



## 学校現場と連携し、養護教諭を育成

おおかわ なおこ  
**心理共生学部 心理共生学科 教授 大川 尚子**

子どもや教員の「睡眠と疲労」を客観的データで評価  
 里親家庭など「社会的養護」に関する養護教諭の調査

コメントできる  
 研究領域

学校保健

養護教諭

社会的養護

子どもの睡眠と疲労

性教育・デートDV

京都女子大学は、教員の研究活動や社会連携など“社会のための女子大学”の姿をお伝えするニュースレターを発信しています。今回は、発達教育学部で養護教諭を目指す学生の指導・育成にあたる大川尚子教授をご紹介します。

### ■教員や子どもの「睡眠と疲労」の関係を、10年以上にわたって調査研究。

大川教授は、小学校の養護教諭として18年勤務の後、大学で養護教諭の養成と研究を続けています。

なかでも「睡眠と疲労」に関する調査は、前任校から10年以上にわたって継続しており、教員や児童生徒を対象とした研究結果を多数の論文として発表しています。この研究の発端となったのは、東日本大震災で避難所になった宮城県の学校教職員の調査でした。自律神経や睡眠覚醒リズムを評価しバランスが悪い先生から休息を取っていただくことを目的としたものでしたが、同様の測定を大阪府の教職員に行ったところ疲労度合いは被災地の教職員と同レベルという結果がでました。このノウハウをもとに休職率の高い沖縄県・低い兵庫県をはじめ全国的に教員の睡眠と疲労の調査を行ってきました。教職員と一般の健康者を比較すると、疲労を自覚している教職員は慢性的なストレスに伴う副交感神経の低下状態に陥っていることが分かりました。また疲労を自覚していない教職員の中にも自律神経系の急性ストレス反応が見受けられました。

### ■「放課後等デイサービス」に通う発達に課題のある子どもや、保健室登校の子ども達の睡眠と疲労の状態を調査。

近年は、子ども達の睡眠と疲労について、自律神経機能評価（自律神経と副交感神経のバランスを測定）や睡眠ウォッチを使用し睡眠・覚醒リズム評価を行っています。

一般の子ども達と「放課後等デイサービス」に通う発達に関わる障害を持つ子ども達や、保健室登校の子ども達の睡眠・疲労の状態を数値で比較し、健康教育に活用できる特徴を明らかにし、講演やセミナーなどで指導現場への還元を行っています。2021年、和歌山県の放課後等デイサービスの小中高生を対象に調査を行ったところ、運動習慣の有無や就寝前のスマホが睡眠や疲労に影響を与えているという結果がでました。一方、朝食やゲーム・SNSとの関連はみられませんでした。また保健室登校をしている子ども達には昼夜逆転傾向が明らかになりました。



### ■京都府の養護教諭を対象に、里親家庭などの「社会的養護」に関する意識調査。

児童養護施設や里親家庭、ヤングケアラーや貧困など支援が必要な子どもの増加にともない、公的責任で社会的に養育・保護し、養育に課題を抱える家庭への支援を行う「社会的養護」の必要性が高まっています。2020年には、家庭養育優先の理念のもと、特別養子縁組制度の対象年齢が6歳未満から15歳未満に引き上げられました。

本学では、養護と福祉が連携した支援ができる養護教諭の育成を目指しており、大川教授は、2022年に京都府全校の小中学校の養護教諭を対象に「社会的養護に関する意識調査」を行いました。この調査より、社会的養護に関する新制度や生みの親以外の家族への配慮に関する知識や理解が低率であることが判明。里親家庭や養子縁組家庭を長期的に支援するためには、養護教諭の専門性向上研修プログラムが必要であると考えています。

#### 大川尚子（おおかわ・なおこ） Profile

<http://gyouseki-db.kyoto-wu.ac.jp/Profiles/9/0000883/profile.html>

略歴 1961年生まれ。大阪府枚方市の小学校の養護教諭として18年間勤務した後、2003年より関西女子短期大学准教授、関西福祉科学大学教授などを経て、2019年より現職。

論文 『放課後等デイサービスの児童生徒に対する睡眠と疲労の客観的健康評価』（共著/2023年/京都女子大学養護・福祉教育学紀要）  
 『養護教諭に求められる ICT 活用指導力』（共著/2023年/京都女子大学教職支援センター一研究紀要）

『児童生徒に対する睡眠と疲労の客観的健康評価を活用した不登校予防に関する研究』（平成29年度科学研究費助成事業）

著書 『学校教育の現代的課題と養護教諭』（共著/2021年/大学図書出版）

<本件に関する報道関係者の皆様からのお問合せ先>

- 京都女子大学入試広報課 岡橋・竹縄 TEL: 075-531-7054 FAX: 075-531-7222
- 京都女子大学広報デスク（プランニング・ホート内）福嶋・井上 TEL: 06-4391-7156 FAX: 06-4393-8216
- 京都女子大学HP <https://www.kyoto-wu.ac.jp>