2022年には618人が救命され、AED解禁から20年間の累計では、少なくとも8,000人も命が、その場に居合わせた一般の人によるAEDで救われたのです。

### AED設置台数

約**67**万台

※ 調査項目、調査方法：全国のAEDの配布先機関から正確なAED設置台数の把握を可能にするために以下の機関・AEDの配布台数と配布台数の合計調査  
 公益財団法人日本赤十字社救急医療センター（救急医療センター）  
 公益財団法人日本赤十字社救急医療センター（救急医療センター）  
 公益財団法人日本赤十字社救急医療センター（救急医療センター）  
 状況によるAED等の一次配布の遅延による普及と普及率向上の促進による二次配布の増加  
 普及率向上に向けた取組（救急医療センター）



# 学校における心臓突然死対策の重要性

---



平成23年9月29日、さいたま市の小学校6年生、桐田明日香さんが、**駅伝の課外練習中に心停止**となり、翌30日に亡くなった。

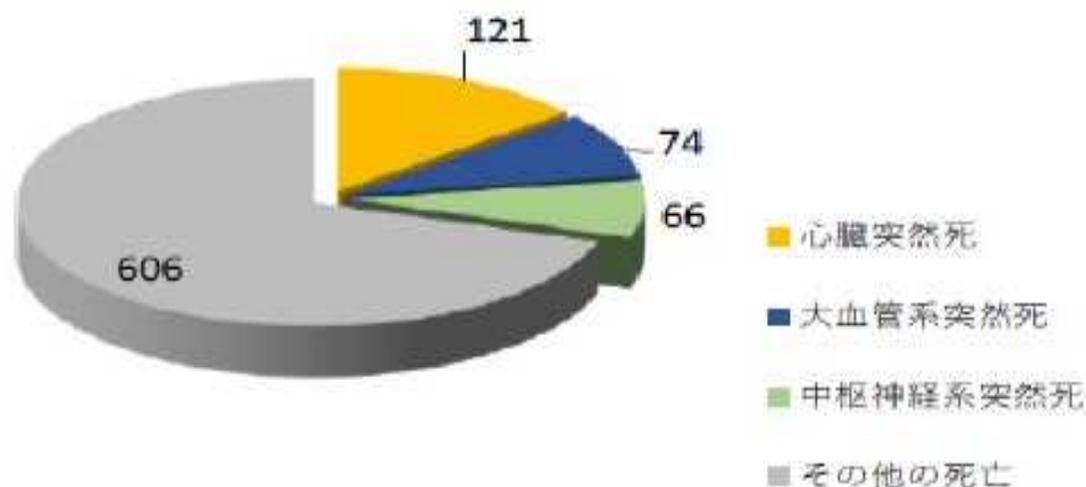
学校には**AED**が設置されていたにもかかわらず、使用されなかった

# 学校での心臓突然死 12件/年

平成23年度～令和2年度

学校の管理下における児童生徒等の死亡件数

(独立行政法人日本スポーツ振興センター)



死亡 = 867件 (内、供花料282件)

※死亡見舞金として支払後、供花料として扱う場合があり、重複の可能性あり。

突然死が30.1% (261件)

突然死の中で心臓突然死が46.3% (121件)

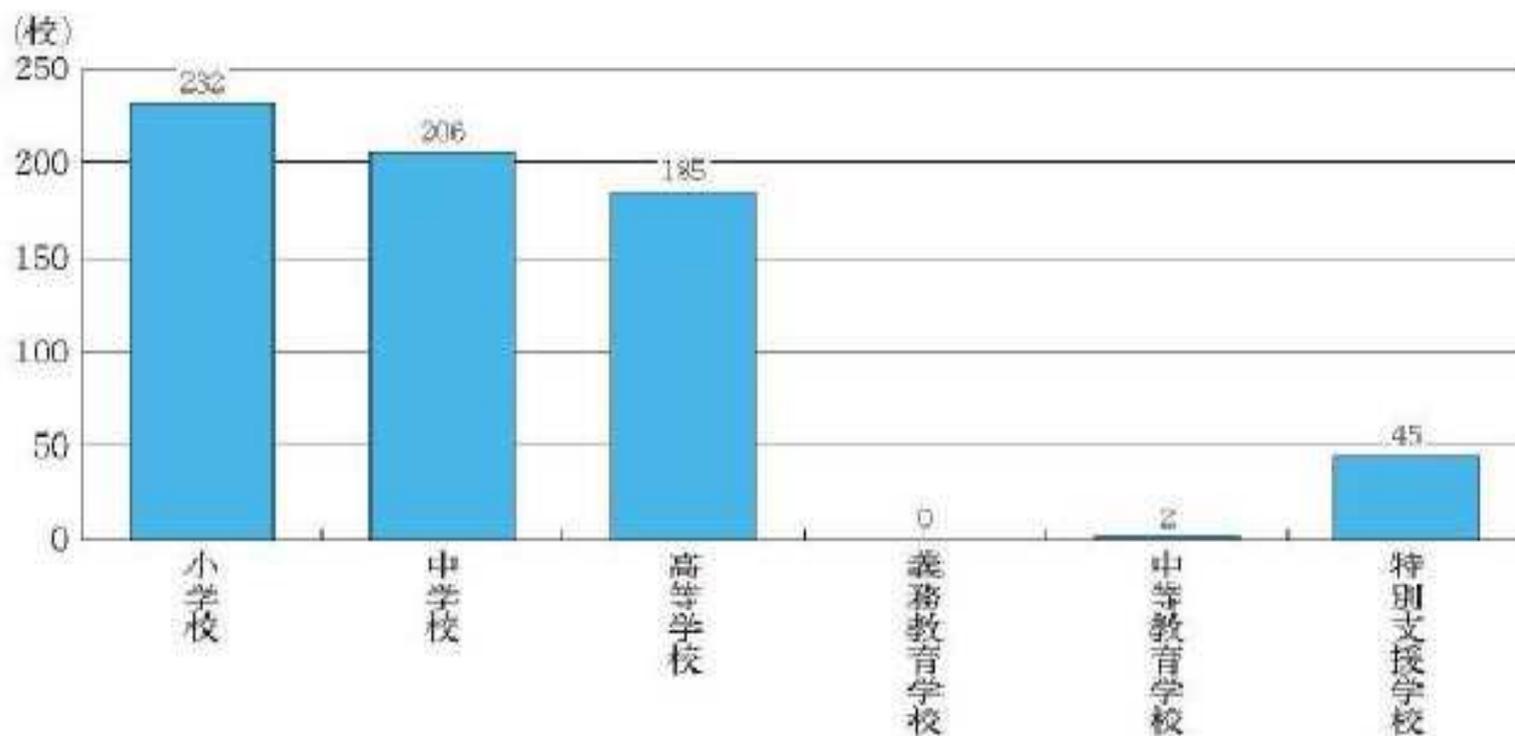
学校での死亡原因の第1位は突然死

# 学校でのAED使用実態

100件以上/年！

日本学校保健会 学校における心肺蘇生とAEDに関する調査報告書(H29年度)

24. あなたの学校では最近5年間（平成24年度～平成28年度）に学校管理下でAEDのパッドを貼った症例の経験はありますか。



# 1年生（消防士による実技指導）

6/16(月)

本時のねらい

# 胸骨圧迫・AEDの使い方をマスターしよう

## 〈本時の流れ〉

1. 動画視聴
2. ねらいの確認
3. 心肺蘇生法について
- ④ 実習
5. 振り返り  
まとめ

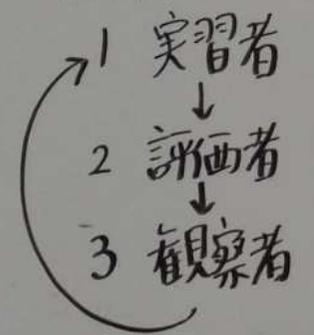
## 〈心肺蘇生法の流れ〉

- ① 周囲の安全確認
- ② 意識の確認
- ③ 応援の要請
- 119番通報
- AEDの手配
- ④ 呼吸の確認
- ⑤ 胸骨圧迫
- ⑥ AEDの装着

## 〈ポイント〉

- ★ 強く 速く 絶え間なく
- ★ 1分間に100~120回行う
- ★ 胸が約5cm沈むまでしっかりと圧迫する

## 〈実習について〉

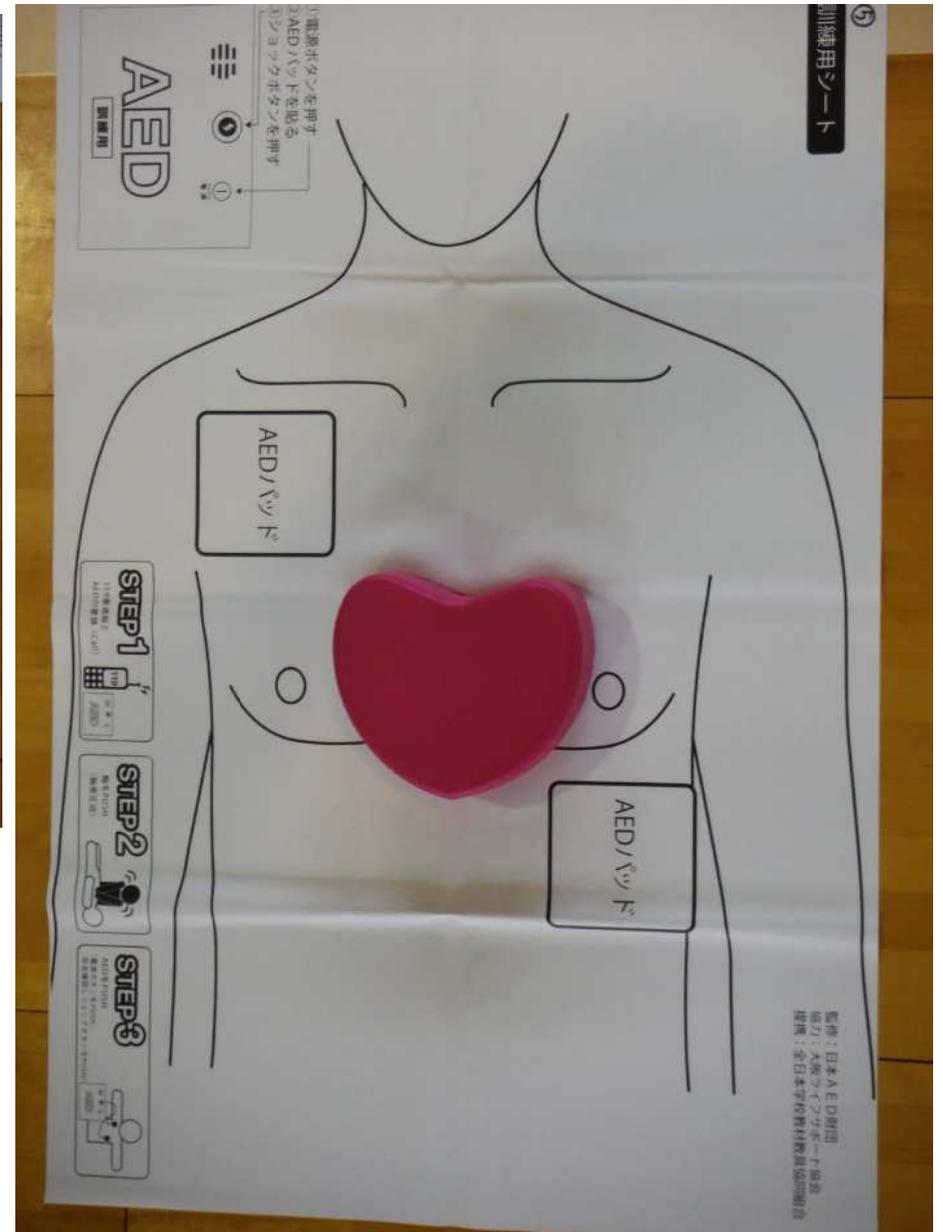


- ① 電源ON
  - ② 電極パッドを正しく貼る → 心電図解析
  - ③ 電気ショック 1回
  - ④ 胸骨圧迫
- ↓  
次の心電図解析まで 2分

## 2・3年生(体育科による授業)



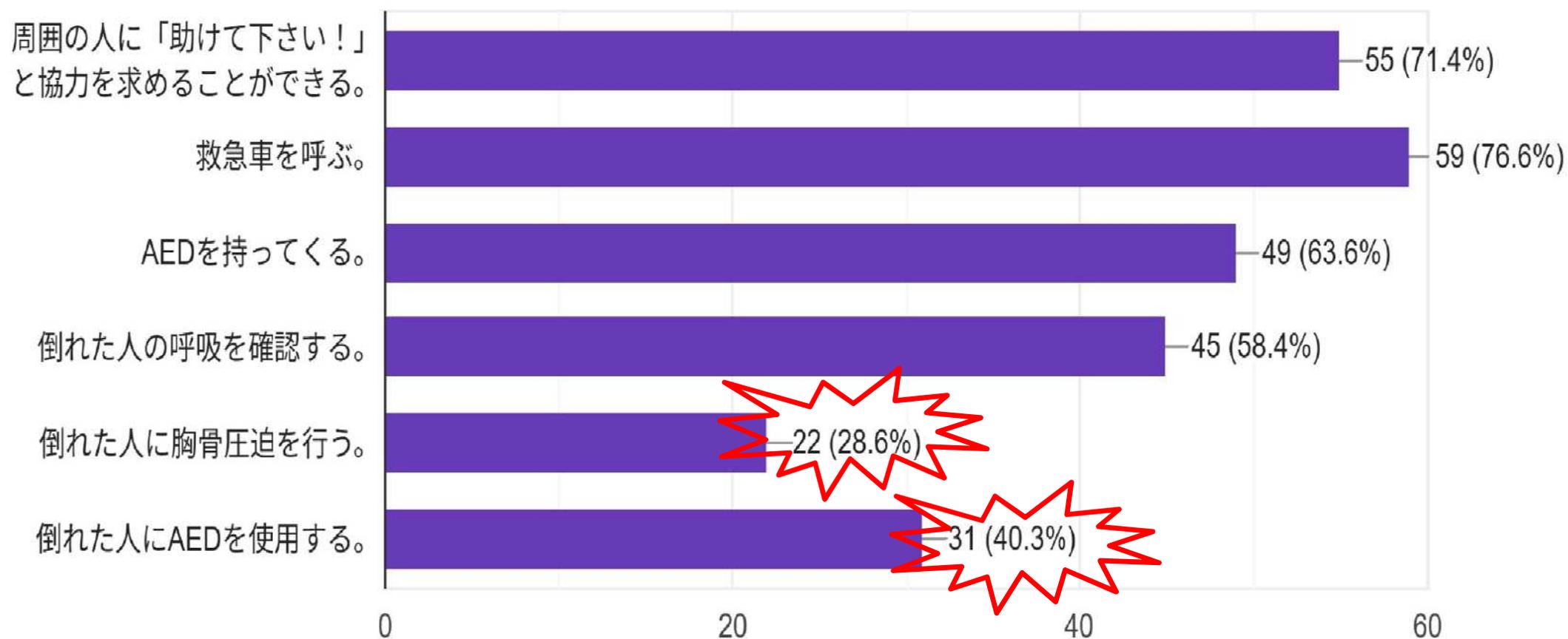
# 日本AED財団監修 PUSH&AED体験セット



## 生徒の感想

- ・年に1回行うことで改めて確認ができた。やってみて、手順などは覚えることができたけど、いざとなったら不安になってできなくなるかもしれないと思いました。でも、今自分がやらないと助からないと言う気持ちでやろうと思いました。
- ・前年度よりも長い時間心肺蘇生法が行えるようになったし、自信もついた。さらに心肺蘇生法の技術が身についたと実感しました。
- ・実技が一回だけだと不安に感じることもあったので、これから毎年あることを知って安心しました。来年度はその場の様々な状況(傷病者を発見したときの人数や場所、AEDの有無)をイメージして授業を受けたいです。

あなたの目の前で人が倒れた時、次のような行動を... (自信のある行動全てにチェックして下さい。)



## 成果と課題

- 忘れていたことを思い出すことができた。
- 動画を視聴してから実技を行ったこと、身近な人を思い浮かべさせたことにより「自分事」として実技を行うことができた。
- △授業後アンケートから、自信をもって「**胸骨圧迫を行うことができる**」と回答した生徒が**28.6%**だった。
- △授業後アンケートから、自信をもって「**倒れた人にAEDを使用する**」と回答した生徒が**40.3%**だった。

# 実践③校内職員研修

# 職員研修①実技講習

## 職員研修②シミュレーション研修

事故発生から救急車要請までの対応について、シミュレーション研修を行う。

### 【シミュレーション研修の内容】

教員役、生徒役、観察者に分かれ、第一発見者が職員室に応援要請し、救急車が到着するまでの一連の流れを行う。

### 【場面設定】

英語の授業中、生徒が急に胸の痛みを訴えて倒れ込んだ。すぐに意識を失い、呼吸と脈拍が認められなくなった後の対応について。

# 15分間の奇跡 先生たちの救命リレー

朝日新聞デジタル2021年1月28日記事より



【ドキュメント動画】  
小学校の教室、15分間の奇跡 先生たちの救命リレー

# 全体の流れ

<p>1 シミュレーションの流れ【全体】 ※養護教諭は出張中</p>	<p>時間（例） 14：00 14：02 14：03</p>	<p>吉田さんが英語の授業開始後胸の痛みを訴える。 その場で倒れこみ、意識を失った。 福島先生が職員室に内線をかけ、応援を呼ぶ。 職員室で報告を受けた教員は役割分担・現場へ向かう。 （AED及び緊急時対応セットを教室に持っていく） 救護者が駆けつける。</p>
<p>2 救急車要請</p>	<p>14：05</p>	<p>119番通報。スマートフォンでハンズフリーを想定し、電話連絡</p>
<p>3 保護者への連絡</p>	<p>14：10</p>	<p>保護者（母）に連絡し、現状を共有、今後の確認</p>
<p>4 救急車到着</p>	<p>14：15</p>	<p>救急車到着し、誘導。救急隊へ説明、引継ぎ。保護者は救急車到着には間に合わず、搬送先の連絡および、現地に来ていただくよう確認。教員の同乗。</p>

# アクションカードの活用

# 緊急時対応

## 現場のリーダー

現場に到着次第、リーダーとなる

- ①事故状況を把握する
- ②応援者を呼ぶ

### 1 役割・指示

- ★「119番通報(傷病者の近くで)」
- ★「AED手配」
- 「記録(生徒の状況及び対応)」
- 「周囲の生徒の誘導」
- 「救急車誘導」
- 「関係者への連絡」

### 2 記録・連絡

- 各担当者から報告を受け、次の指示を出す
- 報告を受けた内容を記録者に記録させる
- 現場の状況を常に把握し、担当者が迅速に動けるようにする

# 現場のリーダー

# 119番通報

## 119番通報

### 救急車を呼ぶ(119番通報)

→傷病者の状況が把握できる位置で119番通報

- ①「救急です」
  - ②「美里町立美里中学校です。美里町柳衣1115-1です。」
  - ③「〇年生、男子 or 女子、〇時ごろ〇〇〇〇をしていて、  
〇〇の状態になりました。」  
※エビペンの地方や使用の有無を伝える
  - ④自分の名前と電話番号を伝える  
学校の電話番号「76-0379」  
通話中・使用可能な携帯番号「  
」  
※できるだけ携帯電話を使用する
  - ⑤「救急車の進入口」と「学校近くでサイレンを止めてもらうこと」を伝える
- 現場のリーダーに救急車を呼んだことと救急車の進入口を報告
  - 状況が変われば再度119番通報し再度リーダーに報告

# AEDの手配

## AEDの手配

AED を取りに行く

※ AED の設置場所 職員室

- AED を持ってきたことを現場リーダーに報告
- AED を装着  
(成人用 or 小児用)
- 手当の補助に入る



# 周囲の生徒の誘導

## 周囲の生徒の誘導

### 生徒の安全確保をする

- 生徒を安全な場所に移動させ、待機させる
- 近くの担任や教職員に事故発生を伝え、生徒を現場に近づけないように連絡する
- 現場リーダーに移動場所を報告
- 気分不快を訴える生徒がいた場合、対応する

# 救急隊の誘導

## 救急隊の誘導

### 119番通報者から救急車の進入口を確認する

- 現場のリーダーに誘導経路を報告する
- 門を開いて、門の前で待つ
- 救急車を校舎入り口まで誘導する
- 救急隊を現場に誘導する
- 傷病者が救急車に乗るまで誘導する

# 関係者の誘導

## 関係者への連絡

### 1 保健調査票を取りに行く（職員室）

### 2 保護者に連絡する

□ 携帯電話から連絡し、繋がらない場合は学校から連絡する

①事故発生内容を伝える

②現在の生徒の様子を伝える

（エビペンを打つことを伝える）

③救急車の要請の有無を伝える

④保護者が学校に到着できる時間を確認する

学校へ向かう場合は、安全に気をつけて向かうように伝える

⑤連絡がとれるようにしてほしいことを伝える

### 3 現場リーダーへ報告

□ 連絡した機関、内容等を報告

### 4 職員と共有する

□ 各関係者に連絡したことを伝える

## 実践するにあたって・・・

- ・実際に起こりそうな場面を想定し、緊張感を持って行うこと。
- ・研修の中で見えてきた課題を改善し、不測の事態に備えること。

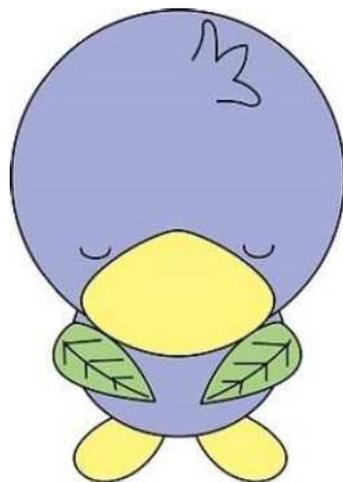
# これからの実践

①授業改善  
(養護教諭や栄養教諭との連携)

②研修計画

③家庭への協力依頼

ご清聴ありがとうございました。



## 第2班 保健管理

### ◇研究協議題及び観点

危機管理体制の充実を目指した保健管理の実践  
～ICTを活用したアレルギー対応研修会～

### ◇実践発表

県立新座柳瀬高等学校

宇田川 未来乃 養護教諭

### ◇指導助言

県立学校部保健体育課

高沢 聖子 指導主事

### ◇司会・記録者

本庄市教育委員会

塩澤 美保子 指導主事

美里町立松久小学校

小林 絵美子 養護教諭

# 危機管理体制の充実を目指した 保健管理の実践 ～ICTを活用したアレルギー対応研修会～

---

埼玉県立新座柳瀬高等学校  
宇田川 未来乃

## 本日の流れ

---

**01** 勤務校紹介

**02** 研修会実施の背景

**03** 研修会の目的

**04** 研修会の実際の流れ

**05** 研修会の成果と課題

**06** おわりに

## 勤務校紹介

# 埼玉県立新座柳瀬高等学校

## 目指す学校像

人と社会と未来に繋がり、次世代を生き抜く力を育成する学校

## 教育の特色

- ・ 豊富な選択授業
- ・ 少人数制授業
- ・ 令和6・7年度高等学校DX加速化推進事業  
(DXハイスクール)
- ・ 令和6・7年度道德教育研究推進モデル校



## 今年度の保健室での重点的な取り組み

---

### ●命を守る健康教育の推進

- ・ AEDを使用した心肺蘇生法動画の作成【生徒】
- ・ 実践力を身に付けるアレルギー・アナフィラキシー対応研修会【教員】
- ・ 防災教育普及活動実施【生徒】

### ○学校全体のウェルビーイングの向上

- ・ 心の生教育講演会実施【生徒】
- ・ 小児がん支援活動実施【生徒】

## 研修会実施の背景

---

- 近年、食物アレルギーを持つ生徒の増加により、学校現場での緊急対応の重要性が高まっている。
- アナフィラキシーは発症から数分で命に関わる状態に陥る可能性があり、迅速な対応が求められる。
- 養護教諭だけでなく、すべての教職員が「命を守る一手」を打てる体制づくりが急務。
- 本校では、エピペンを処方されている生徒が複数在籍しており、食事等も各自の自己管理となっていることから、日常的なリスクが潜在している。

## 研修会の目的

---

- 教職員がアナフィラキシーの兆候を見逃さず、**迷わずエピペン**を使用できる力を身につける。
- 実際の場面を想定したシミュレーションにより「**知っている**」から「**できる**」へと**学びを深化**させる。
- **ICTツール（ロイロノート）**を活用し、協働的・主体的な学びの場を創出することで、研修の質を高める。
- 研修を通じて、学校全体で**命を守る文化**を醸成し、保護者や地域からの信頼につなげる。

**医師の専門知識×現場に即したシミュレーション×ICT活用**

**→見える・動ける・振り返れる研修**

57分

## 研修の全体計画

時間	活動内容	目的	工夫ポイント	ICT活用
4分	研修の目的説明とミニクイズ (4問)	関心喚起	ロイロノートでクイズ作成 個人のタブレットで回答	ロイロノート
13分	動画視聴 (緊急時医薬品投与に関する校内研修資料より)	知識・理解促進	資料を資料箱に入れておくことで、研修前後に視聴可能	電子黒板
5分	ミニクイズ解答・補足説明	知識の整理と実感共有	医師の解説活用 養護教諭の校内での実体験紹介	canvaでスライド作成
5分	全体デモンストレーション	全体で流れを共有・イメージを掴む	メンバーを各班のリーダーに配置	動画撮影 (任意)
12分	第1回シミュレーション 振り返り	実践対応力向上	事前の役割分担 異学年教員構成	タブレット動画撮影・視聴
10分	第2回シミュレーション 振り返り	修正・改善による定着	記録係が振り返り入力し提出 *各班の振り返りは各自で閲覧可 動画提出	ロイロノート
3分	本校生徒の実態共有	エピペン所持生徒の確認	4月の周知事項を再確認	canvaでスライド作成
5分	事後アンケート (ミニクイズ6問と感想)	理解確認と感想共有	冒頭のミニクイズの質問+2問	ロイロノート

## 研修中のICT活用方法

---

### ●ロイロノート

- ・導入にアレルギー・アナフィラキシー対応のミニクイズ、事後チェック兼アンケート実施（質問は緊急時医薬品投与に関する校内研修資料より抜粋）
- ・シミュレーション時の振り返り・撮影動画共有
- ・事前に研修会資料を資料箱へ 研修会不参加者にも後日資料箱から閲覧してもらう

### ●Canva

- ・ミニクイズの解説等、スライド作成

### ●タブレット・電子黒板

- ・動画撮影・資料閲覧・クイズ等回答

## シミュレーションの設定

---

高校1年生の男子生徒Aは、重度のナッツアレルギーがあり、日ごろから自分のカバンの中にエピペンを入れています。

昼休み、生徒Aはコンビニで購入したパンを食べました。表示をよく確認せず、少量のナッツが含まれていると気づいたものの「形として残っていないし、少しなら大丈夫だろう」と判断し、食べ続けてしまいます。

5時間目の授業開始前、担当教員が教室に入ったところ、生徒Aから「昼にナッツ入りのパンを食べてしまった」と申告がありました。現在、全身のかゆみとのどの閉塞感を訴えています。教員が様子を確認している最中に、生徒Aが苦しみ始めました。



## 各班での役割分担

---

生徒 A → 誤食し、苦しそうにする

発見者 → 生徒から申し出があり、状況を確認

Aが症状を訴えた後、意識の確認。周りの教員を呼び、指示出しエピペンを使用した時間等の記録

準備係 → Aのかばんからエピペンを取り出し、エピペンを使用  
救急車が来るまで、Aの様子を観察

連絡係 2名 → ① 119番通報

② 管理職や保健室への報告 + AED持参

観察係 2名 → ① タブレット端末でシミュレーションを動画撮影

② 振り返りで出た感想をロイロノートスライドに入力

応援教職員複数名 → 発見者の指示に従い、生徒の誘導等手伝い

## シミュレーションを行う上での工夫

---

### ● 異年次・異教科の教員をミックスした班構成

教室で授業が始まる前に発生したと仮定し、異年次・異教科の教員間でも連携を図り、対応できるようにした。

### ● 教員の立場・特性に合わせた事前の役割設定

エピペンを実際に所持している担任や教科担当を発見者や準備係に設定し、なるべくリアルな状況に近い立ち位置でシミュレーションに参加してもらった。

### ● シミュレーションカードと事後チェックリストの活用

シミュレーションを見ている側も誰が何の役割を果たすのかを視覚的に理解するため、役割に応じたシミュレーションカードを作成し、使用した。また振り返りの際のチェックの視点として事後チェックリストを各班に提供した。いずれも緊急時医薬品投与に関する校内研修資料を活用

## 研修の成果

---

- クイズの正答率の向上 = 正しい知識の普及促進
- 各班シミュレーションの回を重ねるごとに、より実践的な内容に踏み込んだ話し合いがされており、自分事になっている印象を受けた。
- 研修実施前は「エピペンの手技に不安があるか」の質問に対し、“はい”と回答した教員が28名（71.8%）いたが、研修実施後は2名（5%）に大幅な減少。
- 感想でシミュレーションが大変好評だった。また、動画を見返したいという感想も多く、主体的に学ぶ姿勢がうかがえた。

## 今後の課題や検討点・次回の研修に向けて

---

- ・シミュレーション研修は非常に好評だったため、今後も継続したい。ただし時間がかかるため、年間行事として定着できるような持続可能な研修スタイルの検討が必要。また、より多くの教員が実技を実践できる工夫も求められる。
- ・ICTの活用は便利だが、システムエラーなど予期せぬトラブルも想定し、事前準備が重要。研修中の接続不良なども考慮し、余裕を持った進行が望ましい。
- ・感想にはアレルギー症状の重症度判定に不安を感じる声があり、判定方法の説明と体験を含める必要がある。また、実技の理解があっても、針を刺す行為に不安を感じる記載も見られた。緊急時に心理的なハードルを越えられるよう、支援や声掛けも重要だと感じた。

## おわりに

---

研修を通じて、本校の教職員の中でアレルギーやアナフィラキシー対応への知識・判断力・行動力が**“自分ごと化”**されたと感じる。また、一人一人の「命を守る」という意識が高まり、周りの教職員との連携の重要性を感じるきっかけにすることができた。今後も危機管理体制を強化し、実践的な研修を通じて教職員の協働力を高めながら、日常の安心につながる学びを、これからも積み重ねていきたい。

**「できる研修」を超えて「生きる研修」へ**

## 第3班 学校における食育

### ◇研究協議題及び観点

児童生徒の望ましい食習慣の形成を目指した

食育の実践

### ◇実践発表

三郷市立瑞穂中学校

稲垣 光里 栄養教諭

### ◇指導助言

県立学校部保健体育課

平澤 亜美 指導主事

### ◇司会・記録者

春日部市立南桜井小学校

加藤 淑香 養護教諭

春日部市立豊春小学校

佐怒賀 はな 養護教諭

# 「組織的・計画的な食育の推進～本気の食育～」

三郷市立瑞穂中学校

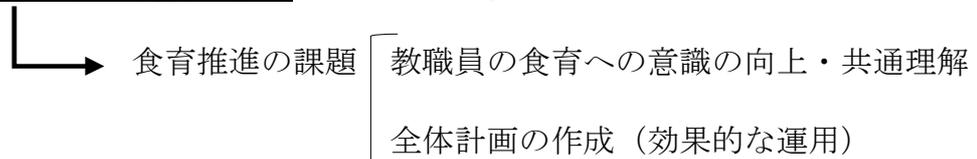
栄養教諭 稲垣光里

## 1. 学校全体で食育を推進するにあたって

学校における食育の目的は、「食に関する資質・能力を身に付けること」、「食に関する課題を解決すること」である。目的を達成するためには、まず、食育推進の課題を解決することが必要となる。

児童生徒にどのような力を身に付けさせるのか、食に関する課題をどのように学校で解決していくのか。

そのためにどのように食育を推進していくのか。

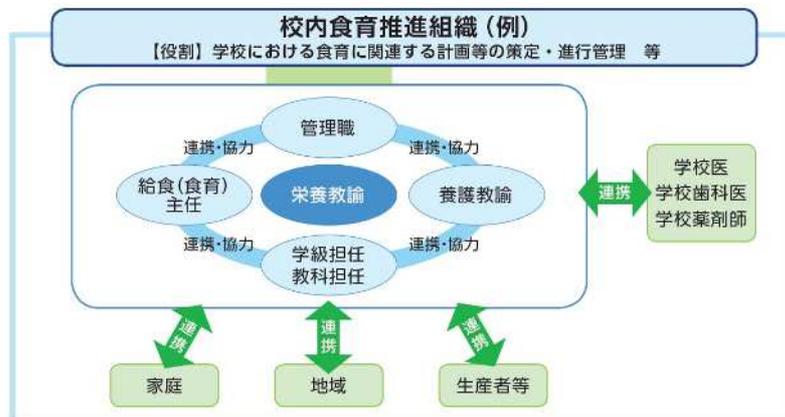


## 2. 食育推進体制の整備

### (1) 食育推進体制の確立

食育推進体制の確立におけるポイントは3つあります。

- ①食育推進組織は給食委員会や学校保健委員会など既存の組織を活用してもよい。
- ②栄養教諭は組織の中心となるため給食（食育）主任を兼任しないことが望ましい。
- ③養護教諭・給食（食育）主任の協力が必須である。



出典：栄養教諭を中核としたこれからの学校の食育（文部科学省）

## (2) 教職員との連携

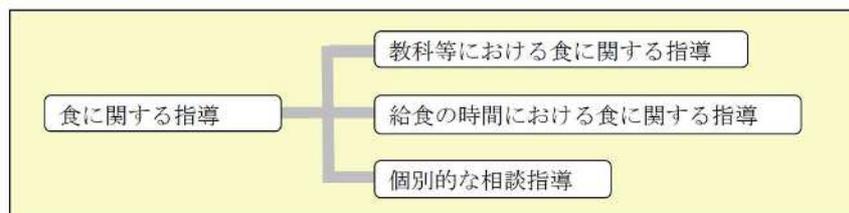
学校給食の仕組みや食育の目的を理解してもらうことが大切である。

### <学校給食について>

- ・学校給食法に基づいて実施されていること（学校給食の7つの目標）。
- ・献立は学校給食実施基準に基づいて栄養バランスが考えられていること。
- ・学校給食衛生管理基準に基づいて衛生的に調理されていること。

### <食育について>

- ・食育の目的は「食の自己管理能力」を育てることである。
- ・食育基本法や学習指導要領には、学校における食育の推進が明記されている。
- ・学校給食を「生きた教材」として活用することが効果的である。
- ・食に関する指導の3つの内容について。



出典：食に関する指導の手引-第二次改訂版-（文部科学省）

※食育＝栄養指導ではない、個別的な相談指導については、養護教諭と連携を図る

## 3. 食に関する指導の全体計画作成のポイント

食に関する指導の全体計画は「いつ」「誰が」「どのように」行うのかを明確にしたものである。栄養教諭を中心に組織としてPDCAサイクルを回していくことが大切。

### (1) 適切な実態把握

既存の調査や学校独自の調査により「食習慣」や「健康状態」、「食に関する知

識」など児童生徒の実態を整理する。健康診断の結果や児童生徒の健康状態については養護教諭から詳細な情報を得ることができる。調査結果は**数値化**することで、取組の成果を可視化することができる。

## (2) 評価指標、食に関する指導の目標設定

児童生徒の食に関する課題解決に向けた食育推進の評価指標を設定する。評価指標は課題性(自校の食育を推進するために改善しなければならないことは何か)、緊急性(すぐに改善しなければならないことは何か)、方向性(教職員が食育推進のために実践することは何か)の観点から焦点化する。食に関する指導の目標は目指す児童生徒の姿を資質・能力の3本柱で明確に設定することが大切である。

## (3) 計画の共有、実施

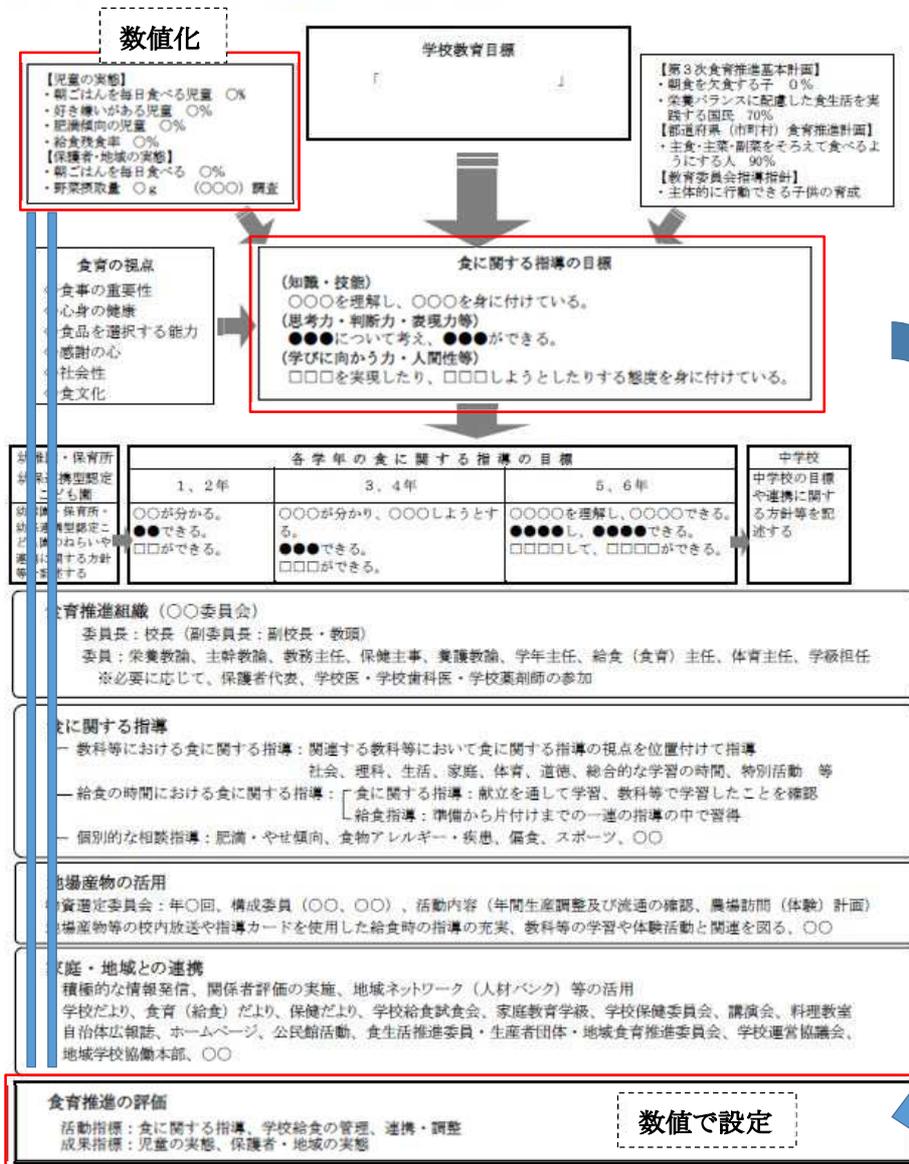
計画を全体で共有し、児童生徒の目指す姿、そのためにやるべきことを明確にしたうえで指導にあたる。食に関する指導の全体計画②では目標に合わせて関連のある教科をピックアップすることで、学校の課題に対して重点的に指導を行うことができる。

## (4) 評価、改善

計画通りの結果が出たのか検証を行い、検証結果を踏まえて改善策を作成する。目標を達成しなかった場合は、目標値を変更するだけでなく、評価指標の設定変更もする。

(例) 食育に「関心」があると回答した子供の割合目標値80%→実績値75%  
食育に「関心」があるという評価は子供に難しいことから、食に対する意識として「食事が楽しい」と回答した子供の割合に評価指標を変更する。

1 食に関する指導の全体計画①（小学校）例



4. 食育指導者養成研修での気づき

(1) 食育への共通理解

食育指導者養成研修に参加していた小中高等学校の校長や教諭から、協議や振り返りにおいて、「給食や食育はたくさんの法規に基づいて実施されていることを知らなかった」「栄養教諭の思いや苦労を感じた」という言葉を多く耳にした。教職員の食育への理解を得ることが連携体制を築くために重要であることを強く感じた。また、校内研修や給食（食育）主任、体育主任等の研修で食育をテーマにすることも学校全体での食育推進に効果的であると考えられる。

## (2) 授業づくり

児童生徒にこうなってほしいという理想、教師の価値観が授業内容に反映されがちであることを感じた。

<授業づくりのポイント>

- ・学習指導要領を着実に

児童生徒の現状を把握し、どんな資質能力を身に付けさせるのかを中心に授業の枠組みを考える。

- ・知識詰め込み型にならないように

児童生徒が考える場面と教師が教える場面をどのように組み立てるかが大切。

- ・T.Tでそれぞれの役割を明確に

栄養教諭と学級担任、教科担任で十分に打ち合わせをする。栄養教諭が関わったことで深い学びになるようにする。

## 5. 食に関する指導の実践

### (1) 生きた教材としての献立づくり

#### ①読書給食

三郷市は読書のまちをかかげており、司書教諭等と連携し、本に登場する料理を給食で提供する読書給食を実施している。本の内容と料理の関わりについて放送原稿を作成し、給食時間に校内放送をしている。



今日は「読書給食」です。給食を通して1冊の本を紹介します。今日紹介する本は、住野よる著書の「あまのり麦本三歩の好きなもの」という本です。主人公、麦本三歩は図書館で勤務している女性です。三歩はぼうっとしていて天然っぽい人柄で、図書館では先輩たちにマスコットの的に可愛がられています。そんな三歩も時には怒ったり、友達の不幸な話に涙を流したりと、主人公の愛おしい日常を書いた物語になります。三歩を幸せな気分にするのは、スーパーで売っているスイーツや、チーズ蒸しパン、コンビニの鮭おにぎり等です。今日の給食では本でも出てくるチーズ蒸しパンを給食風にアレンジして作りました。どんな物語なのか給食をきっかけに読んでみてください！

## ②リクエスト献立

中学2年生に家庭科の学びを活かして給食で食べたい献立を考えてもらう取組。地場産物を使った献立を考えたり、日本各地の郷土料理や世界の料理を取り入れたりするなど工夫している。献立のアピールポイントをポスターや放送原稿にして配布している。



**リクエスト献立**

7月15日(火)の給食は 中学校

さんが考えてくれた献立です。

給食に出して欲しい献立を昨年2年生(現3年生)に考えてもらいました。選考基準にあった彩りや栄養バランス、地場産食材を使用している献立の中から、作業性などを考慮し、季節にあった献立を選びました。今月は、下記の献立が登場します。

主菜「サモザ」

別菜「コールスロー」

主食「ナン」

牛乳

惣菜「夏野菜カレー」

さんば、インドをイメージした献立を考えてくれました。給食では海外の食文化もみなさんに知ってほしいので、さまざま国の料理を給食に取り入れています。さんばらも「サモザ」など馴染みのない料理は、家でも食べられないので給食で食べてみたいというリクエストがありました。また、外国料理のリクエストでも1〜5群の食材がそろうように栄養バランスを考えて、献立を選考することができていました。給食の衛生管理の都合で、サラダの食材を少し変更しています。メニューの提案ありがとうございます。

三郷市教育委員会学芸課 瑞沼学校給食センター

## (2) 教科等における食に関する指導

### ①小5家庭科 「食べて元気に」

みそ汁の調理実習の前に、だしについて授業を行っている。まず、だし汁だけ、次にだしが入っていないみそ汁、最後にだしが入ったみそ汁を飲み、それぞれの味や香りを比較する。だしが入っていないみそ汁では「何か物足りない」「味が薄い」という反応が多くみられるが、だし入りみそ汁を飲むと「おいしい」と歓声が上がり、ワークシートには「料理として完成している」「深みが出た」と記録していた。自分の舌で体験することと飲み比べによりだしの役割を実感することができるのではないかと考えられる。

学級担任は児童の気づきを黒板や大型テレビにまとめる、飲み比べの結果からだしの役割「料理をおいしくする」という言葉を引き出す、栄養教諭はだしの用意とだしについての説明という役割分担のもと授業を実施している。

7 食べて元気に 5年 組名前

めあて

みそしるは、( )で( )を煮て、( )で味をつけます。

だし…煮干しやこんぶ、かつおぶしなどを水とともに加熱したもの。

うまみのもとや香りが出る。

～だしの材料～

**【煮干し】** イノシン酸という、うま味成分を持つ。  
 小魚を煮てほしたもので、カタチイワシで作ったものが多いです。  
 頭とはらわたを取って、水から煮てだしをとりまます。煮干しごと食べると、カルシウムをたっぷりとることができます。

**【こんぶ】** グルタミン酸という、うま味成分を持つ。  
 二番最初に発見されたうま味成分で、こんぶをほしたことで、  
 うまみ成分がこわれて、味が出ます。  
 水からだしをとり、煮すぎると苦味が出るので、ふっとう前に取り出します。

**【かつおぶし】** イノシン酸という、うま味成分を持つ。  
 魚のかつおを煮て、かんそうさせ、カビを付けてよく成させて作ります。  
 かつお節は、世界で一番おいしい食べ物といわれています。  
 かつお節をけずったけずり節は、ふっとうした湯に入れてだしをとります。

**【干しいたけ】** グアニル酸という、うま味成分を持つ。  
 生のしいたけには、うま味成分はほとんど含まれていないのですが、しいたけを干してかんそうさせるとうま味が増えます。きのこにはうま味成分がふくまれています。特にしいたけに多いため、だしに使われます。水でもどしたしるをだしにするに使います。

1. みそしるの飲み比べをしよう

次の順番で飲み比べを行い、気付いたことを書きましょう。

- ① かつおだしを飲む
- ② だしの入っていないみそしる(みそとお湯を混ぜたもの)を飲む
- ③ ②のみそしるにかつおだしを入れて飲む

	味	香り	その他
①かつおだし			
②だしの入っていないみそ汁			
③かつおだしを入れたみそ汁			

2. だしの役わりについて考えよう

料理を( )する役わりがある。

3. だしについて学習して分かったことや思ったことを書きましょう

②中2家庭科 「中学生に必要な栄養素を満たす食事」

間接的な授業のかかわり方となるが、生徒が作成した1日分の献立について指導・助言をしている。2群や4群が不足しがちな生徒が多く、「2群では牛乳だけでなく、チーズなどの乳製品や海そう、小魚など複数の食品を組み合わせよう」「4群は果物も取り入れよう」というアドバイスを送っている。

料理名	主な食材(グラム)	1群	2群	3群	4群	5群	6群
朝食	ごはん	100	100				
	味噌汁	100	100				
	ゆでたまご	50	50				
	わかめ	10	10				
	かつお節	10	10				
	しょうゆ	5	5				
	ごま油	5	5				
	かつおだし	100	100				
	みそ	100	100				
	お湯	100	100				
昼食	ごはん	100	100				
	味噌汁	100	100				
	ゆでたまご	50	50				
	わかめ	10	10				
	かつお節	10	10				
	しょうゆ	5	5				
	ごま油	5	5				
	かつおだし	100	100				
	みそ	100	100				
	お湯	100	100				
夕食	ごはん	100	100				
	味噌汁	100	100				
	ゆでたまご	50	50				
	わかめ	10	10				
	かつお節	10	10				
	しょうゆ	5	5				
	ごま油	5	5				
	かつおだし	100	100				
	みそ	100	100				
	お湯	100	100				
合計グラム数		200	400	100	400	100	100
食品群別摂取量のめやす		30%	400	100	400	100	100

3-4群が不足しているため、夕食にけしやわかめ、かつお節、しょうゆ、ごま油、かつおだし、みそ、お湯を足すように指導した。わかめのかき揚げに野菜をのせたり、かつお節は、しょうゆ、ごま油、かつおだし、みそ、お湯を足すように指導した。わかめのかき揚げに野菜をのせたり、かつお節は、しょうゆ、ごま油、かつおだし、みそ、お湯を足すように指導した。

### (3) 給食時間における食に関する指導

#### ①クラス訪問

全クラス各学期1回ずつ訪問し、当日の給食についてワンポイント指導と学年ごとにテーマを決めて指導を行っている。

<1学期指導テーマ>

1年生…「中学校の給食について」

2年生…「埼玉の食について」

3年生…「夏バテ防止の食事について」



#### ②動画作成

給食センターの1日、調理員のインタビューをまとめた動画を作成した。給食で人気のあるカレーライスができるまでなど料理ごとの動画を増やし、給食時間をはじめ各教科などで活用している。また、調理員の学校訪問を行い、調理員の話の聞いたり、調理器具に触れたりする体験を通して、給食への興味や感謝の気持ちが高まった。また、調理員の意欲向上にもつながった。

### 6. まとめ

児童生徒が生涯にわたって心身ともに健康に生きることができるよう、一歩前進した食育が求められている。また、知育・徳育・体育の基礎となる食育を充実させることは教育活動全体によい影響をもたらすと考えられる。そのために、栄養教諭を中心としつつ学校全体で連携・協力し、食育を推進していきたい。

## 【アンケート】

アンケートの御協力をお願いします。

回答期間：7月30日（水）16時～8月8日（金）15時

<https://forms.office.com/r/WzNnKzmVY7>



埼玉県マスコット

「コバトン」 「さいたまっち」