

令和7年度第一回横浜市学校保健審議会 次第

日時：令和8年3月18日(水) 午後7時00分～

場所：①横浜市庁舎18階 みなと6・7会議室

②Web開催

1 開会

2 委員紹介

3 議事

- (1) 会議録確認者の指名
- (2) 報告事項
 - ア 学校保健関係について
 - イ 学校安全部会の開催状況等について
- (3) 審議事項
 - 起立性調節障害に関する取組等について
- (4) その他

4 閉会

○ 配付資料

- ・ 委員名簿
- ・ 横浜市学校保健審議会条例
- ・ 横浜市学校保健審議会運営要領
- ・ 横浜市附属機関の会議の公開に関する要綱
- ・ 学校保健関係について
- ・ 学校安全部会について
- ・ 起立性調節障害に関する取組等について

横浜市学校保健審議会委員名簿

(委員)

(順不同)

氏名	性別	選出区分	役職名
ものべ ひろふみ 物部 博文	男	学識経験者	横浜国立大学教育学部教授
すずき ゆうこ 鈴木 裕子	女	学識経験者	国士舘大学文学部教育学科教授
ないとう えいじ 内藤 英二 (令和7年8月22日～令和9年1月31日)	男	学校保健関係者	横浜市医師会常任理事
のむら たけし 野村 武 (令和7年8月22日～令和9年1月31日)	男	学校保健関係者	横浜市医師会常任理事
あらき としむ 荒木 敏哉	男	学校保健関係者	横浜市歯科医師会常務理事
あぶらたに ゆみ 油谷 由美	女	学校保健関係者	横浜市薬剤師会常務理事
まつもと まさたけ 松本 雅威	男	学校保健関係者	横浜市PTA連絡協議会会長
やました かおり 山下 芳織 (令和7年11月7日～令和9年1月31日)	女	学識経験者	弁護士
さとう みのり 佐藤 みのり	女	学識経験者	弁護士
さとう ゆたか 佐藤 豊	男	学識経験者	桐蔭横浜大学スポーツ科学部 スポーツ教育学科教授
うめざわ あきひさ 梅澤 秋久	男	学識経験者	横浜国立大学教育学部教授

任期：令和7年2月1日～令和9年1月31日

(臨時委員)

(順不同)

氏 名	性別	選出区分	役 職 名
いでぐち まなぶ 井手口 学 (令和8年2月1日～令和9年1月31日)	男	学識経験者	横浜国立大学非常勤講師
ほりい まさみち 堀井 雅道 (令和8年2月1日～令和9年1月31日)	男	学識経験者	国士舘大学文学部教育学科准教授
うきがい あきのり 浮貝 明典 (令和8年2月1日～令和9年1月31日)	男	学識経験者	特定非営利活動法人PDDサポートセンター グリーンフォーレスト 地域生活支援部長
むらまつ けん 村松 謙 (令和8年2月1日～令和9年1月31日)	男	学識経験者	弁護士
せりざわ あんな 芹澤 杏奈 (令和8年2月1日～令和9年1月31日)	女	学識経験者	弁護士
わたなべ まさき 渡邊 正樹 (令和8年2月1日～令和9年1月31日)	男	学識経験者	東京学芸大学 名誉教授
あまがい とおる 天貝 徹 (令和7年8月22日～令和9年1月31日)	男	学校保健関係者	横浜市医師会常任理事
みずたに たかし 水谷 隆史 (令和7年8月22日～令和9年1月31日)	男	学校保健関係者	横浜市医師会常任理事
すずき ようすけ 鈴木 洋介 (令和7年8月22日～令和9年1月31日)	男	学識経験者	横浜国立大学教育学部助教

○横浜市学校保健審議会条例

昭和39年6月10日

条例第72号

改正 平成16年12月24日条例第79号

平成29年10月5日条例第40号

横浜市学校保健審議会条例をここに公布する。

横浜市学校保健審議会条例

(設置)

第1条 横浜市立学校（以下「学校」という。）における保健、安全の管理及び教育を適正に行うため、横浜市教育委員会（以下「教育委員会」という。）の附属機関として、横浜市学校保健審議会（以下「審議会」という。）を置く。

(平16条例79・一部改正)

(所掌事務)

第2条 審議会は、教育委員会の諮問に応じて、次の各号に掲げる事項を調査審議する。

- (1) 学校の児童、生徒及び教職員（以下「児童等」という。）の保健管理に関すること。
- (2) 児童等の伝染病の予防及び食中毒の防止に関すること。
- (3) 児童等の精神衛生に関すること。
- (4) 保健教育に関すること。
- (5) 学校における安全管理に関すること。
- (6) 安全教育に関すること。
- (7) 学校環境の整備に関すること。
- (8) その他学校保健の振興に関すること。

2 審議会は、前項の諮問に関連する事項について、教育委員会に意見を述べることができる。

(組織)

第3条 審議会は、委員20人以内で組織する。

- 2 特別の事項を調査審議するため必要があるときは、臨時委員を置くことができる。
- 3 委員は、学識経験のある者、学校保健関係者その他教育委員会が必要と認める者のうちから、教育委員会が任命する。
- 4 臨時委員は、学識経験のある者その他教育委員会が必要と認める者のうちから、教育委員会が任命する。

(平29条例40・一部改正)

(委員の任期)

第4条 委員の任期は、2年とする。ただし、委員が欠けた場合における補欠の委員の任期は、前任者の残任期間とする。

- 2 委員は、再任されることができる。
- 3 臨時委員の任期は、その都度教育委員会が定める。

(平29条例40・一部改正)

(会長及び副会長)

第5条 審議会に、会長及び副会長1人を置く。

- 2 会長及び副会長は、委員の互選によつて定める。
- 3 会長は、審議会を代表し、会務を総理する。
- 4 副会長は、会長を補佐し、会長に事故があるとき、または会長が欠けたときは、その職務を代理する。

(会議)

第6条 審議会の会議は、必要に応じ会長が招集する。

- 2 会議は、委員及び議事に関係のある臨時委員の半数以上の出席がなければ、開くことができない。
- 3 会議の議事は、出席した委員及び議事に関係のある臨時委員の過半数で決し、可否同数のときは、会長の決するところによる。
- 4 教育委員、教育長及び教育委員会事務局職員は、必要に応じ、会議に出席し、発言することができる。

(平29条例40・一部改正)

(部会)

第6条の2 審議会に、部会を置くことができる。

- 2 部会は、会長が指名する委員又は臨時委員10人以内をもって組織する。
- 3 部会に部会長を置き、会長が指名する。
- 4 部会長に事故があるとき、又は部会長が欠けたときは、会長の指名する部会の委員又は臨時委員が、その職務を代理する。
- 5 第5条第3項の規定は部会長の職務について、前条の規定は部会の会議について、それぞれ準用する。この場合において、第5条第3項並びに前条第1項及び第3項中「会長」とあるのは「部会長」と、第5条第3項及び前条第1項中「審議会」とあるのは「部会」と

と、同条第2項及び第3項中「委員」とあるのは「部会の委員」と、「臨時委員」とあるのは「部会の臨時委員」と読み替えるものとする。

6 審議会は、その定めるところにより、部会の議決をもって審議会の議決とすることができる。

(平29条例40・追加)

(関係者の出席等)

第6条の3 会長又は部会長は、それぞれ審議会又は部会において必要があると認めるときは、関係者の出席を求めてその意見若しくは説明を聴き、又は関係者から必要な資料の提出を求めることができる。

(平29条例40・追加)

(幹事及び書記)

第7条 審議会に、幹事及び書記若干人を置く。

- 2 幹事及び書記は、教育委員会事務局職員のうちから、教育委員会が任命する。
- 3 幹事は、会長の命を受け、審議会の所掌事務について、委員及び臨時委員を補佐する。
- 4 書記は、会長の命を受け、審議会の事務に従事する。

(平29条例40・一部改正)

(庶務)

第8条 審議会の庶務は、教育委員会事務局において処理する。

(委任)

第9条 この条例に定めるもののほか、議事の手続その他審議会の運営に関し必要な事項は、会長が審議会にはかつて定める。

付 則

(施行期日)

- 1 この条例は、公布の日から施行する。

(経過措置)

- 2 この条例施行後最初の審議会の招集は、教育委員会が行なう。

附 則 (平成16年12月条例第79号) 抄

(施行期日)

- 1 この条例は、平成17年4月1日から施行する。

附 則 (平成29年10月条例第40号)

(施行期日)

1 この条例は、公布の日から施行する。

(経過措置)

2 この条例の施行の際現にこの条例による改正前の横浜市学校保健審議会条例第3条第4項の規定により横浜市学校保健審議会の特別委員に任命されている者は、この条例による改正後の横浜市学校保健審議会条例第3条第4項の規定により横浜市学校保健審議会の臨時委員に任命された者とみなす。

横浜市学校保健審議会運営要領

(趣旨)

第1条 この要領は、横浜市学校保健審議会条例（昭和39年6月横浜市条例第72号）に基づく横浜市学校保健審議会（以下「審議会」という。）の運営に関し必要な事項を定めるものとする。

(議事日程)

第2条 審議会の会長（以下「会長」という。）は審議会の議事日程を定め、あらかじめ審議会の委員（以下「委員」という。）に通知するものとする。ただし、急を要する場合は、この限りでない。

2 会長が必要と認めるとき、又は委員からの発議があったときは、会長は、会議に諮り討議を行わないで、議事日程を変更することができる。

(開会等)

第3条 審議会の開会、閉会、中止等は、会長がこれを宣告する。

2 会長は、開会の宣告後、会議の定足数を確認するものとする。

3 会長は、委員の出席数が定数に満たないとき、又は会議中出席者が定足数を欠けたときは、延会又は休憩を宣告するものとする。

(議事の運営)

第4条 議事の運営は、報告、説明、質疑、討論及び議決の順序によるものとする。ただし、会長が必要と認めるときは、この限りでない。

(発言及び採決)

第5条 会議において発言しようとするものは、会長を呼び、会長の許可を得た上、簡潔に、かつ議題に即して発言しなければならない。

2 会長は、質疑及び討論の終結を宣告しようとするときは、会議に諮り、討議を行わないで、これを決定するものとする。

3 会長は、採決するときは、その旨を宣告するものとする。

(会議録)

第6条 審議会は、会議録を作成するときは、次の事項を記録するものとする。

(1) 開会及び閉会に関する事項並びに開催年月日時

(2) 出席委員及び欠席委員の氏名

(3) 議事日程等

(4) 議案に関する議事及び議決の状況

(5) 議案及び関係資料

(6) その他審議会が必要と認める事項

2 前項の場合において、会議録は、審議経過、結論等が明確となるよう作成し、審議会の会議において確認を得るものとする。ただし、非公開の会議に係る会議録の確認を得

る場合又は次回の会議開催まで1箇月以上を要する場合においては、審議会があらかじめ指名した者の確認を得ることとすることができる。

(審議会会議の公開)

第7条 審議会会議は公開とする。

- 2 審議会会議の傍聴を希望する者は、会議当日、会場の受付で受付簿に氏名、年齢及び住所を記入し、傍聴券の交付を受けなければならない。
- 3 前項の傍聴券は、会議当日、先着順に交付する。

(会議資料の配布)

第8条 審議会会議を公開するときは、会議を傍聴する者（以下「傍聴者」という。）に会議資料を配布するものとする。この場合において、傍聴者に配布する会議資料の範囲は会長が定める。

(秩序の維持)

第9条 傍聴者は、会場の指定された場所に着席しなければならない。

- 2 傍聴者は、会場において、写真撮影、録画、録音等を行ってはならない。ただし、会長が許可した場合は、この限りでない。
- 3 危険物を持っている者、酒気を帯びている者その他会長が会議の運営に支障があると認める者は、会場に立ち入ってはならない。

(会場からの退去)

第10条 会長は、傍聴者が会議の進行を妨害する等会議の運営に支障となる行為をするときは、当該傍聴者に会議の運営に協力するよう求めるものとする。この場合において、会長は、当該傍聴者がこれに従わないときは、会場からの退去を命じることができる。

(会議の非公開)

第11条 横浜市の保有する情報の公開に関する条例（平成12年2月横浜市条例第1号）第31条ただし書の規定により会議を非公開とするときは、会長はその旨宣告するものとする。

- 2 会長は、委員の発議により会議を非公開とするときは、各委員の意見を求めるものとする。
- 3 会議を非公開とする場合において、会場に傍聴者等がいるときは、会長は、その指定する者以外の者及び傍聴者を会場から退去させるものとする。

(部会)

第12条 前各条の規定は、部会の会議について準用する。この場合において、本要領中「審議会」とあるのは「部会」と、「会長」とあるのは「部会長」と読み替えるものとする。

(部会の議決)

第13条 横浜市学校保健審議会条例第6条の2第6項に定める部会の議決については、

事前に審議会の承認をもって、審議会の議決とすることができる。

附 則

この要領は、平成14年1月22日から施行する。

附 則

この要領は、平成19年4月1日から施行する。

附 則

この要領は、平成29年10月25日から施行する。

横浜市附属機関の会議の公開に関する要綱

制 定 平成12年 6 月

最近改正 平成24年 3 月

(趣旨)

第1条 この要綱は、横浜市の保有する情報の公開に関する条例（平成12年2月横浜市条例第1号。以下「条例」という。）第31条の規定に基づく附属機関の会議の公開に関し、必要な事項を定めるものとする。

(対象とする会議)

第2条 この要綱の対象とする会議は、次に定める機関の会議とする。

- (1) 地方自治法（昭和22年法律第67号）第138条の4第3項の規定に基づき設置された附属機関
- (2) 地方公営企業法（昭和27年法律第292号）第14条の規定に基づき設置された附属機関

(会議開催の事前公表)

第3条 附属機関の会議の開催に当たっては、当該会議の開催の日前7日までに、次に掲げる事項を記載した会議案内（様式第1号）を、市役所掲示板（当該附属機関の会議が通常の場合において、区で開催されるときは、当該区役所掲示板）に掲示し、併せてホームページに掲載するものとする。ただし、緊急に附属機関の会議を開催するときは、開催の決定後、速やかにこれを行うものとする。

- (1) 開催日時
- (2) 開催場所
- (3) 議題
- (4) 公開・非公開の別
- (5) 傍聴を認める者の定員（公開する場合のみ）
- (6) 傍聴の申込方法（公開する場合のみ）
- (7) 問合せ先

2 前項の会議案内は、横浜市市民情報センター（当該附属機関の会議が通常の場合において、区で開催されるときは、当該区役所総務部区政推進課広報相談係）に備え置き、市民の閲覧に供するものとする。

(非公開等の決定)

第4条 附属機関の長は、当該附属機関の会議の一部又は全部の非公開を決定することができる。

2 前項の場合において、附属機関の長は、必要があると認めるときは、出席委員の意見を聴くことができる。

（理由等の会議録への記録等）

第5条 附属機関の会議の一部又は全部を非公開とした場合には、その旨を第8条に定める会議録に記録するものとする。

（会議の傍聴等）

第6条 附属機関の会議の公開については、会議の傍聴を希望する者に当該会議の傍聴を認めることにより行うものとする。

2 前項の場合において、附属機関は、傍聴を認めるものの定員を定めることができる。

3 傍聴を希望する者が定員を超えるときは、先着順とするものとする。ただし、附属機関が必要と認めるときは、抽選によることができる。

4 附属機関は、会議の公開に当たっては、会議が公正かつ円滑に行われるよう、傍聴に係る手続その他必要な事項を定め、当該会議の開催中における会場の秩序の維持に努めなければならない。

（会議資料の提供）

第7条 附属機関の会議が公開されるときは、傍聴者に会議資料を配布するものとする。ただし、図面、地図、写真、報告書等については、会場に備え、閲覧できるようにするものとする。

（会議録の写しの閲覧）

第8条 附属機関は、会議を公開した場合においては、当該会議に係る会議録（横浜市附属機関設置運営要綱第5条第3項に規定する会議録をいう。）の写し等を、会議録の確定後、担当課及び横浜市市民情報センターにおいて1年間閲覧に供するとともに、ホームページへ掲載するものとする。

（運営状況の報告）

第9条 附属機関は、毎年1回、次に掲げる事項について取りまとめ、様式第2号により、市民局長に報告するものとする。

- (1) 会議の開催状況
- (2) 公開された会議の議題及び回数
- (3) 非公開とされた会議の議題及び回数
- (4) 各回の傍聴者数

2 市民局長は、毎年1回、附属機関の会議の公開に関する状況について取りまとめ、これを公表するものとする。

附 則

(施行期日)

- 1 この要綱は、平成12年7月1日から施行する。

(附属機関の長が選任されていない場合の特例)

- 2 附属機関の長が選任されていない場合は、当該附属機関の会議は、公開で行うものとする。この場合において、附属機関の長が選任されたときは、会議の非公開等の決定は、第4条に定めるところによる。

附 則

この要綱は、平成15年4月10日から施行する。

附 則

この要綱は、平成18年4月1日から施行する。

附 則

この要綱は、平成22年4月1日から施行する。

附 則

この要綱は、平成24年4月1日から施行する。

様式第1号 (第3条)

会 議 案 内

開催日時	会議名	開催場所	議 題	公開・ 非公開の別	傍聴者 の定員	傍聴の申込方法	問合せ先
平成 年 月 日から 時 時 まで	第 回		1 2 3		人		局 課 電話 ()

様式第2号（第9条）

年 月 日

市 民 局 長

局 区 長

年度附属機関の会議の公開に関する運営状況について（報告）

標記について、次のとおり報告します。

1 附属機関の名称

2 運用状況の概要

会議の開催回数（a）	公開された会議の回数（b）	非公開とされた会議の回数 (同一会議で一部公開とした場合は内数)	傍聴者数 (合計)	公開率 (b / a)
回	回	回	人	約 . %

3 内訳

開催日	議 題	公開・非公開の別	傍聴者数
月 日			

1 ゲーム障害・ネット依存の取組報告

(1) 概要

令和2年度のゲーム障害・ネット依存実態調査の結果と、その後の横浜市学校保健審議会の部会からの提言を踏まえ、令和4年度は市役所内の関係局でプロジェクトチームを設置しました。プロジェクト内で検討した結果、令和5、6年度は協力校において他校に先行して啓発・予防のモデル事業を実施しました。令和7年度も同様に本モデル事業を実施しましたので、その報告になります。

(2) 令和7年度モデル実施校（1校）

横浜市立深谷小学校

- ・ゲームやネットと上手に付き合っていくための取組として、戸塚警察署による出前授業で「SNSトラブル防止教室」を実施。講師（久里浜医療センター）による出前授業も実施。
- ・デジタルデトックスの取組として、長期休業中の生活リズムを整えるべく、ゲームやネットの使用時間を決め、実践できたかどうかを振り返った。
- ・児童による代表委員会での話し合いでは、タブレットを上手に使うためのルールと取組について考えた。
- ・デジタル機器の使い方について児童自身が振り返り、上手に付き合うための方法を考える機会が増えた。

2 令和8年度 教育委員会事務局予算概要【抜粋】 学校保健予算

柱1 全ての子どもの可能性を広げる学びの推進 — 施策3 健やかな体の育成 より抜粋

(4) 健康教育の充実

1,526,045千円 (1,529,655千円)

児童生徒等の健康の保持・増進のため、各種健康診断を実施します。また、学校保健安全法や学校環境衛生基準に基づき、学校保健を推進するため各種事業を実施します。

①児童生徒等健康診断費【拡充】

児童生徒を対象に健康診断、腎臓検診、結核検診、心臓検診及び翌年度小学校入学予定の児童を対象とした就学時健康診断を実施します。また、不登校児童生徒が増加している状況の中で、健康面からも子どもたち一人ひとりの状況に応じた支援をしていくため、新たに不登校児童生徒が学校外で定期健康診断を受診できるように取り組みます。

②むし歯予防事業

むし歯や歯肉炎予防のための歯科衛生士による巡回歯科保健指導を実施し、歯科保健教育を推進します。

③健康・安全教育推進事業【拡充】

児童生徒等を取り巻く健康課題(けがの予防、性に関する指導、薬物乱用防止、睡眠の大切さ等)について、学校が課題意識に応じて医師等の専門家を招き、授業等を行います。また、性暴力に関する正しい知識や対処法を学ぶ「いのちの安全教育」について、新たに専門家による授業等を拡充し、児童生徒にとってより受け入れやすく、より効果的な授業にできるように取り組みます。

学校安全部会について

1 概要

横浜市学校保健審議会は、部会を置くことができるとこととされています（横浜市学校保健審議会条例第6条の2第1項）。横浜市学校保健審議会の前回開催日である、令和7年2月28日以降の部会について報告します。

2 学校安全部会の開催状況

本審議会における部会は、部会長及び委員、臨時委員をもって組織（同条例第6条の2第2項及び第3項）され、教育委員会からの諮問に応じて調査審議を行います（同条例第2条）。

横浜市では、文部科学省の「学校事故対応に関する指針」に基づき、学校の管理下で事故が発生した場合に、本審議会の部会として、学校事故等の事案ごとに「学校安全部会」を設置し、各部会で調査審議を行うこととしています。

なお、学校安全部会については、会議を公開することにより、公正かつ円滑な議事運営が著しく阻害されると認められる場合（横浜市の保有する情報の公開に関する条例第31条ただし書）に該当するため、横浜市学校保健審議会運営要領第11条の規定に基づき、会議を非公開する取扱いとしています。

横浜市学校保健審議会の前回（令和6年度第一回）開催日である、令和7年2月28日から令和8年3月17日までの間、「学校安全部会」を3部会で合計9回開催し、調査審議を行いました。

【学校安全部会の状況】

年度	開催部会数	開催回数(総計)
令和6年度 (R7. 2. 28～R7. 3. 31)	0	0
令和7年度 (R7. 4. 1～R8. 3. 17)	3	9

起立性調節障害に関する取組等について

1 起立性調節障害とは

○立ちくらみ失神、朝起き不良、倦怠感、動悸、頭痛などの症状を伴い、思春期に好発する自律神経機能不全の一つである。過去には思春期の一時的な生理的変化であり身体的、社会的に予後は良いとされていたが、近年の研究によって重症OD（起立性調節障害）では自律神経による循環調節（特に下半身、脳への血流低下）が障害され日常生活が著しく損なわれ、長期に及ぶ不登校状態や引きこもりをまねき、学校生活やその後の社会復帰に大きな支障となることがわかった。発症の早期から重症度に応じた適切な治療と家庭生活や学校生活における環境調整を行い、適切な対応を行うことが不可欠である。

※『教職員のための子どもの健康相談及び保健指導の手引き-令和3年度改訂』（日本学校保健会）

○体の機能を調節する自律神経がうまく働かないことで症状が起こる「体の病気」です。たんなる寝不足や、生活習慣の乱れによる症状ではありません。軽症例を含めた有病率は、小学生の約5%、中学生の約10%とされています。

主な症状は以下になります。

・立ちくらみ・腹痛・頭痛・吐き気・失神・倦怠感・午前中の体調が悪い

※『起立性調節障害(OD)朝起きられない子どもの病気がわかる本』（監修：田中 大介 小児科専門医）

2 全国での事例（『教職員のための子どもの健康相談及び保健指導の手引き-令和3年度改訂』から抜粋）

(1) 事例概要

中学2年生男子。夏休み明けから遅刻がちとなり、頭痛、めまいを訴えて保健室来室。顔色が悪いいため、下肢を挙上して休養すると回復。「最近疲れやすくてだるい」と話し、次第に欠席も増加。

(2) 課題の背景

養護教諭が学級担任と学校生活の様子を情報共有した結果、授業中は無気力で寝ていること、忘れ物が多く宿題が提出できずに、放課後に居残りをして宿題をしていることがわかった。学級担任は、夜遅くまでインターネットをしているため、怠惰であるにとらえていた。

(3) 支援経過

- ・養護教諭は起立性調節障害の疑いがあると推測し、小児科受診を勧める。当該生徒は病院で起立性調節障害と診断され、服薬と生活指導を受けた。
- ・養護教諭は本人にきつい時は遅刻や保健室を利用してよいと伝える。さぼっていると思われることを気にしていたので、学級担任は本人と保護者の承諾を得て、クラス生徒に体の病気のことや保健室利用があることを説明。

- ・養護教諭が本人に、ストレスが疾患の一因になることがあるので思い当たるものがないか尋ねたところ、「何度確認しても忘れ物をする。部屋が散らかっていて者が見つからない。先生に怒られてばかりで嫌になる」と話した。本人とSCの面談を設定。
- ・SCは発達障害について検査が必要と判断。本人・保護者に受診を勧め、医療機関で検査を受診。その結果、軽度不注意傾向があり、生活の工夫について助言を受けた。
- ・検査結果をもとに、保護者と学校で共通理解を持ち、学校で忘れ物をして叱責せずできたものを認めるなどの配慮を。家庭では物の管理ができるよう工夫。また学校では提出物を一覧にして可視化。
- ・半年後には「忘れ物が前より減った。どうしても忘れた時は、宿題は残ってすればいい」と嬉しそうに話すようになった。起立性調節障害の症状は改善し、遅刻、欠席はなくなった。

3 横浜市での事例や対応等

(1) 市立学校における起立性調節障害対応規模（当課調べ）

《調査概要》

令和6年度 保健室・別室登校および養護教諭の職務に関する状況調査

実施時期：令和7年3月

対象：全校種、全校

■令和6年度 養護教諭が個別の支援を行っている健康管理について

	事故等によるPTSD	ゲーム障害、ネット依存	摂食障害	スポーツ障害、脊柱側弯症	てんかんへの対応	糖尿病への対応等	精神・神経疾患	性に関すること	虐待	睡眠障害等	いじめ、暴力行為	自傷行為、希死念慮	月経随伴症状（月経痛等）	起立性調節障害等	慢性的な頭痛等	発達障害等のクールダウン	集団不応、不登校
小学校	13	15	26	24	46	64	39	45	71	76	90	67	98	109	157	195	206
中学校	11	20	27	39	33	29	58	53	36	61	51	95	83	85	93	71	90
合計	24	35	53	63	79	93	97	98	107	137	141	162	181	194	250	266	296

(2) 市立学校での対応事例（令和7年度聞き取り）

起立性調節障害への対応 ～養護教諭へのヒアリング～					
	A小学校	B小学校	C中学校	D中学校	E高校
登校時刻への配慮	週1回程度登校	週1回登校 登校日は教室で過ごす すがほぼ保健室来室	来れる時間に登校。 登校後ベッドで休養もあり	無理せず登校できる時間に登校	
学習支援	オンライン授業 予め予定を知らせておく	保護者がリモート授業を希望しているが実現していない	授業配信 家庭で定期テスト受験（参考）	学年で対応している。 放課後対応することもある	
校内の情報共有		担任が3日に一度は訪問している	年度初めに必ず共有 それ以降随時	必要に応じて	職員間で随時共有
家庭との連携	担任中心	未受診家庭へは受診勧奨している	情報共有を密にしている。 生徒を介することもある。		
その他	保護者の協力を得て修学旅行に日帰り参加		ピアサポートが広がっている（親も子も）	生徒のペースに合わせてできることをする	単位認定制度を使い在籍を延長する場合あり

- (3) 起立性調節障害について学校での正しい理解が進むよう、養護教諭等が出席する説明会等で症状の説明や対応例などを共有

(令和8年2月26日開催 学校保健事務説明会 配付資料より抜粋)

4 人権健康教育課所管事業他について

起立性調節障害の児童生徒への対応例

- ①頭痛が続く、朝起きられない、立ちくらみなどの症状がみられる児童生徒に対しては、起立性調節障害などの可能性を視野に対応し、保護者と相談の上、必要に応じて専門医の受診をすすめる。
- ②遅刻や欠席が増えることへの本人の不安を受け止め、本人の学びで配慮できることを校内で検討し、本人が安心して登校できるよう指導する。
- ③疾病の理解も含め、本人と一緒に日常生活を振り返り、工夫できることを指導する。
- ④保健調査票に記載された内容は、健康診断時に学校医に伝え、診断や健康相談の資料とする。
- ⑤学級担任を中心に、養護教諭、児童支援専任教諭・生徒指導専任教諭、特別支援コーディネーター、スクールカウンセラー等が専門性を生かし、保護者と協力しながら組織的に対応する。
- ⑥児童生徒の健康情報は全教職員で共有し、児童生徒が安心・安全な学校生活を送ることができるよう研修等を行う。教職員及び他の児童生徒が当該児童生徒の状況について「怠けではない」ことを理解するなど病気について正しい理解をする。等

参考:教職員のための子どもの健康相談及び保健指導の手引ー令和3年度改訂ー令和4年3月 日本学校保健会

- (4) 起立性調節障害の理解促進に係るリーフレットの配布 (神奈川県からの依頼※)

「NPO 法人 子どもの輪 -起立性調節障害を当事者から広める会-」が作成した起立性調節障害に関するリーフレットを、各中学校の全生徒に向けて、令和7年6～7月頃に配付。

※神奈川県で「子ども・若者みらい提案実現プロジェクト」と称し、令和6年度より子ども・若者の目線で考えた事業提案を募集し、選出されたものについて県が事業化。この度、優秀賞に選ばれた当該提案団体の提案を実現するため、当該提案団体が作成したリーフレットを県内中学生に向けて配付。

教人第398号

令和7年6月19日

中学校長

校長代理

人権健康教育課長

「起立性調節障害の理解促進に係るリーフレット配布」について（依頼）

標記について、神奈川県から別添のとおり依頼がありました。

神奈川県では、「子ども・若者みらい提案実現プロジェクト」と称し、令和6年度より子ども・若者の目線で考えた事業提案を募集し、選出されたものについて県が事業化を実施しています。この度、優秀賞に選ばれた「NPO法人 子どもの輪（起立性調節障害を当事者から広める会）」の提案を実現するため、提案団体が作成した起立性調節障害に関するリーフレットを県内中学生に向けて配付することとなりました。

つきましては、貴校生徒への資料1 リーフレットの配付について、ご理解・ご協力いただきますようよろしくお願いいたします。

○送付物：資料1 リーフレット「起立性調節障害を知っていますか？」

○送付部数：各校の全生徒分

○配送予定日：令和7年6月30日 ※神奈川県より学校あてに直接配送されます

○部数が足りない等の場合；

以下の問合せ先にご連絡をお願いします。

問合せ先

神奈川県次世代育成課 企画グループ 兒玉様、高橋様

電話 045-210-4690

メール jisedai-kikaku.pg3k@pref.kanagawa.lg.jp

人権健康教育課

担当：吉澤・酒井

電話 671-3275

あなたは何個当てはまる？

起立性調節障害 チェックリスト

<input type="checkbox"/>	立ちくらみ、めまいを起こし やすい
<input type="checkbox"/>	立っているとき気が悪く なったり、倒れたりする
<input type="checkbox"/>	入浴時や、嫌なことを見聞き した時などに気が悪くなる
<input type="checkbox"/>	少し動いただけで動悸や息切 れがする
<input type="checkbox"/>	朝なかなか起きられず、午前 中は調子が悪い
<input type="checkbox"/>	顔色が青白い
<input type="checkbox"/>	食欲不振
<input type="checkbox"/>	腹痛を時々訴える
<input type="checkbox"/>	倦怠感、疲労感がある
<input type="checkbox"/>	頭痛がある
<input type="checkbox"/>	乗り物に酔いやすい

3つ以上当てはまるか、2つであったとしても、起立性調節障害が強く疑われる場合には適切な対応が必要です。



当事者より、
リーフレットの発行にあたって

起立性調節障害になると、今まで当たり前のように出来ていた様々なことが、努力しても思うようにできなくなってしまう。勉強に遅れがでた、体が悪くて学校に行きたくても行けない。勉強に遅れがでたり、友達と距離ができてきたりしてしまう。スポーツや部活など好きなことすらできない。

クラスに3、4人いるようなめずらしくない病気なのに症状の特徴(特に、午前中に体調が悪いものや夜にかけて良くなる点など)が知られていないため、元気な頃のように活動できないことを怠けやサボりと勘違いされてしまう。

このようにつらい思いをしている当事者が多すぎます。私たち「子どもの輪」メンバーもそのひとりです。

このリーフレットをきっかけに、起立性調節障害という身近な病気があることを、たくさんの方に知っていただけたらと思います。

NPO法人子どもの輪
代表理事 中山知佳穂 (15歳・当事者)

参考文献

- ・田中大介 『小児科医が伝えたい起立性調節障害 症状と治療』 徳間書店、2024年3月発行
- ・日本小児心身医学会 https://www.jisinsin.jp/general/typical_diseases/起立性調節障害/ (参照2025.3.31)

子どもの輪 -起立性調節障害を当事者から広める会

当事者・元当事者(成人を含む)を中心に立ち上げたNPO法人です。起立性調節障害の正しい理解を広めるため、リーフレットの作成や講演会などの活動をしています。

2025年4月時点
代表理事・中山知佳穂 (15) 副代表理事・黒木和香 (15) 田村鞠希 (16)
理事・川瀬麗 (26) 榎内咲樹 (15) 吉田安陽 (14)



起立性調節障害の子どもたちの会

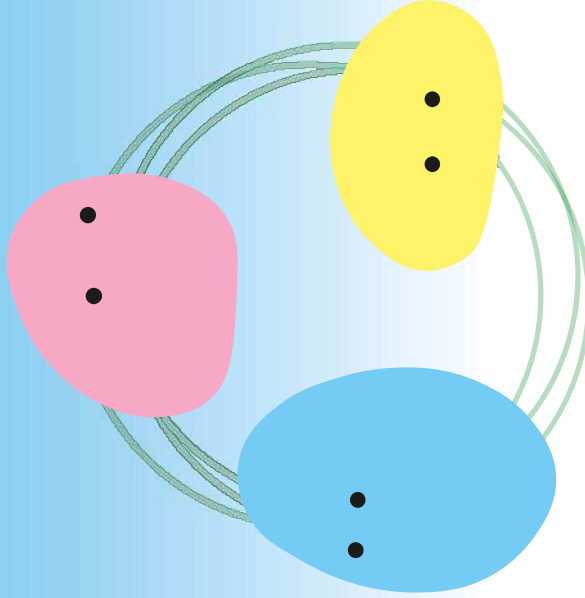
起立性調節障害の当事者が安心して話せる居場所作りを目指しています。オンライン交流会や、横浜での対面交流会を開催中。



中学生の約10%がかかると言われる病気

起立性 調節障害を 知っていますか？

～当事者の私たちが伝えたいこと～



NPO法人 子どもの輪

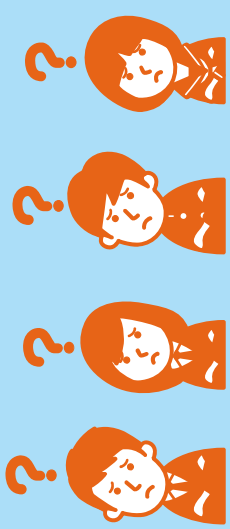
-起立性調節障害を当事者から広める会

監修: 田中大介 (昭和医科大学 小児科専門医)

協力: 神奈川県

発行日: 2025. 4. 1

起立性調節障害とは？



起立性調節障害 (Orthostatic Dysregulation, ODと略されます) は、主に思春期に好発する自律神経系の不調からくる「身体(からだ)の病気」です。

ODは循環器系の自律神経機能の調節不全により、脳や全身に必要な血液が行き渡らなくなり、そのため様々な症状がおこります。

急速な体の成長や、二次性徴によるホルモンバランスの変化のほか、発熱、ストレス、遺伝などが発症に影響しているといわれ、10代の子どもにも多くみられます。

ODはまれな病気ではなく、軽度の症状も含めると、小学生の約5%、中学生の約10%がかかるといわれています。(高校生以降での発症もあります)

<様々な症状>

- ・立ちくらみ、めまい
- ・失神・動悸・頭痛・腹痛
- ・倦怠感・吐き気、嘔吐・乗物酔い
- ・思考力や記憶力の低下
- ・朝起きられない(昼夜逆転)
- ・・・・など(個人差があります)

<ワンポイントアドバイス>

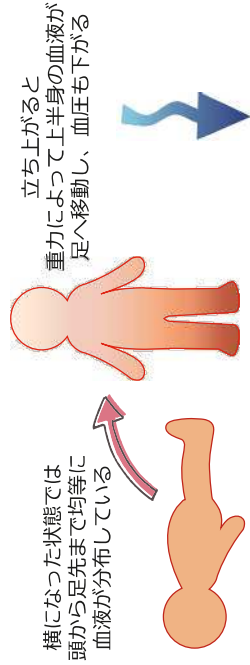
ストレスで悪化するのを無理をせず、体調のリズムを知って自分のペースで生活すること、それが出来ればOK!と思うことが大切です。

じっと立ち続けたり、座り続けたりしないように注意し、立つときはサッと立ち上がらずにゆっくりと動きましょう。血流量や血圧を保つために、水分・塩分の摂取も大切です。

まだ特効薬はありませんが、症状に合わせた薬を用いることもあります。

起立性調節障害が疑われる場合、「新起立試験」を症状の出やすい午前中に実施しましょう！

新起立試験は、起立性調節障害の診断や、サブタイプの分類を行う検査です。



起立時に低下した血圧は通常は自律神経の働きにより回復しますが、自律神経の機能が低下するとそれができず、立ち上がった時に上半身の血流が減少し様々な症状が現れます。その状態を調べるための検査です。

- ①10分間横になり安静での血圧、心拍数を測定
 - ②立ち上がり、数分おきに血圧、心拍数を測定
- この数値の変化をもとに診断が行われます。問診だけでは詳細な判定はできません。

主要な4つのサブタイプ

- (1)起立直後性低血圧 (INOH・アイノー)

通常、起立直後に血圧が下がりますが、その回復に時間がかかり、立ちくらみや眩暈を認める。
- (2)体位性頻脈症候群 (POTS・ポッツ)

起立後に増加した脈拍が、血圧が回復しても長らない。起立後3分以降の心拍が115以上、または心拍増加が35以上で診断。
- (3)血管迷走神経性失神 (VVS)

起立中に突然血圧が低下し、めまいや冷や汗やおこり、目の前が暗くなったり、失神することがある。
- (4)遷延性起立性低血圧

起立直後は異常がなく、起立数分後に血圧が徐々に下降する。

- ・タイプが複合して現れることもあります
- ・近年、脳血流低下型、高反応型など新しいサブタイプが報告されています
- ・子どものODのサブタイプは、INOHとPOTSで9割を占めます
- ・小児科や循環器内科などで検査ができます（受診前に検査が可能が確認することをすすめします）

発症例 ～症状は人によって様々です

Aさん 高校1年生・女子 サブタイプ：起立直後性低血圧、体位性頻脈症候群



発症前は活発なタイプでしたが段々と体調が悪くなり、小4の時に突然強い頭痛で起き上がれなくなりました。それ以降は体調の悪化と少しの改善を繰り返し、小6～中3は夕方から少し外出できる程度の体調でした。現在は通信制高校に入学し、月に数回、午後から通学しています。症状は頭痛、倦怠感、朝起きられない・夜眠れない（昼夜逆転）、暑さに非常に弱い等で、体力・筋力の低下にも困っています。

Bさん 中学3年生・女子 サブタイプ：体位性頻脈症候群



小5ぐらいから腹痛で何度が通院をするも、原因はわかりませんでした。私はODの有名な症状である「朝起きられない、夜眠れない」が無かったため、病気に気づかずにそのままになり体調が悪くなってしまう。中1の夏、学校に行けなくなっただ後の受診で初めて極度の低血圧を指摘され、ODを疑い、様々な検査や新起立試験を受け診断に至っています。今はフリースクールに通っていますが、体調が毎日変化するので行けないことも多くあります。特に腹痛がひどく、食事のたびに激痛に襲われることもあります。そして体力や記憶力が落ち、運動や勉強が以前のように出来なくなることが一番の悩みです。

Cさん 26歳・会社員・男性 サブタイプ：起立直後性低血圧、体位性頻脈症候群



発症前はクラブ活動に参加し、終わった後は塾に通う毎日を過ごしていました。中2のある日、高熱の時にも経験したことがないような体の重さで朝起きられなくなりました。起きた後も1分以上立ち立つと倒れそうになるので、学校にも行けず、ふらついたり、息切れしたりしていました。その後良くなったり悪くなったりを繰り返しながら徐々に回復し、現在は体調に引き合いながら会社員として働いています。

学校を欠席したり、遅刻したりすることが多いです



なまけや努力不足と誤解されることがありますが、起立性調節障害は身体の病気です。体調が良くない中でも学校に行けたとき、温かく迎えてくれるとホッとしました。

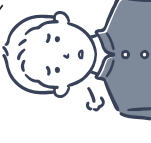


授業中などに体調が悪くなることがあります



体調が悪そうなら子供がいたら、本人に今の状況を聞いて先生に伝えてください。本人が希望するときに、無理に教室に留まらせずに保健室で休ませてくれたときはありがたかったです。

学校に行きたくても行けず、勉強が遅れるのが不安です



体調にあわせてなら勉強ができる時もありますが、自宅から参加できるオンライン授業への対応や、授業内容・プリント配布等の連絡をいただいたとき、とても助かりました。



部活動や行事には、体調が整い参加できることもあります



これは自動的に作用する自律神経によるもので、一時的に体調が良くなることもあるためです。少しの間しか参加できなくてもがんばろうと考えるで行っているので、「遊びの時なら来られるんだね」などという言葉をかけられると、悲しくなりました。

欠席が続くと同級生と距離ができてしまっけど...



「周囲から辛さがわかりにくい病気の先生から同級生に説明をしてほしい」「自分でなんとかするから特別扱いをしないでほしい」など、同じ当事者でも一人ひとりの望む対応方法は異なります。まずは病気の正しい理解を、そして、本人の望むサポートは何かを相談して寄り添ってもらえたと、本当に嬉しかったです。



(5) 学校向けのマニュアルを作成

教育委員会事務局内の関係課でプロジェクトを立ち上げ、各市立学校が参考にできるマニュアルを作成中。マニュアル内には「学校での具体的な支援」や「保護者への支援」という項目を設ける予定。

*****ここから作成中の案からの抜粋*****

第3章 学校での具体的な支援

OD等の症状が重い場合、身体の不調→欠席増→生活リズムの乱れ→不安や自信の低下という負の循環により、不登校状態が長期化することがあります。横浜市立学校では、不登校を問題行動として扱わず、結果のみに焦点を当てないこと、原因の過度な追及で子どもや家庭を追い詰めないこと、そして学校外の学びも学びとして尊重することを重視しています。学校は「学校に戻す」だけを唯一の目標とせず、子どもの主観的な安心感と社会的自立に向けた学びの継続をチーム学校で支えましょう。

支援は、体調に応じた柔軟な登校から始めます。症状が安定しやすい午後の登校や、保健室・別室を経た段階的な教室復帰など、無理をさせない流れを学校・家庭・医療で合意して進めましょう。

朝は体調が不安定になりやすいため、学校からの出欠確認や家庭からの連絡方法は、メール・フォーム等も含めた負担の少ない手段を事前に取り決めることが望ましいです。

学習は、同時双方向型やオンデマンド配信を含むICTの活用、課題の個別化、小集団や個別の学習機会の設定により継続性を保ち、その取組の実態を評価に適切に反映します。

保護者の同意のもと、主治医と配慮事項を共有し、睡眠衛生、朝の光曝露、適度な運動、水分・塩分摂取などの生活改善も学校保健の視点から支援します。

心理面では、自己否定や自責を軽減する関わりを基調に、スクールカウンセラー等の専門職と連携しながら、不安の増悪を防ぎ、「できた」経験を積み重ねて自己効力感を回復させていくことが望ましいです。

学校内の体制づくり(チーム学校)

管理職のリードのもと、担任・養護教諭・特別支援教育コーディネーター・SC・SSW等が定期的にケース会議を行い、医療・家庭と連携して支援計画を更新します。全教職員の共通理解を図るため、疾病の病態等と配慮事項に関する校内研修を実施し、養護教諭をはじめとした教職員の健康観察や成育歴の把握を基点に、教育的配慮・学習方法・評価の在り方を統一します。誤解や偏見(「怠け」など)を防ぐ言葉遣い・指導姿勢は、校内で共有されたルールとして明文化しておくのがよいでしょう。

ケース会議での検討ポイント(学校向け)

検討は、養護教諭の健康観察や主治医の意見をもとに、現在の症状と学校生活のどの場面で負担が生じるかを具体化し、学習方法や登校時間帯、移行の段階を定めます。あわせて、友人関係の不安、自己否定感、家庭での負担感をSC・SSWが評価し、学校外機関との連携も含めて個別の教育支援計画を定期的に更新します。合意事項は「次の一歩」が明確になる文面で共有し、無理のない小刻みな到達目標で進めましょう。

周囲の子どもへの理解啓発

一緒に過ごす児童生徒には、OD 等が怠けではなく身体の病気であること、症状に波があることなどや、必要時は教職員に連絡することを、本人・保護者の合意の範囲で分かりやすく伝えます。事前に伝え方と内容を本人・保護者と合意形成しておくことで、偏見や誤解を避け、誰もが安心できる学級風土を育むことができます。

進路・評価への配慮

評価にあたっては、出席日数のみで学びを判定しない姿勢が不可欠です。ICT や家庭学習、別室や保健室での取組、小集団学習などの到達の証拠を丹念に集め、学習評価や総合的評価へ反映します。

進路は子どもの希望を中心に、在籍校内の柔軟な学習環境に加え、必要に応じてフリースクール等の学校外の学びの情報も提供し、「学びの継続」と「安心の維持」を両立させます。「戻れた／戻れない」で価値づけをせず、子どもが自分のペースでできる学びを積み重ねられる計画を学校・家庭・本人で共有しましょう

留意点

感染症や災害、疾病等で登校が困難な場合でも、ICT を活用した同時双方向型の授業や学習指導を実施すれば、校長の判断で出席扱いとすることができます。病気療養中の児童生徒については、学習機会の確保と評価への反映が求められ、在籍校の責務として環境整備を進めます。これらは不登校の固定化を避けるための学びのセーフティネットであり、OD 等による登校困難にも積極的に適用します。

第4章 保護者支援

保護者は「育て方の問題ではないか」という自責感や将来不安を抱えやすい傾向にあります。学校は、OD 等が医学的な病気であること、症状に波があること、午前中に不調が強いことなど、学校生活のリズムに合わない症状があることを丁寧に説明して安心につなげるとともに、連絡負担を軽減し、家庭訪問・電話・短時間面談などの手段で途切れないつながりを保つよう心がけましょう。子どもへの声かけや生活リズムの整え方は、責めず・比べず・待つ姿勢を共有し、必要に応じて SC・SSW が保護者の相談にも寄り添います。

*****ここまで抜粋*****

今後の対応に生かしますので、ぜひ忌憚のないご意見をよろしくお願ひいたします。