保健室

袋井市立浅羽北小学校

養護教諭　江畑　英華

本校は袋井市の南側、田畑や河川などの豊富な自然に囲まれた場所に位置する、全校児童296名の学校です。東は小笠山丘陵の西端に接し、西には太田川、原野谷川が流れているこの地域は、昔から米作りを主とした農作が盛んであり、地域の田畑を借りて、5年生は米作り、3年生は麦刈りの体験を行っています。地域の方々も学校の教育活動に協力的であり、登下校の見守り、ボランティア活動等で支えてくれています。心温かな地域の方々、そして豊かな自然に恵まれ、子供たちは明るく元気よく学校生活を送っています。

袋井市では、15歳の姿を幼小中で共有し、一貫した指導を行うことで、「夢を抱き、たくましく次の一歩を踏み出す15歳」の育成を目指しています。本校が所属している浅羽学園は「こころざしをもち、共によりよく生き抜くたくましい子」の育成のために、「任せて認める」指導に加え、「ポジティブな行動支援（PBS）」を取り入れて、「居場所づくり」「絆づくり」により自己有用感と規範意識の醸成を図っています。PBSとは、行動目標を設定し、望ましい行動を積極的に褒めることにより、相対的に望ましくない表れを減らしていく支援のことです。浅羽学園では、幼小中共通の行動目標の1つに「家庭での約束を守ってメディアを利用しよう」という目標を設定しました。時代の変化により浅羽学園の子供たちもメディア利用時間が増加傾向にあり、その結果、視力低下者の増加や就寝時刻が遅いという健康課題が生じています。浅羽学園の養護教諭同士で情報を共有し、歩調を合わせた保健指導や学園保健委員会の開催、学園保健だよりの発行等、一丸となって保健活動を展開しています。

日々の保健室での対応でも、このPBSを意識して声を掛けるようにしています。来室者数がそこまで多くないため、一人ひとりと丁寧に向き合う時間があり、些細なやりとりでも、できる限り多くの子供たちや先生方が「ちょっと保健室で話してみようかな。」と気軽に立ち寄ることができる保健室づくりを心掛けて、丁度10年になりました。皆さんに元気と安心感を与えられる養護教諭でありたいという初心を忘れずに、人との関わりを大切にしながら今後も学び続けていきたいです。

より良い生活を考えることができるように促していきたいと思います。

子供たちや先生方が

富士市立富士南中学校

養護教諭　髙柳　倫世

本校は、富士市の富士川河口付近に位置し、校舎からは雄大な富士山と新幹線を同時に望むことができます。この恵まれた環境の中で、生徒たちは自然の雄大さを肌で感じながら学校生活を送っています。

生徒数は、739名で、普通級22クラス、特別支援学級4クラスの、大規模校です。学校全体としては、落ち着いた雰囲気で学習活動に取り組めている生徒が多く、学校評価でも94・5％の生徒が「学校が楽しい」と肯定的な回答をしています。学校教育目標は、「やさしく生きる」、重点目標「認め合い　高め合う」を掲げ、具体的な取組として「やさしく生きる」ための4つのヒント「ありのまま（肯定する）感謝する　やってみる　前を向く」をもとに教育活動を行っています。

学校保健目標は、「心身の健康につながる行動選択ができる生徒の育成」を掲げ、日々、生徒と関わり、寄り添いながら健康教育を進めています。保健室来室者は比較的少ないですが、特別な支援を要する生徒や不安定な家庭環境で育っている生徒もいるため、学びに集中することが難しい生徒や良好な対人関係を築けずに、悩みを抱えている生徒もいます。

本校では、月に1回、メンタルセルフチェックを行い、クラス、部活動、家庭、友達、学習の5つの項目について、今の自分の心の位置を良い～悪いの5段階で評価することで、自身の心と向き合う時間を設けています。毎月、実施するメンタルセルフチェックの結果や保健室来室状況から、ストレスについての知識を深め、適切な対処の仕方を知り、より良い生活を送ってほしいと願い、1年生の保健体育の保健分野「心身の機能の発達と心の健康」にTTで関わりました。授業では、生徒が、体調不良の背景にストレスや心の不調が関係する場合もあることに気付けるよう、保健室来室状況や日々の欠席状況についての資料を提示しました。また、人との関わり合いでのトラブルがストレス要因となる場合も多いため、より良いコミュニケーションの取り方のこつとして、アサーションスキルを提示し、ロールプレイを行いました。ロールプレイでは、相手の反応や言葉に丁寧に向き合い、相手の気持ちを意識した声のかけ方や接し方を考えている姿が印象的でした。

ストレスは誰でも抱えているものですが、自分の適切な対処方法を知り、困った時は、誰かにSOSが出せるよう、生徒と一緒に最善の方法を模索していくことが大切だと思います。私は、養護教諭として、からだと心が大きく成長する中学生が、自分自身で困難に立ち向かっていけるよう、「やさしく生きる」を合言葉にサポートしていきたいと思います。

げんきな事業所

医療法人社団　凜和会　藤枝駿府病院

藤枝市小石川町2丁目9番8号

当院は昭和42年4月に開設をしました。開設以来、精神科の診療のみを行う単科の病院として運営をしております。開設から現在に至るまで所在地の変更もなく、志太榛原という地域に密着した病院です。医師、看護師、看護助手、薬剤師、精神保健福祉士、作業療法士、管理栄養士、レントゲン技師、事務員と様々な職種のスタッフが協力して日々診療にあたっています。

また同法人内で介護の施設を3施設（フォレスタ藤枝、カーサフォレスタ藤枝高須、ルーチェフォレスタ藤枝小石川）とグループホーム1施設（エルピス藤枝）も運営しており法人全体での職員数は400名を超えています。職員の雇用として正社員、非常勤雇用だけでなく少日数、短時間での勤務や土日だけ、夜勤のみといった幅広い働き方で受け入れをしています。

椰子の木がシンボルの病院外観

当院では職員の健康と安全の確保の為、様々な取り組みを行っています。

労働安全衛生委員会を毎月1回開催して労働災害防止への取組みや職場環境の改善、職員の健康管理などについて協議を行っています。健康診断（年1～2回）、ストレスチェック、感染症への予防接種（年1回）も実施をしています。健康診断とストレスチェックについては結果の把握だけでなく、産業医の先生と連携して職員が希望する場合は、健康について産業医へ直接相談出来る体制も整えています。平成21年からは敷地内全面禁煙を開始。間接喫煙の防止と共に職員の健康増進に繋げるようにしています。更に「禁煙チャレンジ手当」という手当も作り、楽しみも持ちながら健康増進に取り組んでもらえるようにと考えています。

光さしこむ明るい病室

産休・育休の取得も推進しており高い取得率となっています。また復職する際も、過度の負担なく復職が出来るように主に部署の中でフォロー体制を整えています。男性の育休取得も2名の取得実績があり、数か月程度の取得をしています。これからも積極的な取得を推進していきます。

また防災・避難訓練も年2回定期的に行っています。火災や地震の想定だけでなく入院病棟は24時間体制である為、時には夜間帯での発生も想定したりと、より実践的な訓練を心がけて取り組んでいます。地域の消防隊にもご協力とご指導を頂きながら行っています。今後は新たに水害を想定しての訓練も実施する予定です。

全職員による協力体制のもと、今後も志太榛原の精神医療に当院がより多くの貢献が出来るように尽力していきます。そして患者様のため、地域のため、職員のため、今後もこのような取組みを継続していきたいと考えています。

地域連携した防災訓練