

令和7年度
学校環境衛生・薬事衛生研究協議会
群馬大会 伝達講習

沖縄県薬剤師会 学校薬剤師部会 浦添支部長 池田 武俊

(1) 開催概要

- 開催名：令和7年度 学校環境衛生・
薬事衛生研究協議会 群馬大会
- 開催日：令和7年10月23日（木）
10月24日（金）
- 開催場所：群馬会館（群馬県前橋市）

2) 開催趣旨

学校保健関係者の連携のもと、学校環境衛生活動および薬事衛生活動の一層の充実を図るとともに、薬物乱用防止教育や医薬品教育を含む保健教育の推進を目的として研究協議が行われた。本協議会において得られた知見や成果を全国各地に展開し、学校保健の質的向上を図ることを趣旨として開催された。

3) 主催

文部科学省、群馬県教育委員会、前橋市教育委員会、公益財団法人日本学校保健会、公益社団法人日本薬剤師会、公益社団法人群馬県薬剤師会、群馬県学校保健会

(4) 参加対象者

国公立の幼稚園・認定こども園・小学校・中学校・義務教育学校・高等学校・中等教育学校・特別支援学校の教職員（養護教諭等）、学校薬剤師、ならびに都道府県・市区町村教育委員会の学校保健担当者等。

(5) 日程概要

- 1日目：開会式、特別講演、研究協議

【課題1：学校環境衛生活動】

【課題2：医薬品に関する教育】

- 2日目：講義、研究協議

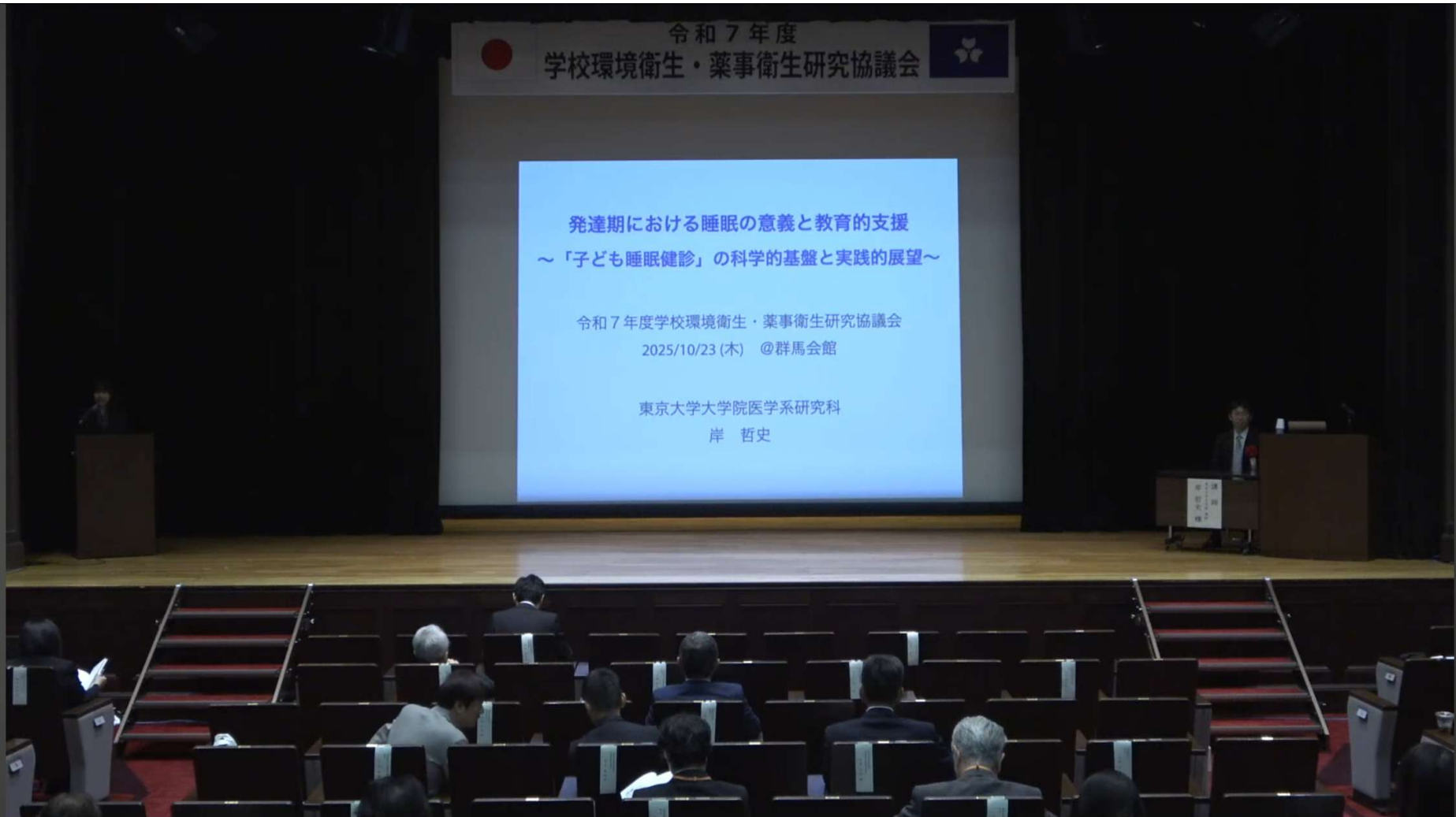
【課題3：喫煙・飲酒・薬物乱用防止教育】

【課題4：学校保健委員会（パネルディスカッション）】

発達期における睡眠の意義と教育的支援
～「子ども睡眠健診」の科学的基盤と実践的展望～

令和7年度学校環境衛生・薬事衛生研究協議会
2025/10/23 (木) @群馬会館

東京大学大学院医学系研究科
岸 哲史



発達期における睡眠の意義と教育的支援
～「子ども睡眠健診」の科学的基盤と実践的展望～

令和7年度学校環境衛生・薬事衛生研究協議会
2025/10/23 (木) @群馬会館

東京大学大学院医学系研究科
岸 哲史

2. 特別講演

(1) 講演概要

•演題：

発達期における睡眠の意義と教育的支援
—「子ども睡眠健診」の科学的基盤と実践的展望—

•講師：

東京大学大学院 医学系研究科 機能生物学専攻

岸 哲史 氏

(2) 講演内容

本講演では、子どもの睡眠が心身の健康の保持・増進に果たす役割について、国内外のエビデンスや先行研究を基に解説が行われた。特に、発達期における睡眠の質の低下が、肥満、精神疾患、生活習慣病、心疾患、脳血管疾患等の将来的リスクと関連することが示された。

また、「子ども睡眠健診」プロジェクトの背景、現状および今後の展望について説明があり、睡眠と学習・行動との関連、科学的根拠に基づく評価方法の重要性が強調された。さらに、学校・家庭・地域が連携して睡眠教育に取り組む必要性について具体的な提言がなされた。

睡眠の重要性：心身の健康の保持増進



〈本邦の現状〉睡眠時間 → OECD加盟国で最短（平均7時間22分）

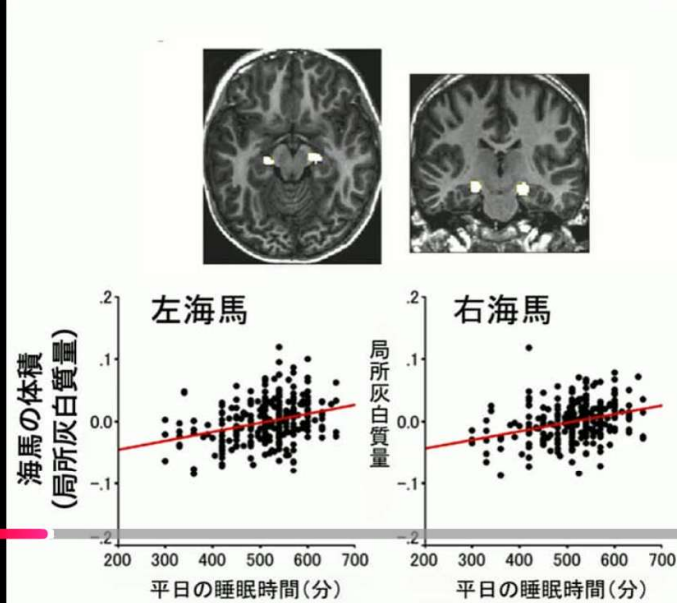
睡眠不足による経済損失 → 対GDP比で世界最悪（年間約15兆円）

睡眠負債大国

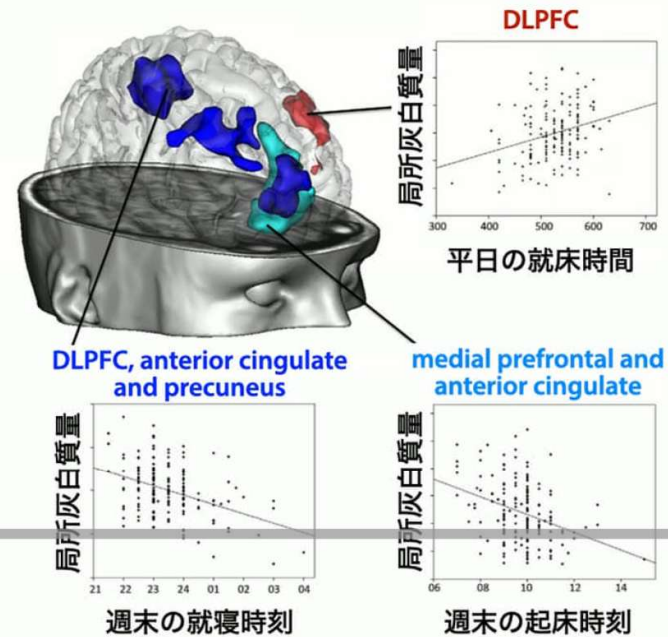
脳への影響は？

睡眠時間が短い子供は、
「記憶の座」である海馬が小さい

遅寝遅起きの子供は、思考や感情、
認知機能に関わる脳領域が小さい



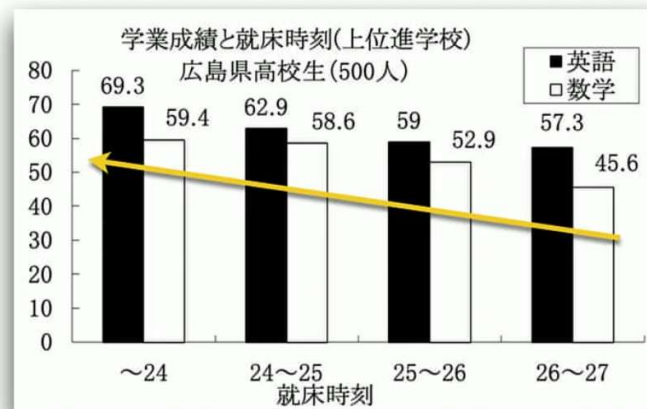
(Taki Y, et al, *Neuroimage*, 2011)



(Urrila AS, et al, *Sci Rep*, 2017)

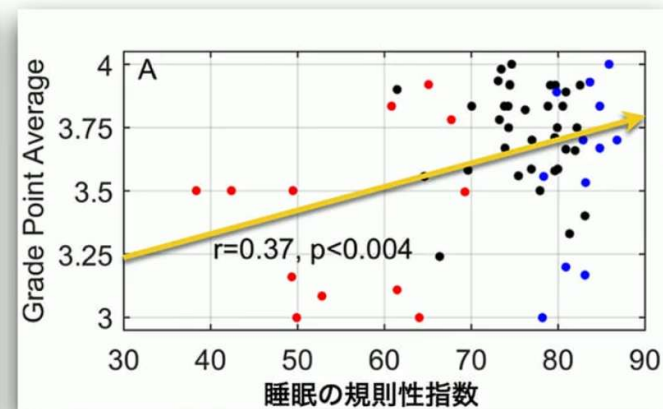
学業成績との関係は？

就床時刻が早い子供ほど
学業成績が良い



(田中、看護研究、2007)

睡眠覚醒リズムが規則的な子供
ほど学業成績が良い



(Phillips AJK, et al, *Sci Rep*, 2017)

メンタルヘルスへの影響は？

こどもにおける睡眠時間の目安

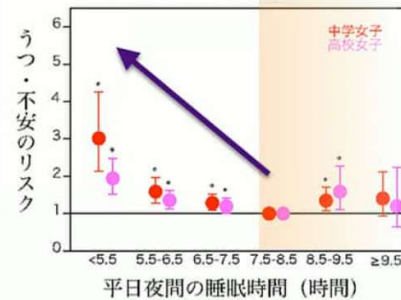
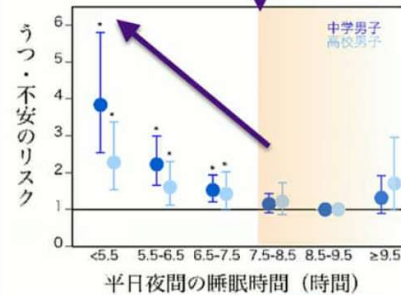
しょうがくせい 小学生	9 ~ 12時間
ちゅうがく こうこうせい 中学・高校生	8 ~ 10時間

(厚生労働省、健康づくりのための睡眠ガイド*2023)

(Paruthi S, et al., *J Clin Sleep Med*, 2016)

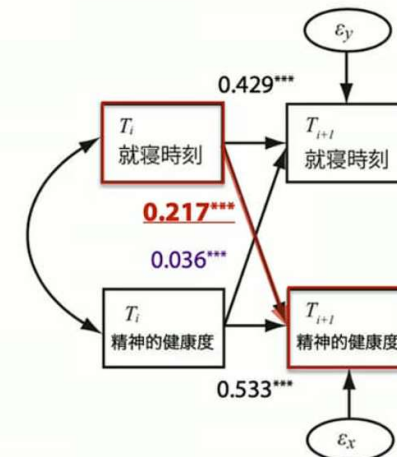
1 ~ 2歳	11 ~ 14時間
3 ~ 5歳	10 ~ 13時間

必要な睡眠時間（8時間以上）



(Ojio Y, et al., *Sleep*, 2016)

中高生5年間の縦断追跡調査



睡眠の乱れの早期検知
睡眠への介入・改善が重要

(Tochigi M, et al., *Sleep Med*, 2016)

就寝時刻の遅れ（＝睡眠不足）が精神的健康度の低下に寄与する

東京大学 大学院医学系研究科 システム薬理学教室 主催

子ども睡眠健診プロジェクト

— 子どもの睡眠の実態調査 —

児童・生徒・学生の睡眠測定に興味のある<学校・自治体・団体>を募集しています

東京大学よりウェアラブルデバイスをお送りし、生徒の睡眠覚醒リズムを約1週間計測します
その後、ご相談の上、解析結果をフィードバックします

- プロジェクト参加申込
Googleフォームが開きます
- お問い合わせ
Googleフォームが開きます
- 資料請求
Googleフォームが開きます
- シンポジウム動画視聴
Googleフォームが開きます

? 測定の概要



行動変容のきっかけのお手伝いをいたします

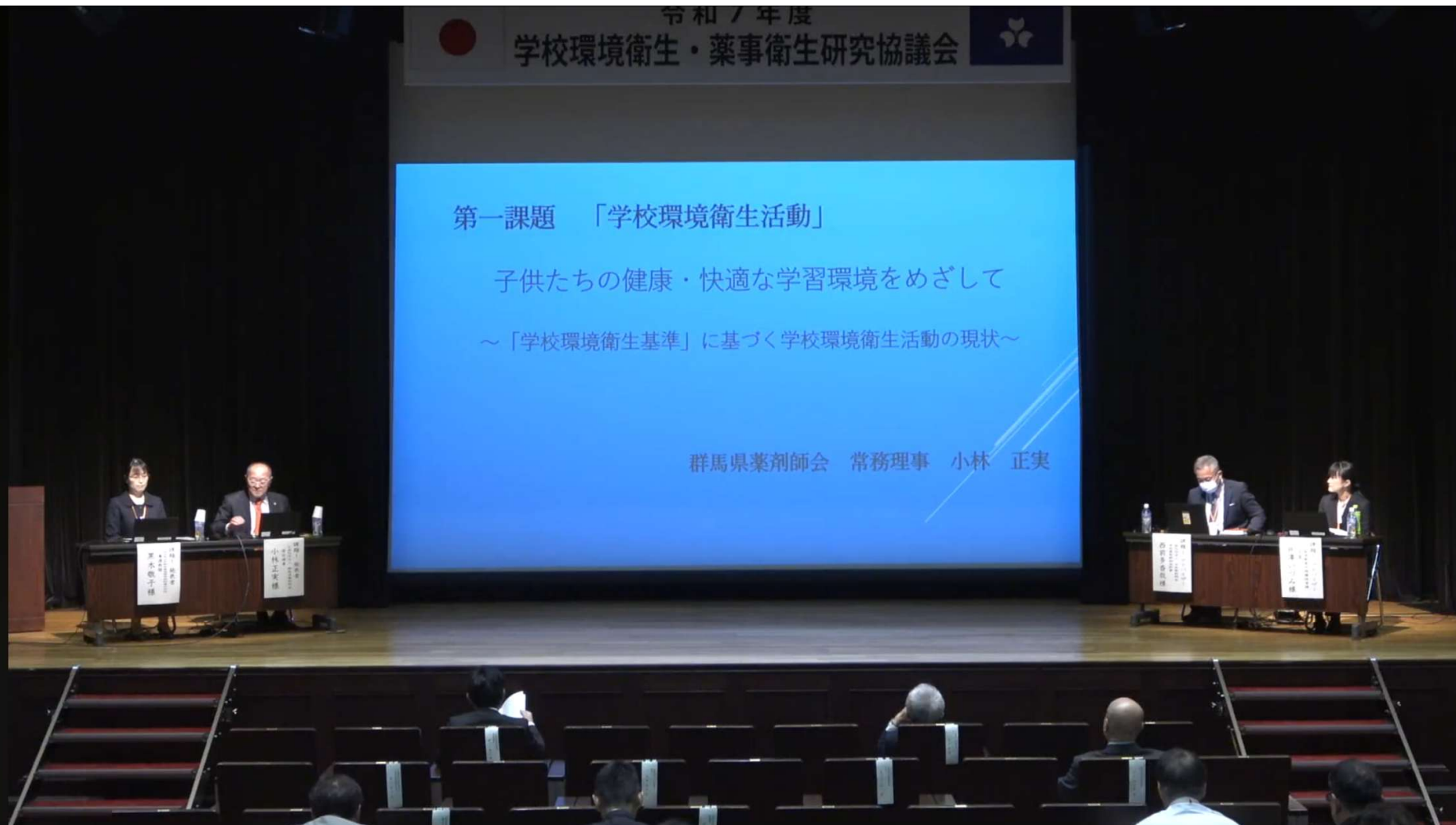
¥0 参加費は無料です
郵送料は東京大学が負担します

第一課題 「学校環境衛生活動」

子供たちの健康・快適な学習環境をめざして

～「学校環境衛生基準」に基づく学校環境衛生活動の現状～

群馬県薬剤師会 常務理事 小林 正実



課題Ⅰ 学校環境衛生活動

発表者：公益社団法人群馬県薬剤師会 常務理事

1. 地域及び体制の概要

太田市は群馬県南部・東毛地域に位置し、人口約22万人を擁する県内有数の工業都市である。

太田市学校薬剤師会（以下、当会）は22名の会員で構成され、小学校25校、中学校17校、小中一貫校1校、高等学校8校、認定こども園・幼稚園16園を担当し、学校環境衛生活動を中心に学校保健および学校安全の向上に取り組んでいる。

1 はじめに

太田市は、群馬県の南部、東毛地区にある市であり、人口は約22万人で、県内では高崎市、前橋市に続き3番目に多い。県内では西に隣接する伊勢崎市とともに施行時、特例市に指定されている。

国産自動車の企業城下町であり、製造品出荷額等が3兆円に迫る北関東地域最大の工業都市である。隣接する桐生市や栃木県足利市と共に両毛地域を形成する。昭和23年の市制施行当時の区域は旧新田郡であったが、現在の市は、旧山田郡・旧新田郡の区域で構成されている。また、人口増加率は県内有数の伸びを示している。

太田市学校薬剤師会（以下当会）の会員は、22名で小学校25校、中学校17校、小中一貫校1校、高等学校8校、認定こども園・幼稚園16園の学校環境衛生活動をはじめとした学校保健と学校安全の向上に携わっている。



2. 環境衛生検査の実施体制と変遷

当会の学校環境衛生活動は、「学校保健法」および「学校環境衛生基準」に基づき実施されてきた。

昭和60年代当初は、会員約20名がグループを編成し、5年計画で全学校の環境衛生検査を行う体制であった。検査項目ごとに複数の大型検査機器が必要であったため、機器の運搬や検査準備には養護教諭の協力を得ながら実施していた。

プール水質検査については、当初は市水道局や保健所の施設を借用して対応していた。



▶平成3年6月より太田市から太田市薬剤師会へ太田市総合健康センター内に2部屋（図3）借りることができ、会議（図4）や各検査に必要な、デジタルPH計（図5）、加圧滅菌器（図6）、インキュベーター（図7）、乾熱滅菌器（図8）、等を当会が購入し設置した。これにより、当会の検査日の制限が無くなり、緊急要請も応じられるようになった。



シリコ栓・ダーラン管





(図7)



(図6)



(図5)



(図8)

▶平成20年に「学校保健法」が「学校保健安全法」に改正、学校保健安全法第6条第1項において、文部科学大臣が「学校環境衛生基準」を定められた。また、平成21年4月には学校保健安全法施行規則第1条第1項で、学校における環境衛生検査は、「学校環境衛生基準」に基づいて行わなければならないと明確に規定された。当会ではこれらの改正を受け、学校へ提出する報告書様式の見直し、検査準備の簡素化を進めた。

▶当会から考察等で助言したことが学校で対応できておらず、学校へ改善要望を行っても、予算のかかる大きな設備改善は学校単独ではできないこと、改善までに時間を要することも認識した。

▶近年、学校環境衛生活動だけでなく、「学校薬剤師活動の見える化」を積極的に行うため、児童生徒への保健講話・薬物乱用防止教室・学校保健委員会にも積極的に対応している。コロナ禍に陥った期間には、教室に常設してある二酸化炭素モニターの設置場所や教室の温度を保ちながらの換気の方法の検討や測定を行い、教室の空気環境保持のための助言をした。

学校環境衛生活動は、検査の実施にとどまらず、
結果の活用・情報共有・継続的改善が重要である。
当会は今後も「学校環境衛生基準」に基づく確実な検査と、
見える化を意識した学校薬剤師活動を通じて、
児童生徒の安全で快適な学習環境の確保に貢献していく。

令和7年度 学校環境衛生・薬事衛生研究協議会

快適な環境づくりのための活動

ー 感染症対策と目の健康に配慮した環境づくりー

栃木県立宇都宮東高等学校附属中学校

養護教諭 黒木 敬子



1. 環境衛生活動の特色

2. 快適で安全な学習環境づくりの…

● 学校保健計画に基づき計画的に実施

特色

学校薬剤師は、中学校高校それぞれに委嘱

特色

高校の養護教諭と連携

2. 快適で安全な学習環境づくりのための取組

3. 関係者との

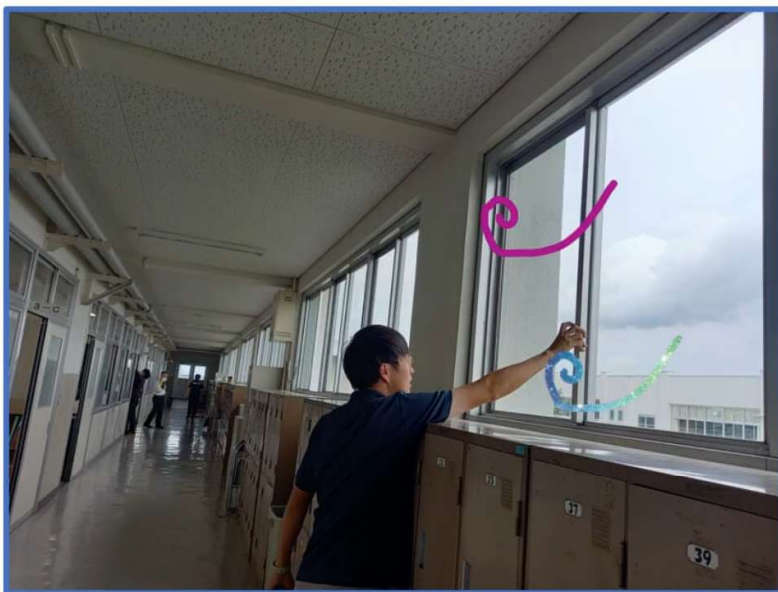
感染症対策

安全な環境の維持

目の健康に配慮した環境づくり

快適な環境の維持

換気活動 教員



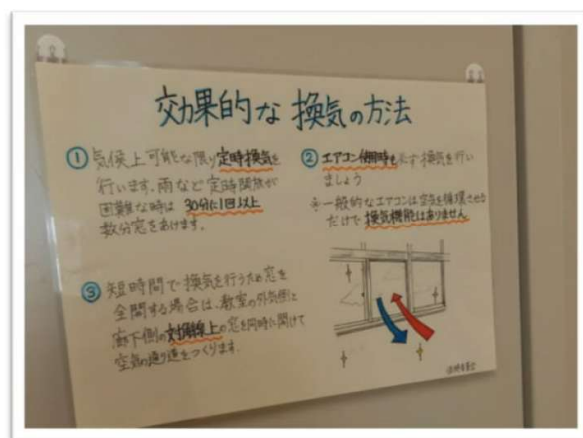
教室、廊下階段
の窓が開いてい
るか点検



換気対策 生徒

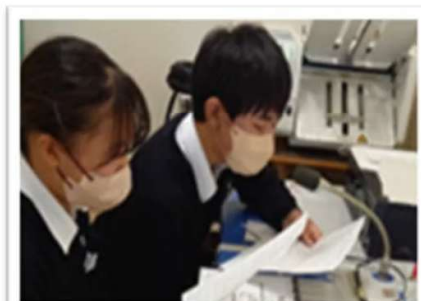
【常時活動】

- 換気の確認や実施
- 掲示物による啓発



【委員会時の活動】

- 換気チェック・呼びかけ
- 生徒集会で啓発
- ヘルスチャンネル放送
- ヘルスペーパー配布



換気対策 意識調査

【アンケートの実施】

- 換気のメリット、デメリット
- 換気されていない教室を
どう思うか
- 自ら換気しようと思うか

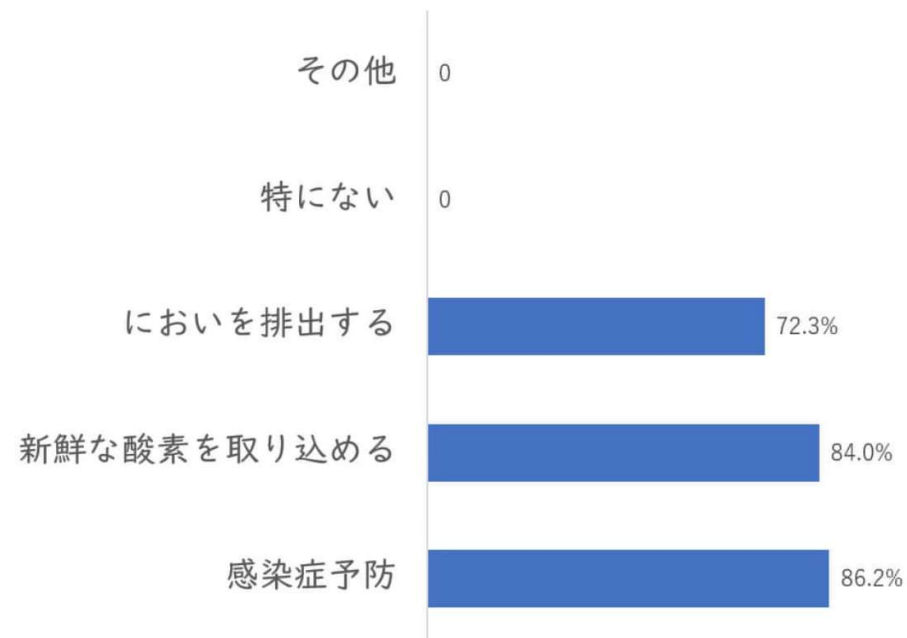
Forms

R6年度 換気に関するアンケート

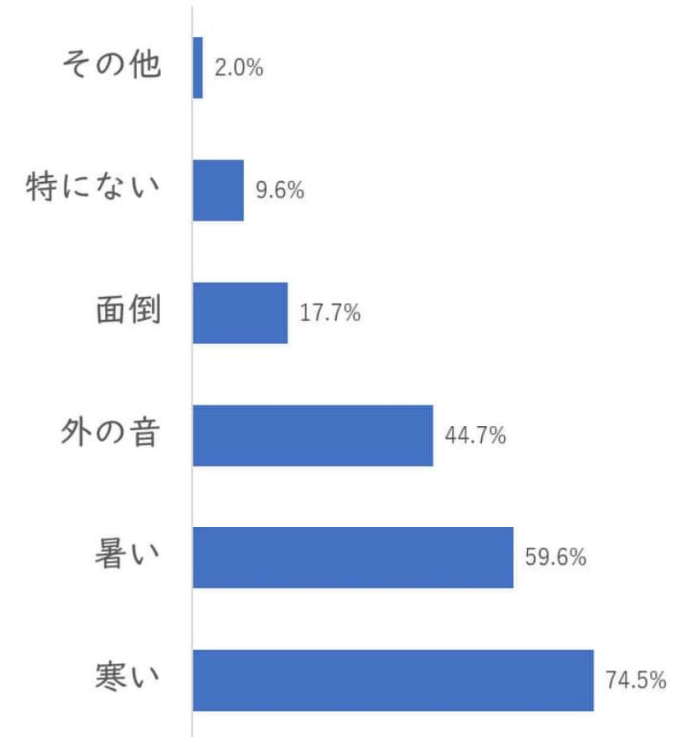
1. 換気についての質問です。
換気をするメリットは何だと思われますか。（複数回答可）

- ☐ 感染症予防
- ☐ 新鮮な酸素を取り込める
- ☐ においを排出する
- ☐ 特にない
- ☐ その他

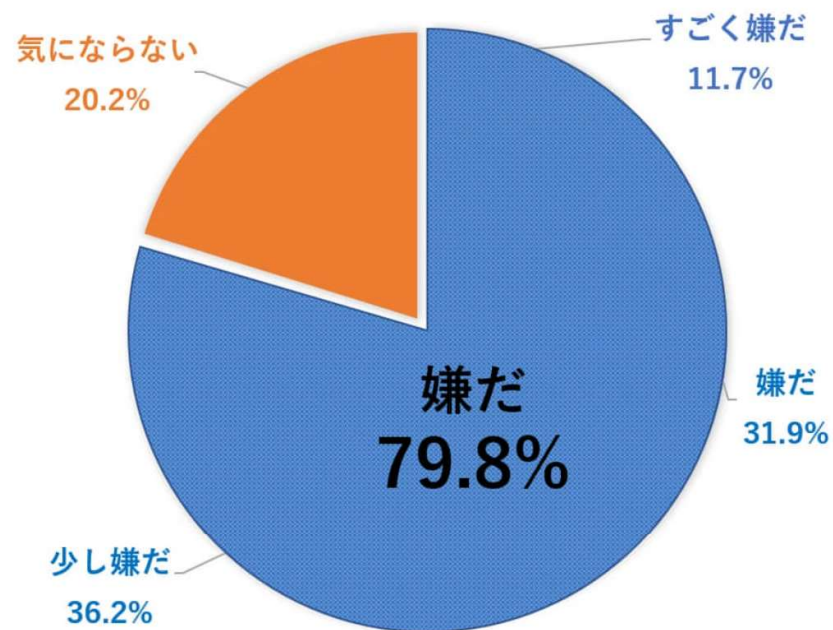
換気のメリット



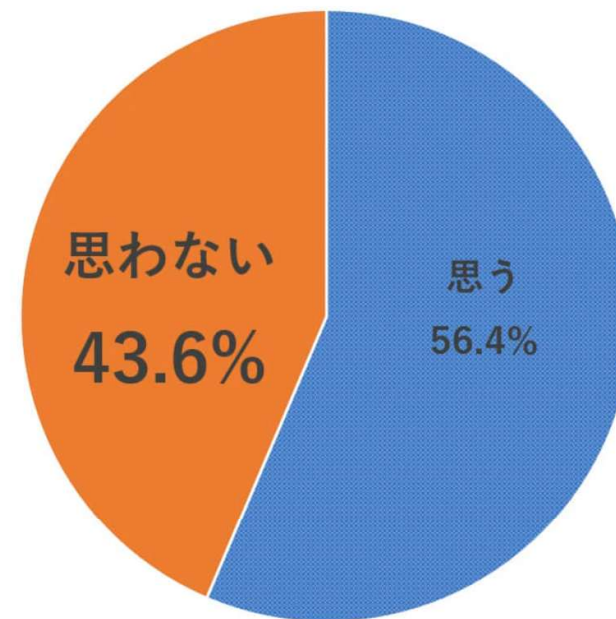
換気のデメリット



換気されていない教室



換気しようと思うか



感染症対策 アルコール消毒液の設置

各教室
特別教室
昇降口
体育館出入口
トイレ前
保健室出入口

新型コロナウイルス
が5類に移行



昇降口
体育館出入口
トイレ前
保健室出入口

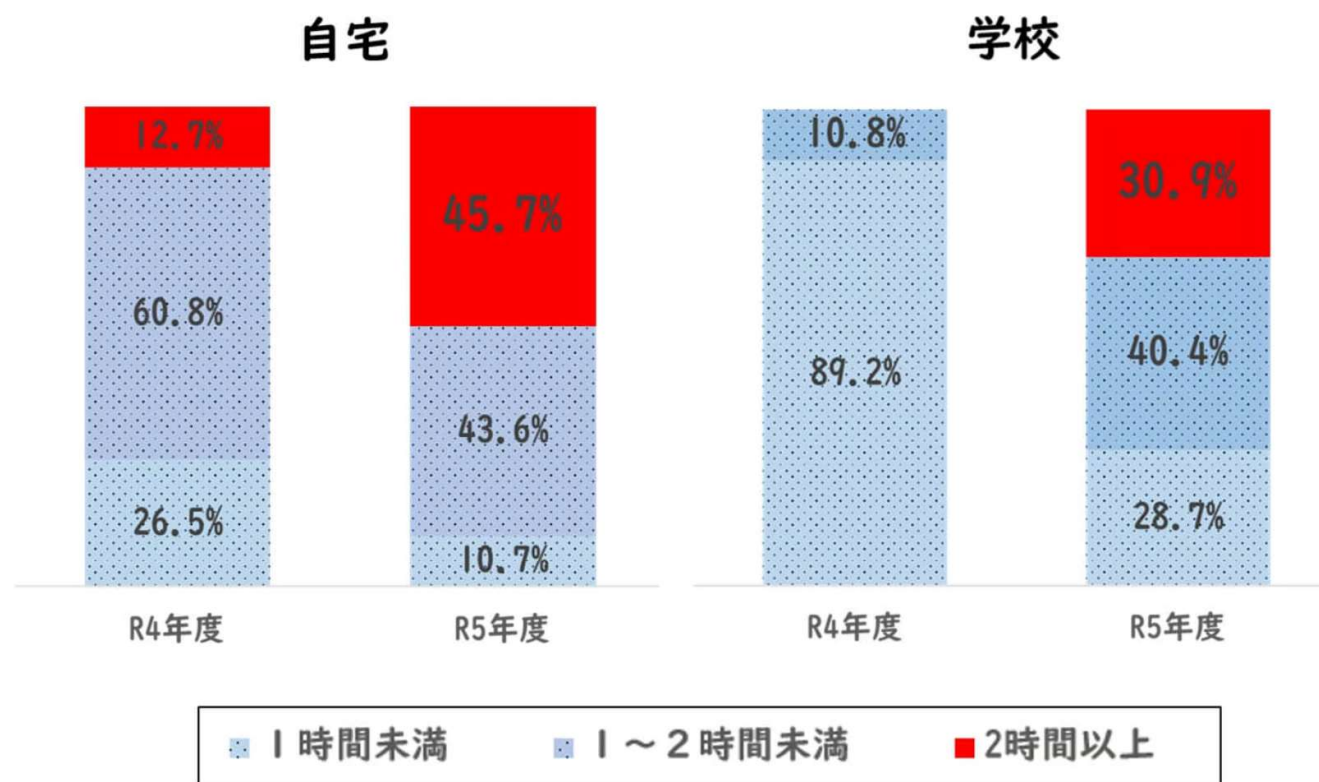
2. 快適で安全な学習環境づくりのための取組

3. 関係者との

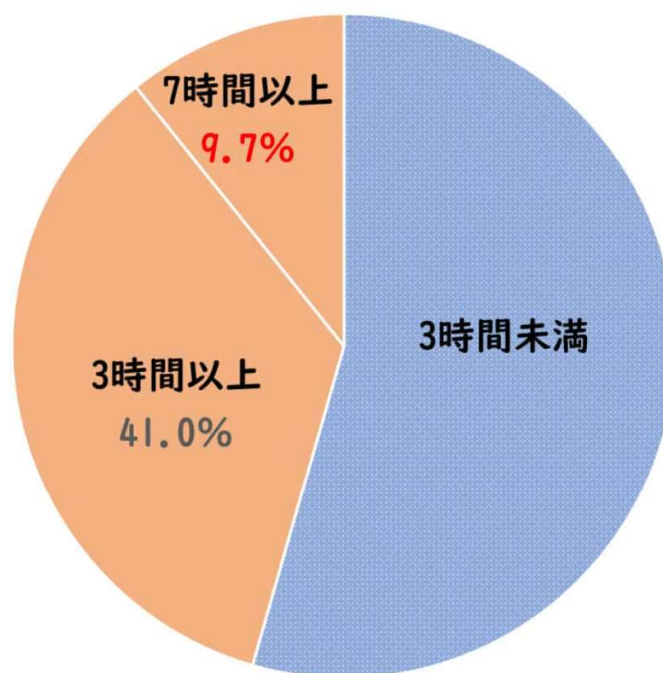
目の健康に配慮した環境づくり

快適な環境の維持

液晶画面を1日何時間見ていますか？



1 週間(7日間) 平均して見ている時間



照度検査【5月、11月、2月に実施】

5月… 照度 まぶしさ 黒板面の色彩

→「廊下側の座席から黒板が見えにくい」

指導助言

→まぶしさの原因を取り除くこと

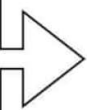
遮光カーテン 無



有

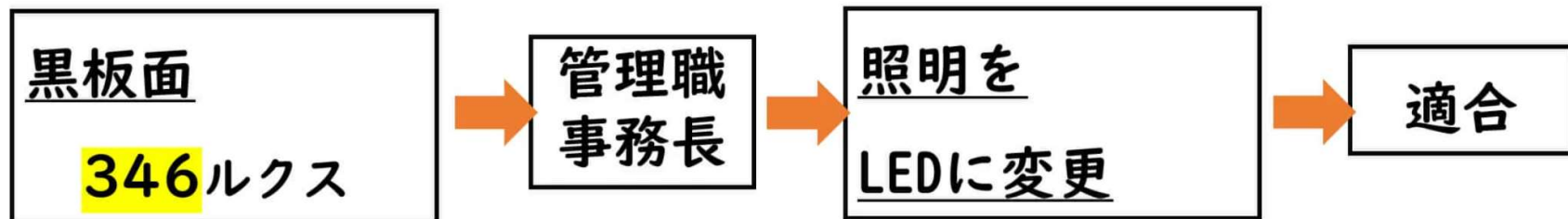


厚紙等で
窓を覆う

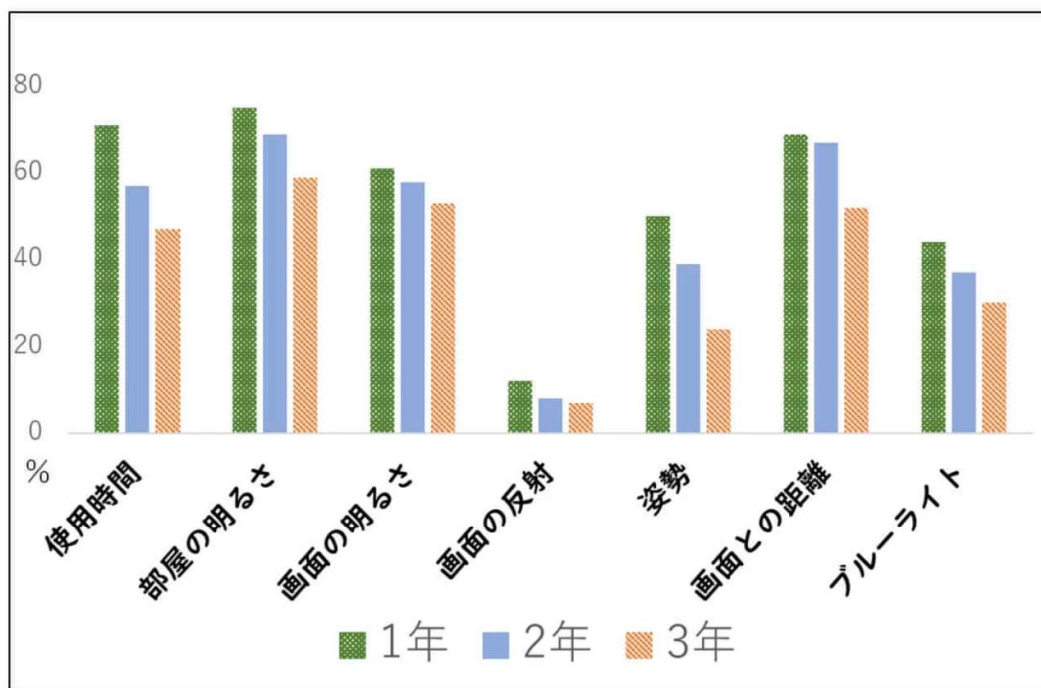


照度検査【翌年度】

7月…注視していた教室の検査



意識調査【生徒対象】



「画面の反射」について意識している生徒が少ない

どの項目も学年が上がるにつれ意識が低くなっている

3. 関係者との連携

4. 成果と課題

5. 最後に

学校薬剤師との連携

- 学校保健計画の立案
- 学校環境衛生検査と指導助言
- 環境、薬品管理、保健指導に関すること



右：高校の学校薬剤師
左：中学の学校薬剤師

専門的助言

明確な根拠

心強い味方

医薬品に関する教育

本課題では、児童生徒を対象とした「くすりの正しい使い方教室」の取組について報告が行われた。近年、若年層における医薬品の不適切使用やオーバードーズが社会問題化しており、その背景には精神的な「生きづらさ」や誤った情報への接触があることが示された。特に一般用医薬品は入手が容易である一方、誤使用による健康被害や依存のリスクが高い点が課題として挙げられた。

課題 2 医薬品に関する教育

くすりの正しい使い方教室の実施

～東京都薬剤師会・警視庁の
共同実施対策も含めて～

公益社団法人東京都薬剤師会
常務理事 藤尾絵美

1. はじめに

医薬品の不適切な使用が社会問題

特に若年層のオーバードーズ（医薬品の過剰使用）が深刻化

背景 「生きづらさ」

- ・精神的な苦痛からの逃避
- ・一時的な多幸感

使用される医薬品 向精神薬、風邪薬、咳止めなど

一般用医薬品は複数の薬局・薬店で入手可能

死に至る事例、依存性も高い

➡児童生徒を対象とした「くすりの正しい使い方」に関する教育が課題

2. 担当学校での くすりの正しい使い方教室の実施

担当校：東京都大田区立松仙小学校

実施日：令和7年2月17日

対象：6年生 90名



3. スライドの内容

(1) セルフメディケーション



3. スライドの内容 (2) くすりの決まり

くすりには**決まり**があります

- くすりには用法・用量が決められています

用法

用量

1日3回食後
1カプセルずつ服用など...

- 人にあげてはいけません
- 外箱や説明書に書いてある説明を
大人と一緒に確認しながら使いましょう
- 使用期限に注意しましょう



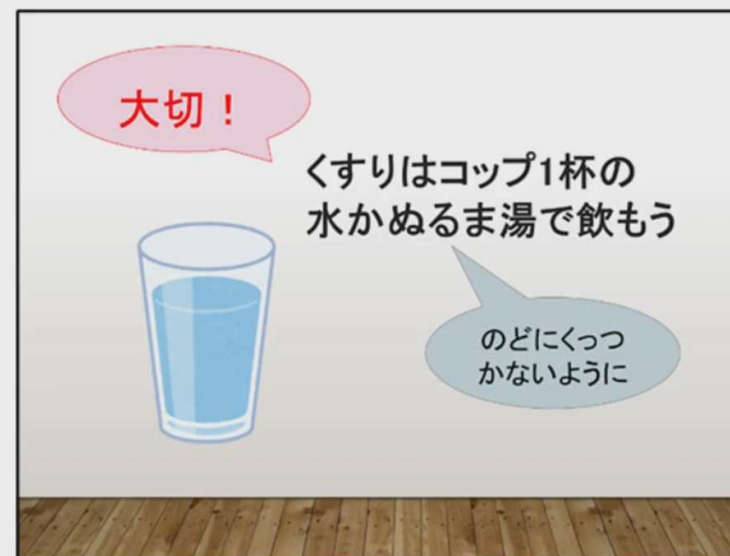
くすりには**主作用**と**副作用**があります



くすり本来の目的である病気を
治したり症状を軽くする働き

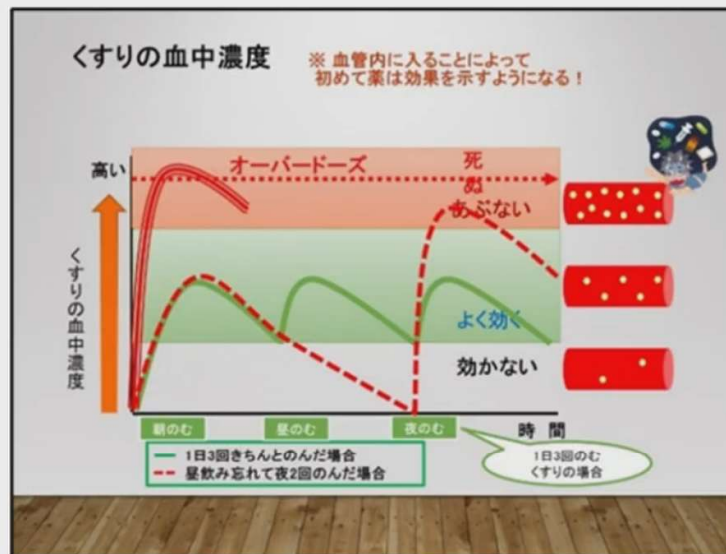
3. スライドの内容

(3) くすりの飲み方



3. スライドの内容

(4) 血中濃度



薬物乱用って何？

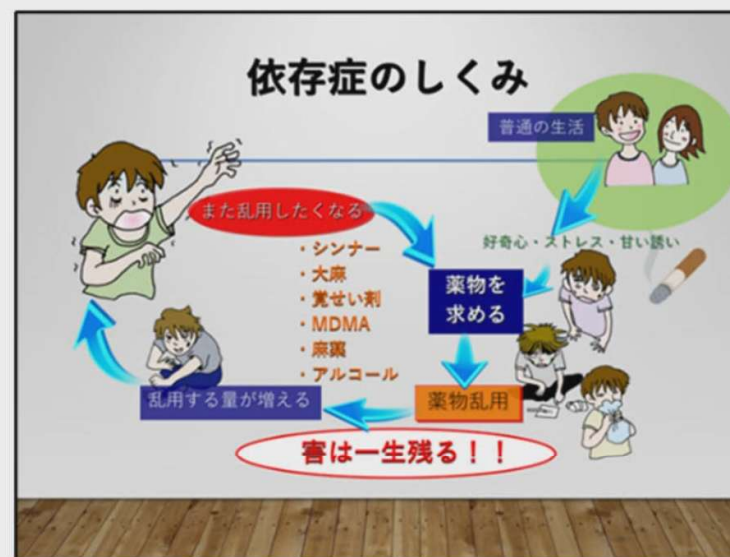
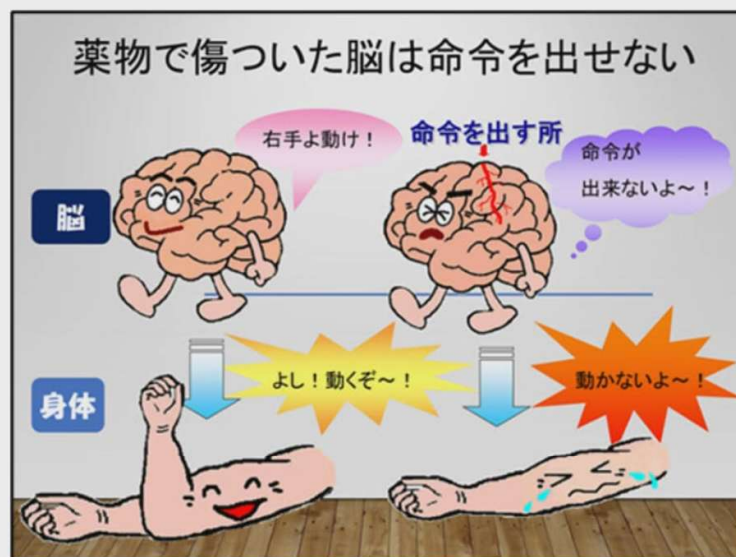


違法薬物を
使うこと

くすり(医薬品)のきまり
をまもらないで飲むこと

3. スライドの内容

(5) 薬物乱用による体への影響や依存症



4. 学校薬剤師の薬物乱用防止教室状況

- 使用スライド
- ・担当学校薬剤師の独自作成
 - ・地区薬剤師会で作成された雛形を使用 など様々

令和5年度 学校薬剤師職務等に関する実態調査

薬物乱用防止教室の実施状況とその概要

【目的】

近年オーバードーズ等を含む薬物乱用防止啓発活動が活発化するなか、学校薬剤師の薬物乱用防止教育の実施状況とその概要について調査を行った。

【方法】

地区担当各校

回答期間：令和6年3月18日（月）から5月10日（金）

調査票（電子データ Excel）をメールで依頼し回答

【結果】

45地区1457校より回答（54地区 1828校 東京都の統計 令和5年度学校基本統計）

薬物乱用防止教室概要

実施状況

薬の適正使用

36.3%

麻薬・覚せい剤など

40.8%

オーバードーズ等

33.9%

平均 37%

実施率向上のために未実施の学校薬剤師でも実施しやすいような資料作成

5. 東京都薬剤師会と警視庁との覚書の締結

児童・生徒の薬物乱用防止に関する覚書を締結

令和6(2024)年10月1日



警視庁 生活安全部
公益社団法人東京都薬剤師会
公益社団法人日本薬剤師会
一般社団法人くすりの適正使用協議会

目的

オーバードーズをはじめとする少年の薬物乱用を防止するため、警視庁と各団体が相互に連携して、より効果的な児童・生徒の薬物乱用防止活動を推進する

3本柱

- ① ～正しい知識で自分を守る～
TOKYO薬物乱用防止教室の共同実施
- ② 小売店舗等における児童・生徒を薬物乱用から守るための取組の推進
- ③ 情報の共有と連携

- ✓ 警察の強みである「違法性や検挙事例から薬物乱用防止を発信する力」
- ✓ 薬剤師会等の持つ「薬物の専門的知見から薬物乱用防止を発信する力」

融合し、実効性のある対策の推進

感想

本研究協議会に参加し、学校環境衛生および薬事衛生活動が、児童生徒の健康と安全な学習環境を支える上で極めて重要な役割を担っていることを改めて認識しました。特別講演では、発達期における睡眠の重要性について科学的根拠に基づいた説明がなされ、生活習慣の改善が学習や心身の健康に大きく影響することを理解する貴重な機会となった。

また、研究協議や講義を通じて、学校環境衛生基準に基づく日常的な管理の必要性や、養護教諭をはじめとする関係職種との連携の重要性を再確認した。特に医薬品に関する教育については、児童生徒が正しい知識を身に付け、自ら判断し行動する力を育成することが求められており、学校における継続的な取組の必要性を強く感じた。

本協議会で得られた学びを、今後の学校薬剤師としての活動に活かし、関係者との連携をより一層深めながら、学校環境衛生および薬事衛生活動の充実に努めていきたい。