

学 位 論 文 要 旨

氏 名 津島 愛子

題 目 運動器検診を効果的な保健管理・保健教育に活かすための保健調査票と
ストレッチングプログラムの提案に関する研究

近年、運動器に傷害のある児童生徒が増加している。その要因として、専門性の高いスポーツ活動の低年齢化によって発育の不十分な運動器を酷使する児童がいる一方で、運動不足によって運動器の機能不全を起こす児童がいるという二極化によるものが指摘されている。このような状況を踏まえ、運動器の疾患や機能不全を早期発見し、児童生徒の健全な運動器の発育発達を支援することや自己管理能力を高めることを目的として、2016年度より学校の定期健康診断に「四肢の状態」が必須項目として追加され、「脊柱及び胸郭の疾病及び異常の有無並びに四肢の状態」を診ることが義務づけられた（以下、運動器検診）。

しかし、学校で実施される定期健康診断には時間的・人的な制約があり、多くの学校では、運動器の専門でない小児科・内科などの学校医が運動器検診を実施している。慣れない検診の実施に不安を感じる学校医が多い。マニュアルが理解しづらく、判断基準が不明なためその通りに実施されていない。そのため、運動器検診が導入されたにも関わらず、その目的が十分達成されていない可能性がある。そこで本研究は、運動器検診を児童生徒の運動器に関する効果的な保健管理・保健教育に活かすための実証的な知見を得ることを目的とした。

本研究は、5章構成である。序章では、学校における健康診断の歴史的背景を含め、児童生徒の運動器における課題を明確にし、運動器検診導入の意義と課題を示した。それらを踏まえ、課題の解決を図りながら運動器検診を効果的な保健管理・保健教育に活かすための方策を明らかにすることを本研究の目的として位置づけた。

第I章では、運動器検診の実態と課題を学校保健の中核である養護教諭へのアンケート調査によって明らかにした。運動器検診を実施する学校医が整形外科専門でないことを考慮すると運動器検診の成否の鍵を握る養護教諭の役割が重要であり、何に困難感を覚えているのか、運動器検診の項目がなぜ理解しづらく、その判断基準が不明だと思われるのかを明らかにし、マニュアル通りに実施されていない実態の改善につながる知見を得ることを目的とした。小学校から高等学校に所属する養護教諭を対象に運動器検診に関するアンケート調査を実施し、量的・質的分析を行い、考察を加えた。運動器検診において整形外科医などの専門家と学校との連携体制、保健調査票を含む実施方法の有効性や事後措置としての健康教育について課題があることを示した。

第II章では、運動器検診のスクリーニング検査としての実態と項目のカテゴリや精度に問題があるかどうかを検証することを目的とした。具体的には、小学校から高等学校に在籍する児童生徒の運動器検診の結果収集し量的・質的分析を行い、考察を加えた。その結果、側弯症は、事前にイラスト付きの保健調査票で立位検査・前屈検査を正確に調査したうえで視診による立位検査・前屈検査を実施することが望ましいことを明らかにした。下肢の運動器障害は、疼痛症状とスポーツ活動状況を把握することが有効であることを示した。その他の「しゃがみ込みができない」「片脚立ちが5秒以上できない」などの項目も感度が低いため、単独ではスクリーニングとしての精度は低かったが、特異度が高く、運動器に問題がないことを確認する項目として有効であった。また、柔軟性の低下など運動器機能不全を有した児童生徒を把握することができ、校種があがるにつれ増加していることが明らかとなった。

第III章では、児童生徒の運動器機能不全の対策の一つとして推奨されているストレッチングについて、保健教育として実施し、その効果を検証することを目的とした。第II章より柔軟性低下など運動器機能不全を有している児童生徒は、校種があがるにつれ、増加していたことを踏まえ、予防の観点から小学生を対象としたオリジナルの静的ストレッチングプログラムを開発し、効果を検証した。小学生を対象としたセルフチェックシートを用いて実践を行ったところ、ストレッチングに取り組んだ日数が多い児童ほど、下肢の柔軟性が増し、また、気分転換になっていることを示すことができた。このことから、心身の健康状態を保持増進するために、ストレッチングの習慣化が有効だということが明らかになった。また、小学4年生を対象にした3ヶ月週3回の静的ストレッチングを実施が男女共に柔軟性の向上に有効であることを示した。特に、柔軟性が低い児童の方が高い児童と比較してその効果が現れやすいことが明らかとなった。さらに、オスグッド病の好発年齢の時期にあたる小学5年生を対象にして、週5回10ヶ月間の下肢を中心としたストレッチングプログラムを実施し、オスグッド病の発症予防に有効であることを示した。

終章では、第I章から第III章までの研究成果を整理し、運動器検診に関する保健管理と保健教育について到達点と今後の課題を提示した。