

令和4年度全国学校保健・安全研究大会報告

千葉県学校薬剤師会
副会長 大野定行

令和4年度全国学校保健・研究大会が、11月10日(木)11日(金)岩手県盛岡市にて、現地・Webのハイブリット方式で開催され、私は現地参加してきました。

今年度は「生涯を通じて、心豊かにたくましく生きる力を育む県境教育の推進～多様化する健康課題の解決に向けて主体的に取り組む子供の育成～」を主題としておこなわれました。

10日は開会式ののち、「災害などで傷ついたこどもの回復支援と心の健康教育」をテーマに兵庫県立大学大学院 減殺復興政策研究科 特任教授 富永良喜氏の特別講演がありました。

子供が災害や事件に巻き込まれたときには3つのストレス反応が生じる。第1は死の危険・戦慄恐怖を伴うトラウマ・ストレス反応 第2は、災害では避難所生活や仮設住宅での不便な生活、事件ではメディアスクラムなど日常生活ストレス反応 第3は、大切な人を突然亡くす喪失反応である。このような過酷な状況下でも、多くの子どもたちは自己回復力により、非地上生活を取り戻していく。しかしながら、一部の子どもたちは、それらのストレス反応が強く持続し、様々なストレス障害へと移行していく。災害・事件時の記憶がトラウマ記憶として貯蔵され、安全感・安心感が確保された後に、フラッシュバックなどの再体験反応が起こることがある。しかしながら子供たちのこれらの異変に気付くのは、不登校や衝動行動、急激な成績低下などの行動化によってである。

これらの子どもたちの心のサポートについて、東日本大震災後、岩手県教育委員会と協力し「災害時の時期に応じた心のケアプログラム」などを提案し、今でも心のケアについての活動を述べられた。

近年、コロナ禍の子どものストレスと中傷防止のサポートについての活動では、2020年に兵庫県教育委員会と協力し小学生から高校生までの3万9千人を対象に心とからだのチェックリストを実施された。例えば、中学生の「なかかなぬわれないことがある」「少しかなり・非常にある」の合計は43.4%「むしゃくしゃ

したり、いらいらしたり、かっとなったりする」は53.1%などの結果であった。また、ストレス反応に有意な影響を及ぼしていたのは「援助欲求」「就床時間」「リラックス法」「朝食」「適度な運動」であった。困ったときは人に助けを求め、就寝起床時間を決めていて、朝食をとって、リラックス法を実践し、適度な運動をしている生徒はストレス度が低いとの結果であった。「ストレスをためない、睡眠、栄養、運動、規則正しい生活が、免疫力・抵抗力を高める」ことが重要であると話された。

最後にストレスを学ぶ授業は保健の心の健康の時間に位置づけられ、小学校3年で3時間、中学校で4時間のみである。子供の自殺や暴力件数は増加の傾向にある。災害やいじめはトラウマ反応を引き起こす。暴力を使わない怒りの表現法や適切な対処を学ぶのは、心の健康授業であるので、全学年での制度化について文部科学省への願いとして終了した。

11日の課題別研究協議会では10課題について協議されました。

午前中は、第6課題学校環境衛生では、3演者による研究発表が行われました。岩手県盛岡市立仁王小学校の発表「学校薬剤師との連携による学校環境衛生の取組」では、校舎の大規模改修工事や新型コロナウイルス感染症など環境が大きく変化するなか、学校薬剤師と連携しながら、学校環境衛生を取り組むことで、新しい生活様式による感染予防対策を実施して教育活動の継続、薬物乱用防止教室の実施についての発表がありました。

次に、学校環境衛生基準と学校薬剤師活動として横浜薬科大学 教授 小出彰宏氏の講義がありました。学校環境衛生基準の一部改正や学校環境生成活動における学校関係者の役割と課題について述べられました。

午後は、第7課題喫煙、飲酒、薬物乱用防止教育について参加しました。岩手県立都商工高等学校の「三者連携によるDARPを用いた薬物乱用防止

教育の推進について」の発表では、岩手県教育委員会が中心となり、大学、岩手県薬剤師会、岩手県警、高校養護教諭がDARP (Drug Abuse Resistance Project) を発足させ薬物の専門家である薬剤師と防犯の専門家である警察の専門性を活かし、教育の専門家である教職員が連携することによって、生徒の主体的な促すプログラムについての実践報告がありました。

最後に「若年者における薬物乱用の理解と課題・ダメ、ゼッタイで終わらせない薬物乱用防止教育」国立精神・神経医療研究センター精神保健研究所薬物依存研究部心理社会研究室室長 嶋根卓也氏から講義がありました。

若年者を中心に乱用が拡大している大麻および市販薬乱用について焦点をあて、乱用の実態や、教員が知っておくべきこと、予防教育のアプローチについてやこれからの薬物乱用防止教育で抑えるポイントについて講演されました。

大麻使用における現状では、同センターが実施している全国調査「(2018) から男子のほうが女子より使用率が高い、学年別では2年生の使用率が高い(受験を控えた3年生は正直に回答しない)、大麻を使用している生徒は少なくないなどの調査結果を示された。大麻を使用する子供たちの特徴として、使用経験のない生徒に比べ学校生活が楽しくない、相談できる友人や親しく遊べる人がいないといった「社会的な孤立状態」にあること、家庭生活においても保護者とのコミュニケーションが十分ではないとこを伺わせる結果がみられたと報告された。

また、市販薬乱用に関する現状として、精神科医療を受信している患者を対象とした全国調査によれば、市販薬を主たる薬物とする患者が占める割合は、2012年(2.7%) から2020年(15.7%) にかけて約6倍に増加している。その比率は10代~20代の若年層で高く、10代では過半数(56.8%) が市販薬を主たる薬物とする患者となっている。

SNSでは「OD(オーバードーズ) したら嫌なことを忘れられる」「やっぱODしか勝たん」などOTC薬の過量服薬についての書き込みが連日のように投稿されている。

若者が過量服薬する動機を調べたイギリスの研究によれば、最も多い回答は「ひどい精神状態から解

放されたかった」であり、「死にたかった」という理由を上回っている。この結果から過量服薬を行うすべての人が「死にたい」という動機からよりもつらい精神状態や「生きづらさ」から何とか抜け出したいという気持ちから過量服薬を行う姿が見えてくると述べられた。

最後にこれからの予防教育について重視すべき点について述べられた。

ワシントン州社会福祉部によれば、ソーシャルスキルの育成、即時的な健康影響を示すこと、インタラクティブな介入などを挙げている。ソーシャルスキルには、問題解決能力、意思決定能力、コミュニケーション能力が含まれる。即時的な健康影響とは、例えば喫煙による健康影響を伝えるうえで、肺がんのリスクが増加するという長期的影響よりも、口臭や歯が汚れるといった短期的な影響の方が受け入れやすいということである。インタラクティブな介入とは、グループワークやロールプレイなど相互的なコミュニケーションを取り入れたアプローチのことを意味する。参加した児童・生徒自身が考え、仲間と意見交換やコミュニケーションをはかるような汗をかかせるような参加型の予防教育が有効であろうと述べられた。一方知識伝達型の教育はプログラムに参加した子供たちの知識の改善には役立っていたものの、薬物使用行動には何ら影響しなかったことが報告されているともいわれていた。

これからの薬物乱用防止教育では、未然防止としての一次予防にとどまらず、早期発見・早期介入を目的とする二次予防的なメッセージを含めていくことが重要ではなかろうか。薬物使用のリスクが高く、援助希求性の低い子どもたちに対しては、薬物のことで困った時の相談先に関する情報を提供していくことや、相談に対するハードルを下げていくようなアプローチが有効かもしれないと述べられ講義が終了しました。

学校保健・安全研究大会を通じて、いずれのテーマも児童・生徒の健康と安全について、深い学ぶことができたと思います。今後の学校薬剤師活動に生かしていきたいと思います。