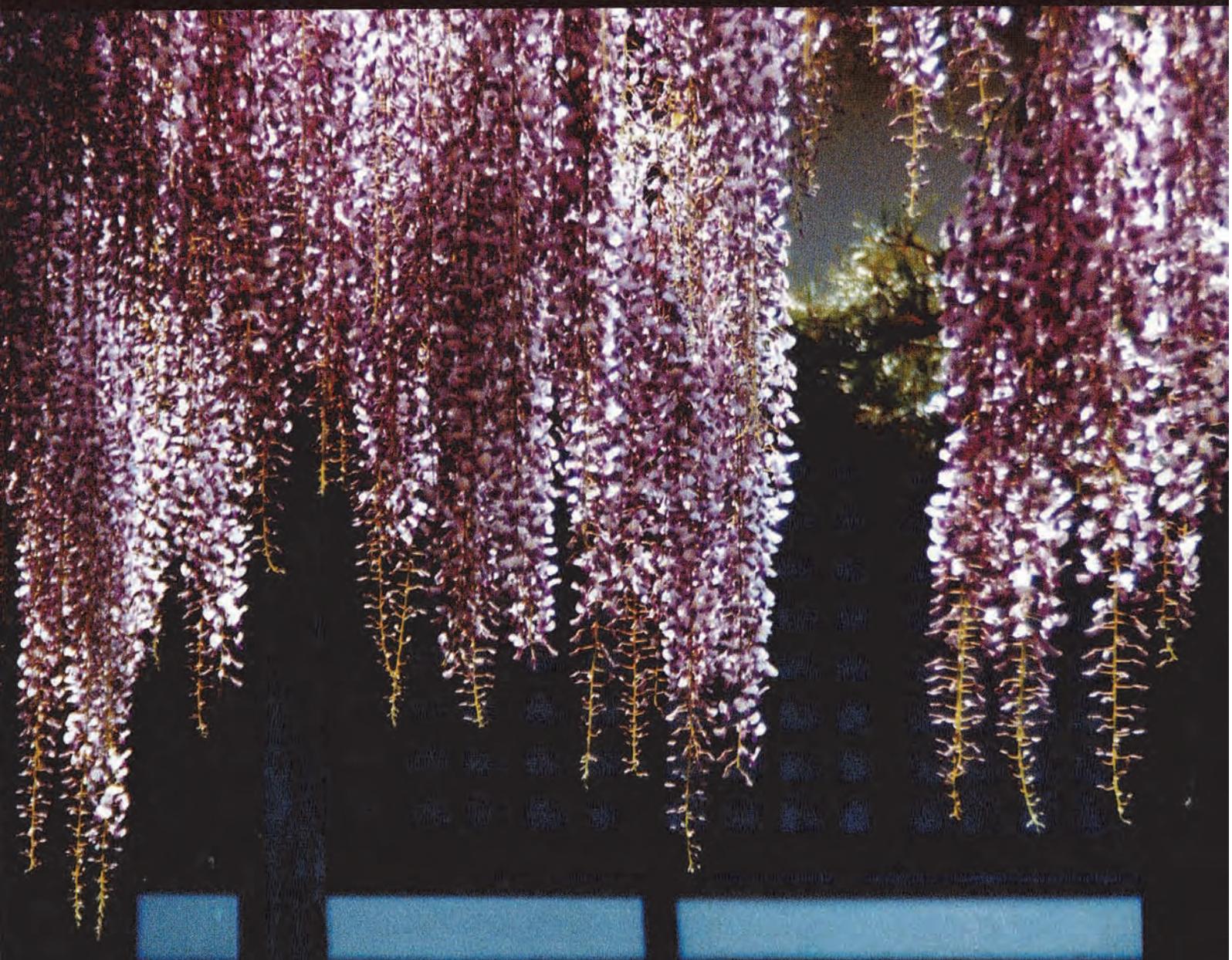


21世紀・新しい時代の

健康教育推進学校の実践

—第3集—



財団法人 日本学校保健会

21世紀・新しい時代の 健康教育推進学校の実践

— 第 3 集 —

発刊にあたって

近年 社会環境や生活様式等の著しい変化が、子どもたちの心や体に様々な影響を及ぼし、社会問題となっています。いじめ、不登校、性の逸脱行為、生活習慣病の兆候、アレルギー疾患、喫煙・薬物の乱用など深刻な健康問題が生じていることはご承知のとおりです。このような現状の中、これらの問題の適切な解決に向け、学校関係者をはじめ多くの健康教育に携わる方々の熱心な取り組みがなされています。また独り学校のみで解決し難い問題であることから、日常的、継続的に対応するため、子どもの生活の場である家庭や地域社会との一体化を図り、連携・協力関係を築いていくことも大切なこととなっています。

このような観点から、日本学校保健会では、各都道府県・政令指定都市の学校保健会や教育委員会の協力を得て、平成14年度から学校における多くの健康課題について、積極的に取り組んでいる学校を健康教育の模範校として表彰する事業を設けたところです。このことにより多くの学校が触発され、意欲をもって健康で明るい学校づくりにつとめていただくことを期待するものです。

3回目となる平成16年度は、各都道府県等の学校保健会から82校の御推薦をいただき、昨年9月から12月まで約4ヶ月にわたり、審査委員の先生方に書類審査と学校訪問をしていただきました。熱心な審査の結果、最優秀校4校、優秀校12校及び特別奨励校2校の計18校、優良校64校を選考し、平成17年2月16日（木）に日本医師会館（東京）で表彰式を行いました。いずれの学校も家庭や地域社会との連携体制が機能しており、活動内容もそれぞれに工夫を凝らされるなど、表彰校にふさわしい成果を挙げておられます。

このほど、広く多くの学校で健康教育の推進に役立てればと考へ、この表彰校の内、最優秀校、優秀校及び特別奨励校の実践記録をまとめた「21世紀・新しい時代の健康教育推進学校の実践―第3集―」を作成しました。本書が学校や関係者の方々に活用されることを期待しております。そして、新たな表彰校の誕生につながるとともに、1校でも多くの学校が生命の核心である健康の大切さを学び取ってもらえれば幸いです。

末尾ではありますが、本書の作成にご協力をいただいた皆様に、心からお礼を申し上げます。

平成17年7月

財団法人 日本学校保健会
会 長 植 松 治 雄

目 次

発行にあたって

(財)日本学校保健会会長 植松 治雄

平成17年度 健康教育推進学校表彰事業実施要項…………… 1

平成17年度 表彰校の実践記録

I 最優秀校

<小学校>

・群馬県高崎市立南八幡小学校…………… 3

・東京都渋谷区立常磐松小学校…………… 11

・愛知県宝飯郡小坂井町立小坂井西小学校…………… 18

<中学校>

・岡山県赤磐市立高陽中学校…………… 25

II 優秀校

<小学校>

・岩手県二戸市立中央小学校…………… 31

・福島県安達郡東和町立木幡第二小学校…………… 38

・栃木県那須塩原市立南小学校…………… 45

・富山県新湊市立堀岡小学校…………… 52

・長野県岡谷市立岡谷小学校…………… 59

・愛知県知多郡武豊町立富貴小学校…………… 69

・滋賀県近江八幡市立武佐小学校…………… 76

・鹿児島県出水郡東町立伊唐小学校…………… 83

・福岡県北九州市立西小倉小学校…………… 90

<中学校>

・群馬県太田市立南中学校…………… 101

・香川県丸亀市立飯山中学校…………… 108

<高等学校>

・山口県立山口高等学校…………… 115

III 特別奨励校

<小学校>

・沖縄県糸満市立糸満小学校…………… 123

<高等学校>

・大阪府立箕面東高等学校…………… 130

I 最優秀校

<小学校>

<中学校>

平成17年度健康教育推進学校表彰事業実施要項

1. 趣 旨

学校現場では、いじめ、虐待、不登校、性の問題、喫煙・飲酒・薬物乱用や生活習慣病の兆候など多くの健康課題を抱えている。このような心や体の健康問題は、校内の推進体制の確立のみならず、学校保健委員会を中心とする学校と家庭・地域社会との連携による地域ぐるみの取り組みが必要である。

このような観点から、学校における健康問題を中心として、健康教育の推進に積極的に取り組み、成果を挙げている学校を表彰し、学校保健の充実に寄与する。

2. 主 催

財団法人 日本学校保健会

3. 後 援

(予定) 文部科学省・厚生労働省・(社)日本医師会・(社)日本学校歯科医会・日本学校薬剤師会・全国連合小学校長会・全日本中学校長会・全国高等学校長協会・全国特別支援教育推進連盟・全国学校保健主事会・全国養護教諭連絡協議会・(社)日本PTA全国協議会・(社)全国学校栄養士協議会

4. 協 賛

P & G

5. 表彰式の期日及び場所

平成18年2月16日(木) 10:00～ 日本医師会大講堂 (予定)

6. 表彰の対象

国公立の小学校、中学校、高等学校、盲学校、聾学校及び養護学校

7. 被表彰候補校の推薦

- (1) 応募する学校は、健康教育推進学校活動状況調査票(別紙様式2、以下「調査票」という)に健康教育推進活動の要点を記入し、都道府県学校保健(連合)会及び政令指定都市学校保健会に提出する。
- (2) 都道府県学校保健(連合)会及び政令指定都市学校保健会は、次に定める推薦数並びに基準によって被推薦校の推薦を行い、調査票に健康教育推進学校表彰推薦書(別紙様式1)を添えて、日本学校保健会に提出する。
 - 1) 推薦数 都道府県 3校以内(東京都は5校以内) 政令指定都市 2校以内
 - 2) 推薦の基準
保健教育、保健管理及び組織活動を内容とする学校保健(安全)計画が適切に実践され、その中で具体的な健康課題(食に関する指導を含む。)について学校・家庭・地域社会が連携し、解決に向けて成果を挙げている学校。
但し、過去3年間連続して推薦された学校にあつては、1年間をおいて推薦するものとする。

8. 推薦書等の提出

提出期限は、前年度までの実績により、当該年度の8月末日までとする。この場合、審査の参考にするため、実践例のビデオ等の提出を求められることがある。

9. 審査の方法

各学校保健会から推薦された学校について、学識経験者等による審査会を設けて審査を行い、最優秀校、優秀校、優良校等を決定する。

審査は、書類による1次審査、ビデオ等による2次審査及び必要に応じ実地審査による。

10. 表彰の方法

表彰式は、当該年度に開催される学校保健センター事業報告会において、(財)日本学校保健会会長の表彰状を授与して行う。表彰式に併せて研究発表・シンポジウムを開催するほか、報告書を刊行し、学校保健活動の普及・充実に資する。

自己健康課題に気づき健康づくりへの実践ができる児童の育成

群馬県高崎市立南八幡小学校

1 本校の概要

群馬県高崎市は、関東平野の北西部に位置し、本校は、高崎市の西側に広がる観音山丘陵の南端にある。そして、烏川、鎗川とに挟まれた緑豊かなこの地区には、田んぼが広がり、トマト作りが盛んに行われている。

本校は、児童数363名の中規模校である。恵まれた環境を活かし、40年来にわたって業前活動に学校の周囲を走る朝マラソンに取り組んでいる。また、敷地内には、ビオトープを持ち、校区内にある里山とともに有効に活用しながら、学校、家庭、地域が一体となった、環境教育、健康教育の推進に役立てている。



2 学校経営方針と健康教育

本校では、『特色ある学校づくり』、『2学期制への取り組み』（ともに高崎市指定H16年度）や『環境のための地球学習観測プログラム（グローブ）』（文部科学省指定H16年度）をうけ、教育課程を編成し、全教育活動を通して実践を図ってきた。

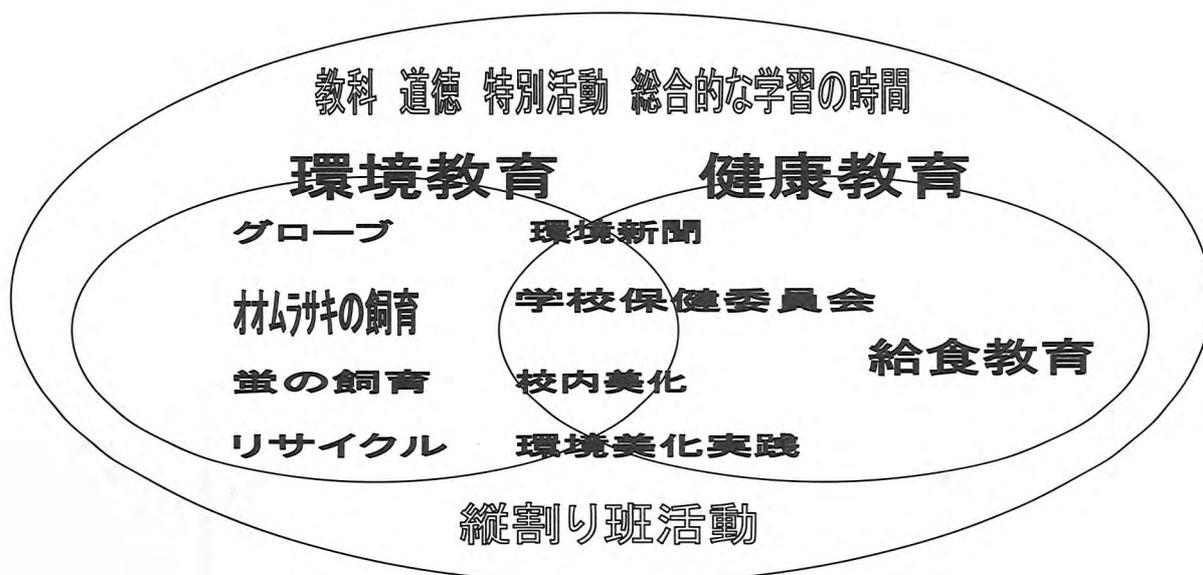
学校教育目標は、『知・徳・体の調和のとれた、健康で活力のある児童の育成』であり、生涯を通して健康で安全な生活を送るための基礎を培うための健康教育は、この学校目標を推進していく上で重要な役割を果たしている。

学校健康教育目標は、ヘルスプロモーションの視点をふまえ、「心身の健康課題をもてる子」「健康づくりの実践ができる子」をめざし、児童自身の主体的な健康づくりと実践化をめざして計画的、組織的に進めている。

特に、平成15年度からは「健康な体づくりをしよう」を学校保健委員会のテーマに掲げ『けんこうカード』を活用しながら、基本的な生活習慣の指導に重点を置いた実践化を図っている。

3 教育計画での位置づけ

本校では、特色ある学校づくりの一環として環境教育を実践している。健康教育を実践する上で、環境は切っても切り離すことのできない表裏一体なものという考え方のもとに推進する環境教育の取り組みは16年目を迎えた。健康教育では、長期的な視野からの環境教育を意識しつつ、児童の発達段階に応じた今日的課題などをすべての教育活動と関連づけて実践している。健康教育の推進は、学校保健委員会を中核とし、教育課程と連動させ、家庭、地域と連携しながら実践している。



4 学校保健（安全）計画

高崎市では、学校保健計画のことを健康教育年間計画としている。ヘルスプロモーションを基本理念に、学校教育目標の具現化に向け、児童や地域の実態を考慮して健康教育全体計画を作成している。そして、全教育活動と連携・連動させて各学年ごとに作成している。

学級活動における健康教育は、保健、安全、給食、性教育を4つの柱としている。その中でも特に歯と口の健康、性教育（エイズ教育）、喫煙・飲酒・薬物乱用防止教育については、保健部で作成した台本をもとに担任と養護教諭とのTTで各学年実施している。また、歯科衛生士や、栄養士とのTT授業も取り入れている。

また、総合的な学習の時間でも、健康教育を1つの柱とし各学年で実践している。



5 具体的な取り組み

(1) 環境教育

環境のための地球観測プログラムの活動や、キッズISOの活動、縦割り班花壇活動、地域美化活動、親子環境新聞づくり、牛乳パックリサイクル、ビオトープの観察、オオムラサキの飼育、しいたけの栽培など様々な取り組みを行っている。

平成15年には、おやじの会が発足し、オオムラサキハウスづくりや、オオムラサキの観察会な

ど、広く地域に呼びかけ、環境について、学校・家庭・地域との連携を図りながら活動を行っている。

また、本校は、群馬森林管理署と『遊々の森協定』を結び、「森の先生」として間伐・枝払い実習、しいたけ栽培、小枝クラフト作りなどの学習活動において様々な支援を受けている。



(2) 学校保健委員会

学校保健委員会は、児童の健康推進を目的とし、学校医、学校歯科医、学校薬剤師、学校職員、PTA役員、児童保健委員、児童運営委員等が参加し協議を行っている。年に5回開催し、そのうち1回を拓大大学校保健委員会として保護者や学校評議委員の出席のもと実施している。学校保健委員会は、毎回「運営案」を作成している。議題についての調査研究は、主に児童保健委員が中心になって行っているが、5回開催する中で1回は、PTA保健委員が主体となって議題について調査研究した内容をまとめ発表することとしている。平成10年度からは、議題に『環境』を取り上げ健康づくりと環境について協議を行ってきた。

《取り組んできたテーマ》

- ・ 歯と口の健康
- ・ 夏の健康
- ・ 運動と健康
- ・ たばこの害について
- ・ 食と健康
- ・ 基本的な生活習慣と健康
- ・ 生活習慣病について
- ・ 環境新聞から学ぼう



(3) 家族会議

学校保健委員会のテーマに沿って、年に1回『家族会議』を実施し、家族の話し合いの機会を設定している。家族みんなが健康に関心を高め、意識の高揚に役立てたり、家庭での健康課題の実践化に結び付けている。

(4) けんこうカードの活用

基本的な生活習慣の定着や自己管理能力の育成をめざし、けんこうカードを活用した。これは、親子で生活を振り返り、話し合うきっかけをつくるものである。けんこう生活のめあてを決め、一週間自分の生活を記録して親子で感想を話し合う。この話し合いの結果を集計し学校保健委員会で取り上げた。

(5) 児童委員会活動

児童保健委員会や給食委員会が、健康に関することを劇やクイズ、紙芝居等にし、全校児童にわかりやすいよう集会活動等で発表を行っている。

児童保健委員会は、学校保健委員会の報告も保健集会で行っている。



(6) 総合的な学習の時間

総合的な学習の時間は、環境と健康を2つの柱に行っている。

健康教育では、3年生は、『食』をテーマに地域で作られているトマトづくりの学習、4年生は、助産師さんを外部講師として招き『命』をテーマに生命誕生についてや命の大切さを学び、5年生は『福祉』をテーマに手話や車椅子体験、近隣のデイケアサービスでの高齢者との交流、6年生は、自分を見つめるをテーマに自分史を作成したり『心』の学習を行っている。

環境教育は、校内のビオトープや校区にある里山『さぬ山』の動植物の観察を行い、豊かで健やかな心を育てることをめざしている。3年生は、校内のビオトープの観察。4年生は、キッズISO学習を進め、身近な省エネの実践、さぬ山の観察。5年生は、さぬ山について課題をたて調べ学習。6年生では、さぬ山にある『山の上の碑』など歴史について調べる等、さぬ山学習を通して地球環境を守り未来へつなげる学習を行っている。



(7) 親子環境新聞

環境新聞は、健康づくりを阻害している環境問題は何か、その解決には何が必要かを児童一人一人が考え、それを新聞にすることを通して、原点からの健康づくりをめざすものである。環境新聞には、平成10年から夏休みの課題として取り組んでいる。今年で7年目を迎えた取り組みである。新聞づくりは、児童だけでなく家族みんなで環境や健康のことについて考え、観察したことや調べたことなどを一枚の画用紙に新聞としてまとめている。学級では、環境新聞の発表会を行い、その後、環境学習室や保健室前に掲示している。

環境学習室には、今までに児童が作成してきた環境新聞を展示・保管することにより、児童の活動の足跡や成長を児童自身が確認できるようにしている。



(8) スポーツ活動

心身の健康な体づくりをめざし、運動の習慣化を図る工夫をしている。朝行事で、通年行なっている朝マラソンは、40年来の取り組みである。また、今年度から、放課後の活動として、生涯スポーツを目標とした一人一人の体力づくりに対する意欲向上のために『南八幡きつず・すぽーつ』という活動を行なっている。この活動は、3年生から6年生を対象とし、マット運動、鉄棒、跳び箱、陸上、水泳、ソフトバレーボールなど様々なものに取り組んでいる。指導体制は体育部を中心として全職員で行なっている。



(9) 食に関する指導

学校保健委員会では、食と健康についての議題を毎年取り入れ協議している。平成15年度は、『朝ごはんの大切さ』や『選んで食べて健康な体』『清涼飲料水について』などを取り上げた。

学級活動や総合的な学習の時間にも『食』について学習する場を設定し、担任と栄養士とのTTの授業を取り入れている。



給食は、食と健康を考慮し、『カミカミ月間』『カルシウム月間』『栄養月間』『減塩週間』『食物繊維週間』『目の愛護週間』などを取り入れた給食年間計画を作成し、児童・家庭の食行動を育てる活動をしている。また、地場産物を導入して、食の安全とともに郷土愛の啓発も視野に入れている。さらに地球環境に考慮した給食の実践として、ダイオキシンの発生を抑えるため個別包装をなくし、ラップ、カップ類等も使わない手作りの給食を導入している。また給食から出る野菜くずや残菜は、業者により堆肥化し、校内の花壇や学年の畑に活用している。

栄養士や給食技士は給食時間に、教室訪問を行い、児童とのコミュニケーションを図りながら栄養指導を行っている。また、月に1回のセレクト給食を実施し、児童の自己選択能力の育成を行っている。

児童は、給食委員会主催により、栄養士、給食技士に感謝する給食感謝集会を毎年実施している。

6 成果と今後の課題

健康教育は、環境教育と密接な関係があると捉え、環境教育を中心とした特色ある学校づくりを推進する中で、健康教育を教育活動全体の中で計画的に実践することができた。

児童の身近な活動を取り上げた学校保健委員会の取り組みや『けんこうカード』の活用、家族会議の実施により、児童が自己の健康づくりを意識するようになった。

家庭や地域との連携を重視し、『拡大学校保健委員会』の開催や『家族会議』、『環境新聞』づくりなどを行なってきた。

今後も、自己の健康課題に気づき、健康づくりの実践ができる児童の育成をめざし、学校・家庭・地域との連携を図りながら地域の健康発信地として健康教育を推進していきたい。

第5回（拡大）学校保健委員会運営案

平成17年2月25日（金）

午後3：15から4：15 体育館

1 議題 「環境と健康」

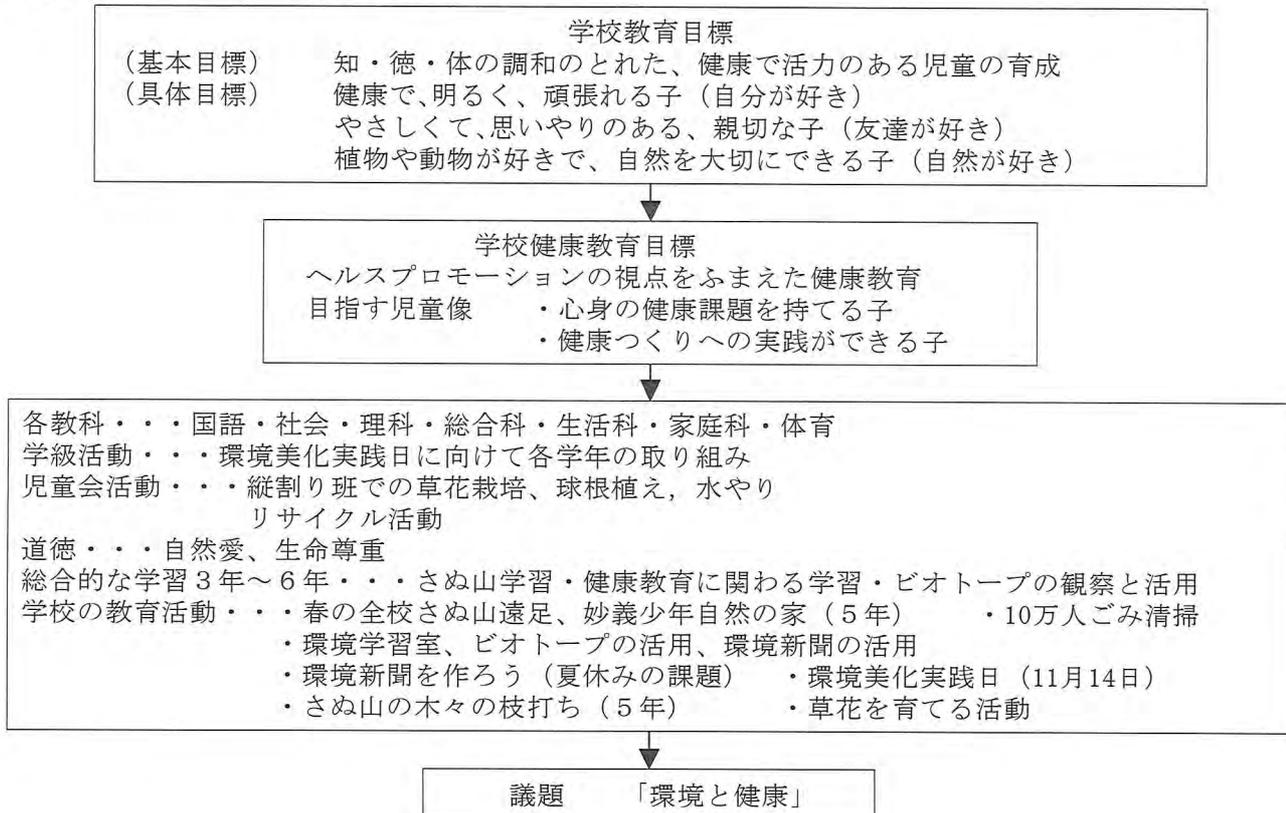
2 議題設定の理由

親子環境新聞に取り組んで7年目、今年の夏休みもまた多くの家庭で環境新聞のことが話題に上がり全校で300枚あまりの力作が出来上がった。取り組み7年目ともなると、内容が更に充実し、新しい視点から環境問題を考えている新聞も見られた。食品の安全性・地球規模で考えた環境問題・河川の調査などのテーマも増えている。

自分が調べたり活動したりして書いた環境新聞や、理科委員会の「グローブ（環境のための地球学習観測プログラム推進事業）生徒の集い」の発表から、環境に関する多くの事柄を学べると考え本議題を設定した。今、私たちにできることを話し合う中で、健康と環境のためにできる事をしていこうという気持ちを持たせたい。

- 3 **ねらい** 環境新聞の発表や理科委員会の「グローブ生徒の集い」の発表をもとに話し合い、健康と環境のために実践できる事を更に広げようとする気持ちを持つ。

4 議題と各種活動及び教科、総合的な学習との関連



5 活動計画

事前

職 員	児童保健委員	理科委員会	P T A保健委員
<ul style="list-style-type: none"> ・課題の方向性の確認 ・養護教諭と保健主事との打ち合わせ ・健康教育部会での話し合い ・運営案の作成と検討 ・児童保健委員への支援活動 	<ul style="list-style-type: none"> ・環境新聞の作成（夏休み中の課題） ・環境新聞の発表（クラス） ・活動計画の作成 ・発表の準備と練習 	<ul style="list-style-type: none"> ・「グローブ生徒のつどい」の発表の準備と発表の練習 	<ul style="list-style-type: none"> ・保健委員会資料の確認と検討



本時

<p>第5回 弘大 学校保健委員会 「環境と健康」</p>



事後

職 員	児童保健委員	P T A保健委員
<ul style="list-style-type: none"> ・環境新聞の掲示と活用 ・各家庭への働きかけ ・今できることの実践 	<ul style="list-style-type: none"> ・環境新聞、資料の掲示 ・評価と反省 	<ul style="list-style-type: none"> ・「つよい子」発行

6 活動の展開

話し合いの流れ	時間	児童保健委員	P T A保健委員	三師会・学校職
1、開会 2、あいさつ	3		P T A保健委員長	保健主事 学校長
3、議題 「環境と健康」	7 20 20	司会 児童保健委員 ＊ 「グローブ生徒の集い」の発表 理科委員会の児童 ＊ 児童保健委員の環境新聞の発表（5・6年の児童13名） ・ 水生生物による水質調査 ・ めだかについて ・ 南八幡小の周辺の水調べ ・ 地球温暖化を防ごう ・ リサイクルについて ・ 近年の絶滅動物 ・ 核家族と都市型地域 ・ 遺跡の保護 ＊ 話し合い 理科委員会の「グローブ」の発表を聞いての感想 環境新聞を作成しての感想 環境新聞の発表を聞いての感想 今、私たちの健康と環境についてできることは		
5、まとめ 6、閉会	10		P T A副会長	三師会の先生方

人として生きる基本となる“心と体の健康教育”の推進

東京都渋谷区立常盤松小学校



1 本校の概要

本校は、大正14年常盤松御料地の払い下げにより開校し、常陸宮邸や複数の私立小・中・高・大学に隣接する文教地区に位置している。現在6学級の小規模校で、平成17年度に創立80周年を迎える。

開校当時からの校訓「健康・勤勉・上品」を受け継ぎ、教育目標の一番目に「元気な子どもの育成」を掲げ、「心と体の健康づくり」を教育活動の基盤としている。平成8年度東京都健康・安全推進校、平成9年度学校保健功労学校として文部大臣から表彰を受けており、健康教育の伝統が受け継がれている。

2 教育計画における健康教育の位置付け

教育計画において、健康教育は ○すこやかタイム（総合的な学習の時間）と ○その他の特色ある活動を主におき、各教科領域などに関連して位置付けている。

○ すこやかタイム（総合的な学習の時間）

心と体の健康教育を1・2年生は授業時間外の余剰時間で、3年生から6年生は総合的な学習の時間に学校総合「すこやかタイム」として位置付け、心と体の健康の課題を子ども自身に意識させるために、各教科や道徳の学習とともに、日々の保健・給食指導との関連を図っている。

○ その他の特色ある活動

- ・ 日常の様々な活動－朝の「元気調べ（健康観察）」、「体育朝会・音楽朝会」、中休みの「児童集会」「縦割り班遊び・はだし遊び」等関連付けた活動。（月）～（金）の毎休憩後「うがい・手洗いタイム」、毎給食後「歯みがきタイム」の設定。



- ・ 多様な給食活動－異学年「交流給食」「マナー給食」「バイキング給食」等。
- ・ 「はつらつ教室」（肥満傾向・喘息改善教室。学期に1回）の開催。
- ・ 学校歯科医による6年間の継続的なきめ細かい指導。
- ・ 薬物乱用防止教室、防犯教室・不審者対応安全教室－地域とともに安全教育。

3 本校の健康教育

児童の健康推進年間プランと学習計画、学校医・家庭・地域との連携

☆年度当初、児童は、一人一人が自分にぴったりの健康のめあてをもち、すこやかタイム（総合的な学習の時間）を中心の様々な活動を通して達成を目指している。

4月 自分にぴったりの健康のめあてをもとう

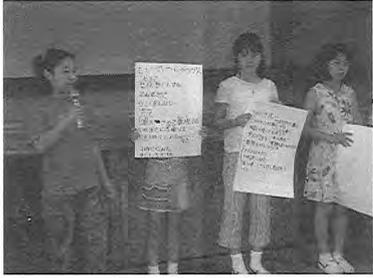


「姿勢に気をつけて字を書く。」

「毎日、必ず校庭を走る。」

児童は定期健康診断・スポーツテスト・すこやかタイム・毎日の生活の振り返り等をもとにして保護者と相談しながらめあてをたてる。

6・3月 健康のめあて発表集会



私たち「生活習慣グループ」では、早寝早起きをするための工夫について考えました。

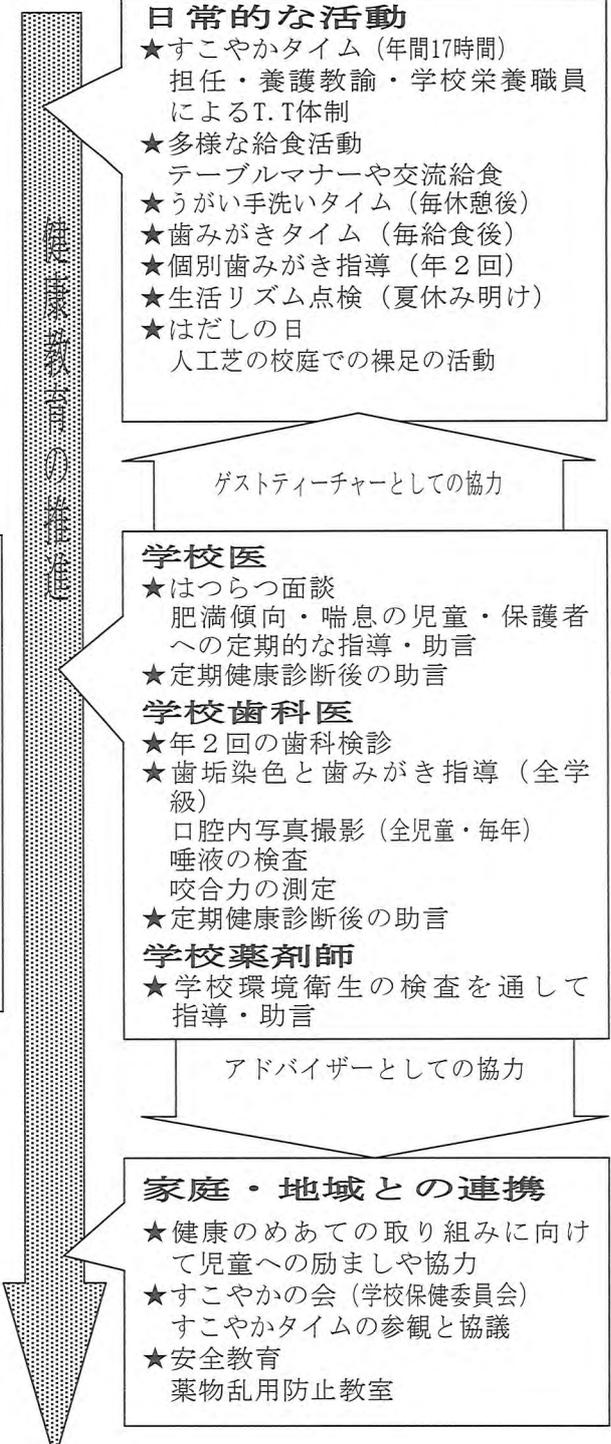
健康のめあてごとの異学年集団による話し合いや活動・報告会。

9・1月 健康のめあて振り返り集会



自分で気をつけたり、おうちの人に言われたりして直せるようになってきました。

取り組みを振り返り、成果や改善策を話し合い、創意工夫した活動をする。



自分の健康を振り返りよりよく生活しようとする態度の育成

4 具体的な実践例

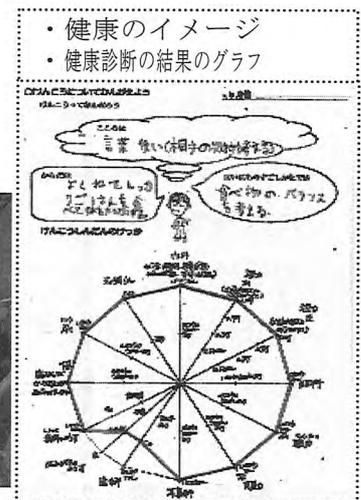
(1) すこやかタイムー自分にぴったりの健康のめあてー

6年間にわたって継続しておこなうことで、めあてに向かって進んで努力する態度や継続する強い心をもたせる「自分にぴったりの健康のめあて」学習を推進している。

児童がたてためあては1年間通じて記録できるように1枚の「めあてカード」にまとめている。このカードには学期ごとに自分の反省、保護者・担任の言葉が書き込まれ、児童の主体的な活動を支えている。また、めあては職員室前や教室内に掲示されている。内容は「生活習慣に関すること」「心に関すること」「目・姿勢に関すること」「歯に関すること」「食に関すること」「遊び・運動に関すること」である。

〈自分にぴったりの健康のめあてをたてようー4年生の実践より〉

4年生は、保健学習「育ちゆくわたし」と関連づけて養護教諭、担任のTT指導により学習した自分の健康状態について、定期健康診断の結果をレーダーチャートにまとめたり、パソコンを使用して生活チェックを行ったりしてその結果から振り返り、自分に合う健康のめあてを設定した。



〈給食ができるまでー1年生の実践より〉

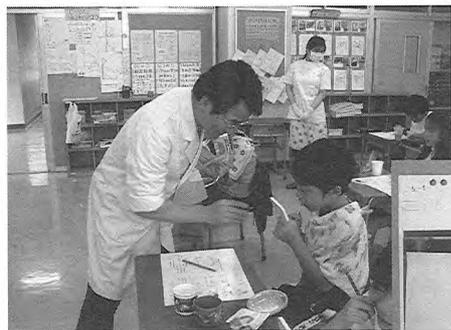
児童に給食室での仕事や給食ができるまでの過程を知り、働く人々へ感謝の気持ちをもって給食を味わうことができるようになってほしいと考えた。そこで学校栄養職員、担任のTT指導により献立で使われた材料の栄養や調理過程の様子を知ったり、実際に使っている調理器具に触れたりして、給食調理の大変さを理解して、給食主事に手紙を書くことにした。



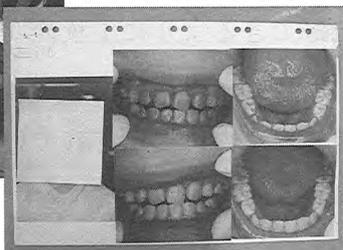
(2) 学校医・学校歯科医との連携

学校医との連携による健康教育は、すこやかの会、すこやかタイム（ゲストティーチャーとして参画）、はつらつ面談（学校医の指導）、歯みがき指導（学校歯科医の指導）などを実施している。学校医・家庭・学校との連携は、保護者の教育力を高めるだけでなく、児童自身の健康に対する意識を育て、どうすれば健康な体を維持したり、また改善したりできるのかといった実践的態度を涵養している。

〈歯みがき指導よりー入学時から卒業までの口腔保健の記録化と指導ー〉



毎年6月に全学級が学校歯科医による歯垢染色・歯みがきの指導を受けている。染め出し後の歯の状態とみがいた後の歯の状態を撮影し、児童が確認できるようにして指導を行っている。



記録は、6年間分を保存し、口腔保健の指導に活用するとともに、卒業時に成長の記録とともに児童に返されている。

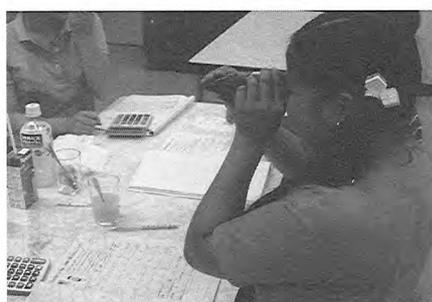
〈はつらつ面談より〉

肥満傾向の児童を対象に毎月の「はつらつ計測」を実施した記録や、食事調査、区で行われている生活習慣病検診の結果等を基に保護者・学校医・養護教諭・学校栄養職員と話し合う機会を設定している。家庭での意識や態度の改善に効果的であり、児童が自分の体に関心をもち、自分の健康のめあてをもって意欲的に健康づくりに励む態度の育成をめざしている。



(3) 家庭・地域との連携

〈はつらつ教室より〉



喘息傾向の児童を対象に、地域の保健師の指導で、喘息に関する知識とピークフローやピッチパイプを使った予防法を学習した。保護者も参観し、家庭での協力を得られるようにしている。

肥満傾向の児童を対象に、飲み物の糖度を調べ、糖分の量を実感したり、気軽にできる運動としてウォーキングや健康かるた取りを行ったりした。

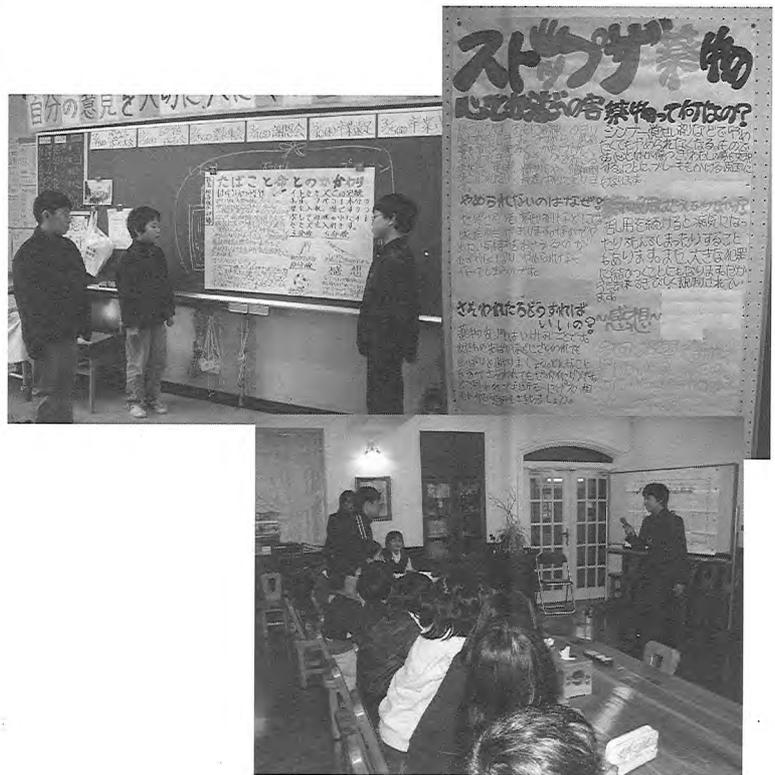
〈すこやか会より〉

健康診断結果や健康状態の報告のほか、健康のめあてへの取り組み、疾病への対応、心の健康というようにテーマを設定している。学習の様子を実際に見てもらう・取り組みの成果や課題を検証する・専門的に研修するなどが主な内容である。保護者・地域の方・学校医の先生方・学校評議員・全教職員・課題によっては児童の代表がメンバーとなっている。保護者の関心は高く、要望が出された内容をもとに、保健主任を中心に計画・内容・方法を検討して開催している。「すこやか会」が「子どもたちの心と体の健康づくり」について家庭・学校・地域が共に考え合い、またそれぞれの立場で実践していく拠り所となるように配慮している。

〈6年生の実践と授業をすこやか会で公開－警察署と連携した薬物乱用教室－〉

喫煙・飲酒・薬物の害についてビデオ「ストップ・ザ・薬物」を見て、喫煙・飲酒・薬物が身体面・精神面に及ぼす影響を学習し、さらに深めたいことを班ごとに分かれて調べ、模造紙にまとめた。

警察署員による薬物乱用防止教室にて、警視庁の方からの話を聞き、ロールプレイで上手に断る練習を行った。



5 成果と今後の課題

現在も、毎月のすこやかだより（保健だより、給食だよりを一本化したもの）、学年・学校だより等で教育の内容を家庭や地域に知らせている。「心と体の健康づくり」に担任・養護教諭・学校栄養職員・学校医がチームになって指導に当たり、家庭の意識も高く、「めあてカード」への励ましの言葉や「すこやか会」出席等参加率が高く、非常に熱心である。



毎日の行動様式で累積された習慣づくりこそが健康教育のポイントである。健康を管理する能力は一朝一夕に身に付くものではない。学校と家庭の共通理解・共通実践を進めていき、大人が手本を示し、児童に試行錯誤を繰り返させながら、忍耐強く見守ることが大切である。今後も日常の指導の積み重ねの中で、児童に「自分の健康は自分でつくる」という自覚と認識を育てていきたいと考えている。

16年度 常盤校小 6年

自分にぴったりの健康のめあて

字を書く時のしせいに気を配る

【このめあてにした理由】
 ほとんど目が悪く視力があがりたげいんが目を悪くするおしせいで悪がたかです。

【その達成のため】
 ・学校で1時間に1回 目の位置を正にする。
 ・できるだけ意識する。

【めあてを達成したら、この上新しい用語をほります】

1学期の振り返り	<p>あやちから</p> <p>視力が悪くは、眼筋運動に気をつけて目を使っています。授業でも家庭でも姿勢が気をつけています。この1学期、新しいめあてに気をつけて、習慣はどうしても目か悪くなくて、してあげた。意識して学習に取り組むことが出来るようになりました。これからの2学期、3学期もこのめあてでがんばりたいと思います。</p>
2学期の振り返り	<p>あやちから</p> <p>2学期では、1学期よりも、積極的にめあてに取り組めたと思います。それは、2学期になると視力が落ちなくなってきたので、これを理由に「がんばる」という気になりました。3学期もがんばりたいと思います。</p>
3学期の振り返り	<p>あやちから</p> <p>3学期も、姿勢を意識してめあてに取り組むことが出来ました。中学校に行っても、勉強、スポーツなどいろいろやるので、めあてを達成したいと思っています。</p>

【先生から】
 1学期、2学期、3学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 2学期、3学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 3学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 4学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 5学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 6学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 7学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 8学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 9学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 10学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 11学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 12学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 13学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 14学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 15学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 16学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 17学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 18学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 19学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 20学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 21学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 22学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 23学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 24学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 25学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 26学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 27学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 28学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 29学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 30学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 31学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 32学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 33学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 34学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 35学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 36学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 37学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 38学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 39学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 40学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 41学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 42学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 43学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 44学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 45学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 46学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 47学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 48学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 49学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 50学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 51学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 52学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 53学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 54学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 55学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 56学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 57学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 58学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 59学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 60学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 61学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 62学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 63学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 64学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 65学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 66学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 67学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 68学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 69学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 70学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 71学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 72学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 73学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 74学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 75学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 76学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 77学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 78学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 79学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 80学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 81学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 82学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 83学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 84学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 85学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 86学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 87学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 88学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 89学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 90学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 91学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 92学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 93学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 94学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 95学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 96学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 97学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 98学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

【先生から】
 99学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

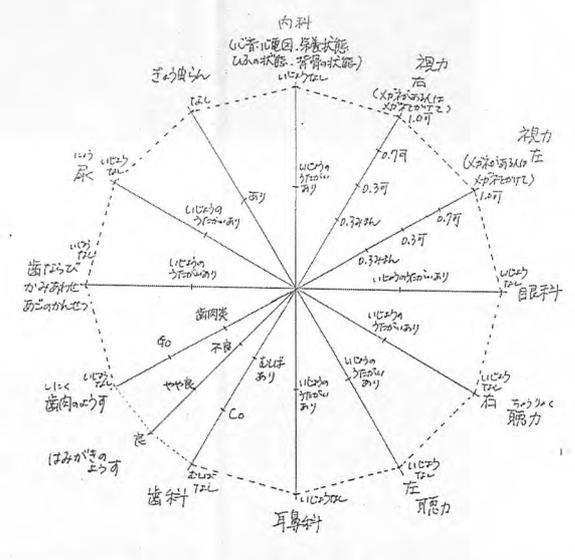
【先生から】
 100学期もこのめあてでがんばりたいと思います。

〇けんこうについてかんがえよう
 けんこうってなんだろう

ここは

からだは

けんこうしんだんのけっか



平成17年度 学校総合

すこやかタイム年間指導計画

	4月	5月	6月	7月	8月・9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
健康のめあて	めあてをもつ (1~5H)	健康のめあて発表 集会(1H)	健康のめあて振り返り 集会(1H)	集会に向けて5・6年生で話し合い	健康のめあて振り返り 集会(1H)	集会に向けて5・6年生で話し合い	健康のめあて振り返り 集会(1H)	集会に向けて5・6年生で話し合い	健康のめあて振り返り 集会(1H)	健康のめあて振り返り 集会(1H)	健康のめあて振り返り 集会(朝会時)	
すこやか目標	自分の体を 知ろう	自分にぴったりの健康のめあてをもとう	歯を大切にしよう	夏を健康に過ごそう	生活リズムを整え健康な体をつくろう	姿勢を正しくしよう	命の大切さを考えよう	冬を健康に過ごそう	かぜやインフルエンザをふせごう	心の健康を考えよう	1年間の生活を振り返ろう	
保健	自分の体の様子について知ろう	規則正しい生活しよう	歯を大切にしよう	夏を健康に過ごそう	けがをふせいで、すくすんで運動しよう	よい姿勢を考えよう	一人一人の命の大切さを考えよう	薄着をして皮膚をきたえよう	教室の空気をきれいにしよう	自分を好きになろう	健康のめあてを振り返ろう	
栄養	給食に関心をもち、食生活を知ろう	食べ物の仲間を知ろう	よくかんで食べよう	おやつを食べ方を考えよう	朝食をしっかり食べよう	魚の栄養を知ろう	食べ物の大切さを知らう	病気に負けない体をつくろう	野菜を食べよう	好き嫌いしないで食べよう	一年間の反省をしよう	
行事	1年 定期健康診断[スポーツテスト][歯みがき指導][全校遠足] 2年 1年 学活 危険から身を守る あぶないあぶない 3年 3年 保健 毎日の生活と健康 4年 4年 保健 育ちゆく体とわたしたち [4年 初経指導] 5年 5年 理科 生命誕生 6年 6年 家庭科 生活時間を見直してみよう	5年 家庭科 料理って楽しいね [5年 家庭科 なげ食べるのか考えよう] 5年 保健 けがの防止 [5年 総合 バリアフリーの社会を目指して] [5年 保健 心の健康] 6年 家庭科 まかせてね!きょうのごはん [6年 総合 健康づくりマイプラン] [6年 家庭科 快適な住み方を工夫しよう]	2年 生活科 野菜栽培 [2年 国語 おへそってなあに] 2年 生活科 いもいもパーティー [2年 生活科 すてきなじぶんをしよう]	[招待給食・1・2・5年]								
各教科領域等との関連												
地域・保護者	健康のめあてをもつ 1・2年は保護者ともあてを考える	健康のめあて振り返り・保護者からの一言	健康のめあて振り返り・保護者からの一言	健康のめあて振り返り・保護者からの一言	健康のめあて振り返り・保護者からの一言	健康のめあて振り返り・保護者からの一言	健康のめあて振り返り・保護者からの一言	健康のめあて振り返り・保護者からの一言	健康のめあて振り返り・保護者からの一言	健康のめあて振り返り・保護者からの一言	健康のめあて振り返り・保護者からの一言	

健やかな体と豊かな心を育む健康教育

愛知県宝飯郡小坂井町立小坂井西小学校

1 本校の概要

小坂井町は、愛知県南東部に位置し、人口22,200人余の町である。町内には、東海道本線「西小坂井駅」、飯田線「小坂井駅」、名古屋鉄道本線「伊奈駅」の3駅があるほか、国道1号も走り交通の便がよい。以前は農家が多かったが、近年、工場や住宅が増え、ベッドタウン的な地域がみられるようになってきた。

本校は、児童数702名、24学級である。学力の定着、人権・健康・環境教育に力を入れている。健康教育においては、自らの命はもとより、他人の命も尊重しながら、自分の生活や生き方をよりよい方向に改善しようとする児童の育成をめざしている。明るく元気な児童が多く、保護者・地域も学校教育に協力的である。



2 学校教育目標と健康教育

《学校教育目標》

『心ゆたかで 健やかな子ども』の育成

本校では、「健康は、学校教育全体を支える最も重要な基盤である」との考えのもと、健康教育に取り組んでいる。教育計画の立案にあたっては、児童の発達段階に応じ、教育活動全体を通して推進することと、児童が自らの生活習慣や心身の状態を見つめなおし、課題を自ら解決していく態度や安全に行動できる能力を身につけることを重視している。

年間指導計画は、『あおい学習』（総合的な学習の時間）、各教科並びに諸活動との連携を図りながら、「いのち」と「共生」をキーワードに、学習活動の目標や内容を吟味して作成している。そして、

職員の共通理解を図り、学校三師や関係機関との連携を密にして、指導案や資料の活用などを協議し、授業実践を進めている。

また、学校保健委員会、学校公開日、地区懇談会、保健だよりなど、保護者や地域とのつながりを深める機会を充実させ、情報の発信や様々な働きかけを通して、家庭や地域との連携を図るようにしている。



3 教職員の推進体制

各部は、教育目標を受けて具体的な努力事項と指導計画を作成している。その場合、児童の健康生活への意識・意欲の強化と実践化・習慣化に向けての具体策になるよう努めるとともに、互いに連携した指導が推進されるようにしている。

《健康教育推進組織》

体育部	保健部	安全部	給食部	道徳部	特別活動部	教育相談部
主体的に運動する態度の育成	積極的に健康を保持する態度の育成	きまりを守り、安全に行動できる態度の育成	食事を通して好ましい人間関係の育成	いのち・共生を大切にする心の育成	明るく豊かな生活の形成や人間性の育成	心のもやもやの早期発見・対応と児童支援
体育主任 体育部	保健主事 養護教諭 保健部	安全主任 保健主事 生活指導部	給食主任 視聴覚主任 放送委員会	道徳主任 人権主任 道徳部	特活主任 児童会担当 特別活動部	教育相談主任 不登校対策委員会
《研究推進部》		《研究全体会》		《学年部会》		

4 具体的な取り組み

1) 『あおい学習』へと学びをひろげる健康学習

本校では、日常的に、うがい・手洗い・給食後の歯みがきの励行に努めているが、保健学習や学級活動において、「性の指導」をはじめ、「よい姿勢」「よい歯」「食」「睡眠」などの今日的な健康課題を取り上げるようにしている。その場合、担任と養護教諭あるいは外部講師との協力的指導も積極的に取り入れている。



そして、それらの学習は、「やさいで元気」（3年生）、「ぼくたちスーパーパワフル10歳だ」（4年生）、「けがの防止」（5年生）、「小西ウィルスバスター」（6年生）のようにテーマをもった『あおい学習』に発展していくよう支援している。

2) 元気いっぱい運動場に飛び出していく「わんぱくタイム」

本校では、2時間目と3時間目の間に25分間の「わんぱくタイム」を設定している。通常は自由な活動時間であるが、二週間ずつ、児童が運営する「わんぱくチャレンジ」「ドッジボール大会」と、体育部が計画する「かけ足運動」「短なわチャレンジ」「長なわチャレンジ」を実施している。縦割り異学年交流（なかよしペア学年活動）での取り組みやクラスの仲間と協力して記録に挑戦するものを組み入れ、仲間や集団づくりも意識した体力づくりの場になっている。運動が好きな子どもが増えてきただけでなく、児童相互の温かな交流も生まれ、保護者や地域の人からも高い評価を受けている。

〈一学期〉	わんぱくチャレンジ	短なわチャレンジ
	自分が得意な種目を選んで楽しみながら競い合い、チャンピオンをめざして多くの児童が参加している。一人ひとりの自主的な練習の姿や仲間と協力する姿が見られる。	検定表を全員に配付し、目標を持って練習している。練習はペア学年で行い、高学年が低学年に跳び方を教えたり、二人組になって跳ぶなど、ペアならではの姿が見られる。応援したり、励ましたりすることが交流の場になっている。
〈二学期〉	ドッジボール大会	かけ足運動
	クラス対抗で行っている。この時期になると大会に向けて児童が運動場いっぱいになり、男女の別なくドッジボールの練習をしている。クラスの団結力を高める行事にもなっている。	約一ヶ月間、自分の目標を決めて運動場のトラックを走る。低・中・高学年用に3種類のトラックを作り、児童が安全に気持ちよく走ることができるようにしている。自分の目標に向かって放課にも練習する姿が見られる。
〈三学期〉		長なわチャレンジ
		各学級を2チームに分け、「8の字跳び」と「みんなでジャンプ」の2種目に挑戦する。校内記録をめざすチームや自己記録更新をめざすチームなど、それぞれの目標をもって取り組む姿があちこちに見られる。チーム毎に練習を重ね、教え合ったり励まし合ったりして、苦手だった子たちも上手に跳べるようになるなど大きな成果をあげている。

3) 自分の健康は自分で守る意識を行動を通して高める「歯みがきの指導」、「健康観察」

本校では、給食後に「歯みがきタイム」を設定している。児童は、自分のカップと歯ブラシを持参し、給食を食べ終わった後、3分間の歯みがきに取り組んでいる。

また、児童会（保健委員会）の主催で、全校参加の「歯に関する保健集会」を実施し、日常の歯みがきの取り組みを見直している。保護者にも、「親子歯みがき教室」を開催して理解を深めていただくとともに、一緒に取り組んでもらえるよう働きかけている。鏡を見て自分の歯を数えながらみがいたり、みがき残しを探しながらみがいたりする児童の姿も見られる。



また、教室の前面に健康観察板を設置し、児童が、毎朝健康状態を自己チェックしてマグネットに表示するようにしている。「今日の健康はどうか？」と、自分の健康を自分で意識できるような子どもになってほしいという願いからの取り組みである。

4) 友だちのよさを認め合う「よかったみつけ」

帰りの会に各学級で行う「よかったみつけ」は、よい行いやがんばりを発表し合い、認め合う場として大切にしている。自分が周りから認められているという実感は自己肯定感を膨らませ、自分も友だちのよいところを見つけようという姿勢を育む。友だちから認められることで、自分の行為の大切さに改めて気づき、これからも努力しようという意識を高めている。また、学級の枠を超え、輝く姿を見つけたらカードに書いて「すこやかボード」に掲示する取り組みと相まって、互いのよさを認め合い、“自分もがんばろう、友だちのいいところを見つけよう”という「すこやかな心」があふれる活動として広がっている。

5) 家庭・地域と一体になって進める『小西すこやかサミット』（学校保健委員会）

拡大学校保健委員会を含め、年5回開催している。また、この他にも下表のような活動を行ってきた。学校医はじめ、区長さんや地域の方の参加についても配慮し、学校の取り組みを理解していただく機会になるよう工夫している。

回	議 題	出 席 者	時間	主 な 成 果
第1回	学校保健・安全計画、 学校保健委員会のテーマと年間計画の作成 〔5月〕	学校医 PTA役員・委員 職員	60分	昨年の取り組みの報告の後、本年度の重点について意見交換を行った。参加した保護者の中から、多くの積極的な意見が出された。
第2回	「バランスのよい食事をしよう」 (給食試食会) 〔6月〕	栄養士・保健師 PTA役員・委員 保護者・職員	90分	栄養士さんから、給食のメニューや栄養について説明があり、家庭での食事を見直す機会となった。保健師さんから児童の朝食調べの報告を聞いて、朝食の大切さを再認識することができた。
第3回	「むし歯をなくそう」 〔8月〕	学校歯科医 歯科衛生士 PTA役員・委員 全職員	90分	あごの発達についての説明の後で、歯科衛生士さんの指導で、正しい歯のみがき方を実習した。試薬を保護者に渡し、家庭でも児童とともに実習してもらえよう依頼した。
第4回	「かぜの予防」 (拡大学校保健委員会) 〔12月〕	学校医・保健師 PT役員・保護者 全職員、全校児童	45分	インフルエンザ、サーズについて正しい知識を学ぶとともに、うがいや手洗いの大切さを再認識することができた。
第5回	今年度の成果と来年度の活動に向けて 〔2月〕	学校医 PTA役員・委員 職員、児童会役員	45分	1年の取り組みの成果を報告した。児童の意識の高まり、家庭での児童の変容の様子も報告された。継続することの大切さを理解する機会となった。

◎その他の活動（学習）

活動（学習）名	活動月	参 加 者
『自転車教室』	5月	3・4年生、保護者、職員
『親子歯みがき教室』	6月	2年生、担当職員、保護者
『薬物乱用防止教室』	6月	6年生、担当職員、保護者、地域の人
『救急法講習会』	7月	PTA役員、保護者、職員
『交通安全教室』	11月	全校児童、全職員、保護者、地域の人
『すこやか教室』（いのちの学習）	1月	4・5・6年生、保護者、全職員

6) 家庭・地域をまきこんだ健康教育推進の要『学校へおいDAY』（学校公開日）

年に3度、広く地域の方を学校にお招きしている「学校へおいDAY」には、保護者、教育委員、民生委員、交通指導員、区長さんをはじめ地域の方が毎回500名以上参観される。当日、「薬物乱用防止教室」や「みんなで歯みがき」等を組み入れることで、この日が家庭・地域をまきこむ健康教育推進の要となっている。交通安全教室を開催した折には、愛知県警の音楽隊にもご参加いただき、よい啓発の場となった。こうした取り組みを通して、家庭や地域でも健康・安全についての話題が増すなど、家庭・地域においても関心の高まりを感じられるようになった。



◎『学校へおいDAY』公開授業一覧（健康学習関係分）

年	組	領域	主 題	年	組	領域	主 題
1	1	道徳	ありがとう（感謝）	4	1	学活	そうだ！友だちだ！
	2	学活	むし歯くんさようなら		2	道徳	お父さんの交通事故（生命の尊重）
	3	学活	きれいなからだ		3	学活	そうだ！友だちだ！
	4	学活	きれいなからだ		4	体育	育ちゆく体とわたし
2	全	学活	親子歯みがき教室 講師：保健所歯科衛生士	5	1	道徳	ナイスシュート（信頼・友情・協力）
					2	学活	むし歯の進行
3	学活	むし歯の進行					
4	学活	むし歯の進行					
3	1	学活	美しい歯	6	全	総合	薬物乱用防止教室 講師：愛知県警薬物乱用防止係
	2	学活	美しい歯				
	3	体育	毎日の生活とけんこう				

5 成果と課題

始業前や昼放課などに、ほぼ全児童が運動場でよく活動するようになった。また、この3年間でDMF指数も減少してきている。様々な活動の中で見せる生き生きとした児童の姿から、「自分の健康・いのちは自分で守ろう」という意識の高まりを実感している。

また、学校保健委員会への保護者・地域の方の参加も増えてきており、健康教育に対する関心が高まっている。

今後も、いのちを大切にする心、自らの心と体を健康にしていこうとする意識を高めることをめざして、着実に実践を進めていきたいと考えている。

平成17年度 学校保健計画

小坂井町立小坂井西小学校

月	4	5	6	7・8	9	10	11	12	1	2	3
目 標	自分の身体をよく知ろう	身体を清潔にしよう	歯を大切にしよう	夏を元気に過ごそう 規則正しい生活をしよう	身体をまえたえよう	目を大切にしよう	姿勢を正しくしよう	かぜを予防しよう	外で元気に運動しよう	みんなで仲良くしよう	健康生活を反省しよう
行事等	入学式・始業式 通学回会(知能テスト 運動訓練(火災)) 運動訓練(地震)	ズボン・短パン、 学校保健委員会① 修学旅行	歯・虫歯検見学(遠足) 学校保健委員会② 学校生活のDAY 緊急下校訓練(地震警報) 学校保健委員会②	学校保健委員会③ 夏季甲斐国運動会 夏季・運動会 夏季・運動会 夏季・運動会 親子クイズ作戦	始業式・運動会 運動訓練(地震) 学校保健委員会④	郡康士大会 部会発表	学校へおいでDAY 旗揚げ運動 学校保健委員会④	持久走大会 終業式	始業式 小西祭(学校へおいでDAY) 運動訓練(総合)	学校保健委員会⑤ 国際交流の昼	通学回会 お別れ集会 卒業式・修業式
対人管理	定期健康診断と治療指示 身体測定、視力検査、帯状疱疹検査、眼科検査 聴覚健康診断 身体測定、血圧測定、問診、問診、心電図検査、血液検査	健康調査(修学旅行)	治療状況調査 夏休み中の健康調査 健康指導 健康管理(出休日、節活動)	治療状況調査 夏休み中の健康調査 健康指導 健康管理(出休日、節活動)	身体測定 夏休み中の健康調査 疾病治療調査	眼底検査	健康調査(かけ足運動)	健康調査(持久走大会) かぜの調査	身体測定 冬休み中の健康調査 疾病治療調査	1年間のまとめ	
保健管理	健康調査(修学旅行)	健康調査(野外活動・水泳)	プール清掃・点検	プール水質検査	椅子・机高さ調整	照度測定	騒音測定	CO2測定(教室)	椅子・机高さ調整	CO2測定(教室)	器具点検と修理
対物管理	水質検査 安全点検	水質検査 安全点検	水質検査 安全点検	水質検査 安全点検	水質検査 安全点検	水質検査 安全点検	水質検査 安全点検	水質検査 安全点検	水質検査 安全点検	水質検査 安全点検	水質検査 安全点検
保健学習	3年	毎日の生活と健康	毎日の生活と健康	水は友だち	外で遊ぼう	きれいな林	どんな姿勢がよいのかな	うがい、の仕方	うがい、の仕方	うがい、の仕方	育ちよく体とわたし
4年	育ちよく体とわたし	育ちよく体とわたし	育ちよく体とわたし	泳いだ後で	保健室へ行くとき	大切な命①	よい姿勢の大切さを知ろう	うがい、の仕方	なわとびチャレンジにむけて	なわとびチャレンジにむけて	育ちよく体とわたし
5年	けがの防止	けがの防止	けがの防止	泳いだ後で	泳いだ後で	大切な命②	よい姿勢の大切さを知ろう	うがい、の仕方	なわとびチャレンジにむけて	なわとびチャレンジにむけて	心の健康
6年	病気の予防	病気の予防	病気の予防	泳いだ後で	泳いだ後で	大切な命③	よい姿勢の大切さを知ろう	うがい、の仕方	なわとびチャレンジにむけて	なわとびチャレンジにむけて	心の健康
1年	健康診断の事前事後指導	手さきれいに洗おう	むしほとよかよしたあれ	泳いだ後で	泳いだ後で	大切な命④	よい姿勢の大切さを知ろう	うがい、の仕方	なわとびチャレンジにむけて	なわとびチャレンジにむけて	1年間の反省
2年	健康診断の事前事後指導	きれいな体	6歳きゆう園のみがきかた	泳いだ後で	泳いだ後で	大切な命⑤	よい姿勢の大切さを知ろう	うがい、の仕方	なわとびチャレンジにむけて	なわとびチャレンジにむけて	1年間の反省
3年	健康診断の事前事後指導	体のよこれについて知ろう	美しい歯ならび	泳いだ後で	泳いだ後で	大切な命⑥	よい姿勢の大切さを知ろう	うがい、の仕方	なわとびチャレンジにむけて	なわとびチャレンジにむけて	1年間の反省
4年	健康診断の事前事後指導	髪を清潔にしよう	じょうぶな歯	泳いだ後で	泳いだ後で	大切な命⑦	よい姿勢の大切さを知ろう	うがい、の仕方	なわとびチャレンジにむけて	なわとびチャレンジにむけて	1年間の反省
5年	健康診断の事前事後指導	下着の役割を知ろう	むし歯の進み方	泳いだ後で	泳いだ後で	大切な命⑧	よい姿勢の大切さを知ろう	うがい、の仕方	なわとびチャレンジにむけて	なわとびチャレンジにむけて	1年間の反省
6年	健康診断の事前事後指導	衣服の着方について考えよう	歯ぐきの病気を知ろう	泳いだ後で	泳いだ後で	大切な命⑨	よい姿勢の大切さを知ろう	うがい、の仕方	なわとびチャレンジにむけて	なわとびチャレンジにむけて	1年間の反省
日常	清掃指導・トイレ利用指導 歯みがき指導	正しい手洗いの仕方 歯みがき指導	歯の目の通し方 歯みがき指導	夏休みの生活 歯みがき指導	けがの予防 歯みがき指導	近接の予防 歯みがき指導	姿勢と健康 歯みがき指導	うがい、の仕方、汗の拭き 歯みがき指導	うがい、の仕方、汗の拭き 歯みがき指導	うがい、の仕方、汗の拭き 歯みがき指導	耳鼻の健康 歯みがき指導
組織活動	活動内容の計画立案 組織構成	疾病治療の呼びかけ 歯の衛生週間に向けての 活動 衛生検査 学校保健委員会	虫歯・歯肉炎の予防 学校保健委員会	疾病治療の呼びかけ 運動会の健康管理 虫歯・歯肉炎の予防 学校保健委員会	けがの予防 歯みがき指導	目的意識週間の定画	かぜ予防の呼びかけ (手洗い、うがい、換気の励行) 学校保健委員会	かぜ予防の呼びかけ (手洗い、うがい、換気の励行) 学校保健委員会	かぜ予防の呼びかけ (手洗い、うがい、換気の励行) 学校保健委員会	かぜ予防の呼びかけ (手洗い、うがい、換気の励行) 学校保健委員会	後期保健委員会反省

健康な生活をめざした自己教育力の育成

岡山県赤磐市立高陽中学校

1 学校紹介

本校は、岡山県の南部に位置し、瀬戸内海沿岸地域の温暖な気候と豊かな自然環境に恵まれた桃やぶどうの栽培が盛んな田園地帯にあり岡山市の近郊型居住地区として都市化が進んでいる。少子化により生徒数は年々減少傾向にあり、現在本校は385名の中規模校で全体的に落ち着いた学習環境の中でのびのびと生活しており、学校行事や部活動などに熱心に取り組んでいる。また、ボランティア活動や、職業体験などの活動をとおして、地域社会や他世代との交流も積極的に行っている。

2 学校経営における健康教育について

本校の学校教育目標を「心豊かで、たくましく生きぬく生徒の育成」とし、豊かな心を持ち、自ら進んで学び、自ら考え根気強く実践する生徒の育成をめざしている。この目標を達成するため、学校健康教育の目標を「健康な生活をめざした自己教育力の育成」と定め、健康・安全に関する基礎的・基本的な知識や知恵を身につけ、自分の心とからだを健康に保つために自ら進んで生涯にわたり実践する能力と態度の育成（生きる力を育む）を目指している。

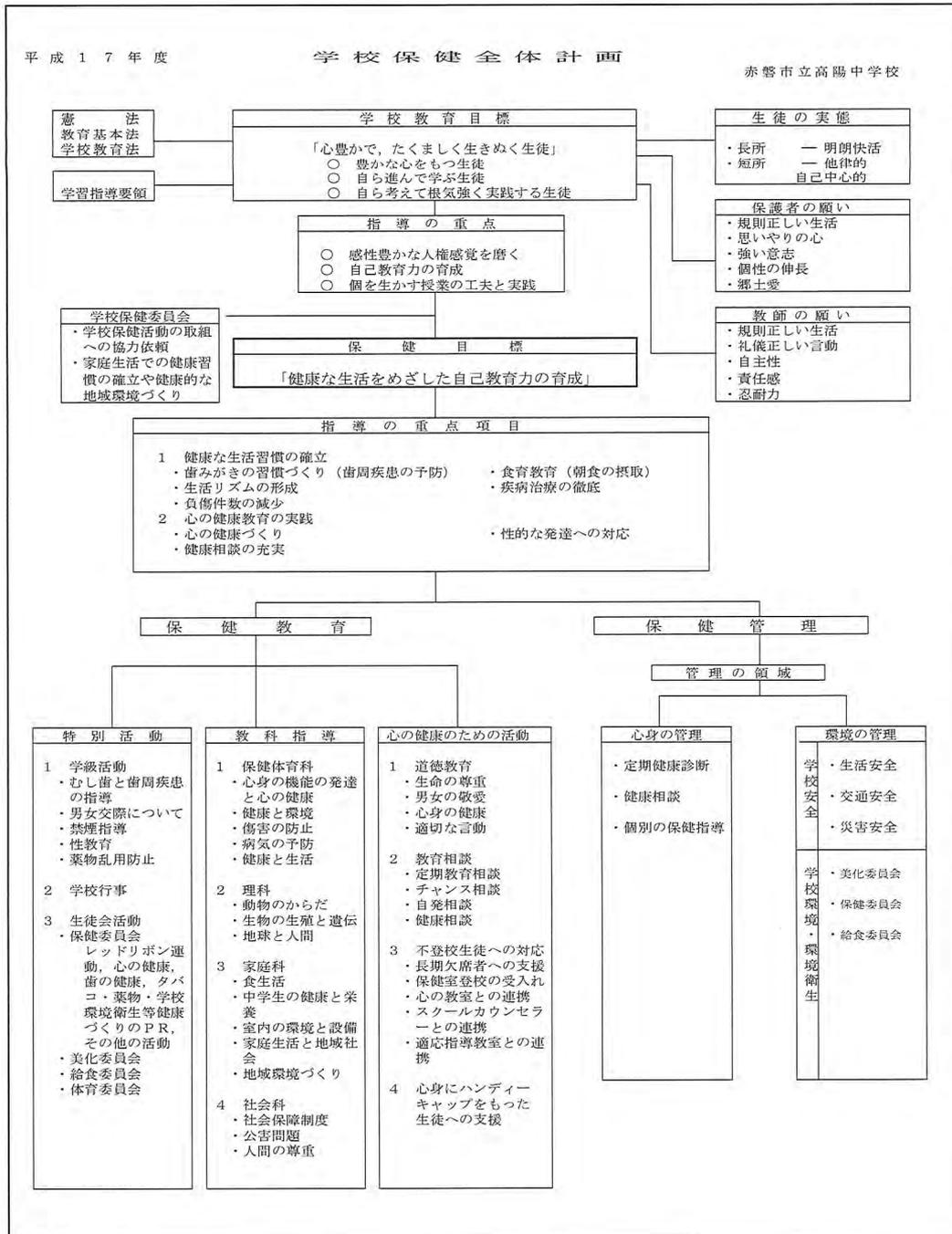
1) 保健教育実践の配慮事項

学校保健調査や生徒指導調査、生活アンケート等の結果を見ると、家庭で夜更かしをするなど生活リズムが不規則で学校での倦怠感を覚え保健室に来る生徒が多い。また、人間関係づくりが不得手等による学校不適応生徒（不登校生徒）の率が高いなど健康に関する実態がある。こうしたことを踏まえて、次のことに留意して取り組むこととしている。

- ① 全教職員の共通理解のもと、健康教育をより充実したものとするために、すべての学校教育分野において、合い言葉を「報告・連絡・相談・共通理解・共通実践」とし、生徒との人間関係づくりに基盤をおいて健康観察を行い生徒の実態を把握するなど生徒理解に努める。
- ② 健康教育や健康管理を組織的により効果的に推進するために、学校保健委員会組織の見直しを含めた体制づくりを図る。
- ③ 学校医等の専門家や保健関係機関等々の協力を得て、より質の高い健康教育を進める。
- ④ 生徒保健委員会が中心となり、生徒自らが問題点やニーズを考え、改善の取り組みを学級に働きかけるなど相互に関連づけてフィードバックし、内発的動機（自己教育力を高める取り組み）によって学習できるよう図る。
- ⑤ 健康教育をより効果的に進めるためには、保護者との連携・協力なしでは推進できないことから、PTA組織の保健厚生部が中心となり、保護者に対する学習活動を推進する。

- ⑥ 地域の人材の活用など積極的に行い、地域に開かれた学校づくりに健康教育を位置づけ推進する。
- ⑦ 健康づくりに関する教職員の資質を高めるための校内研修を充実する。

2) 学校保健計画



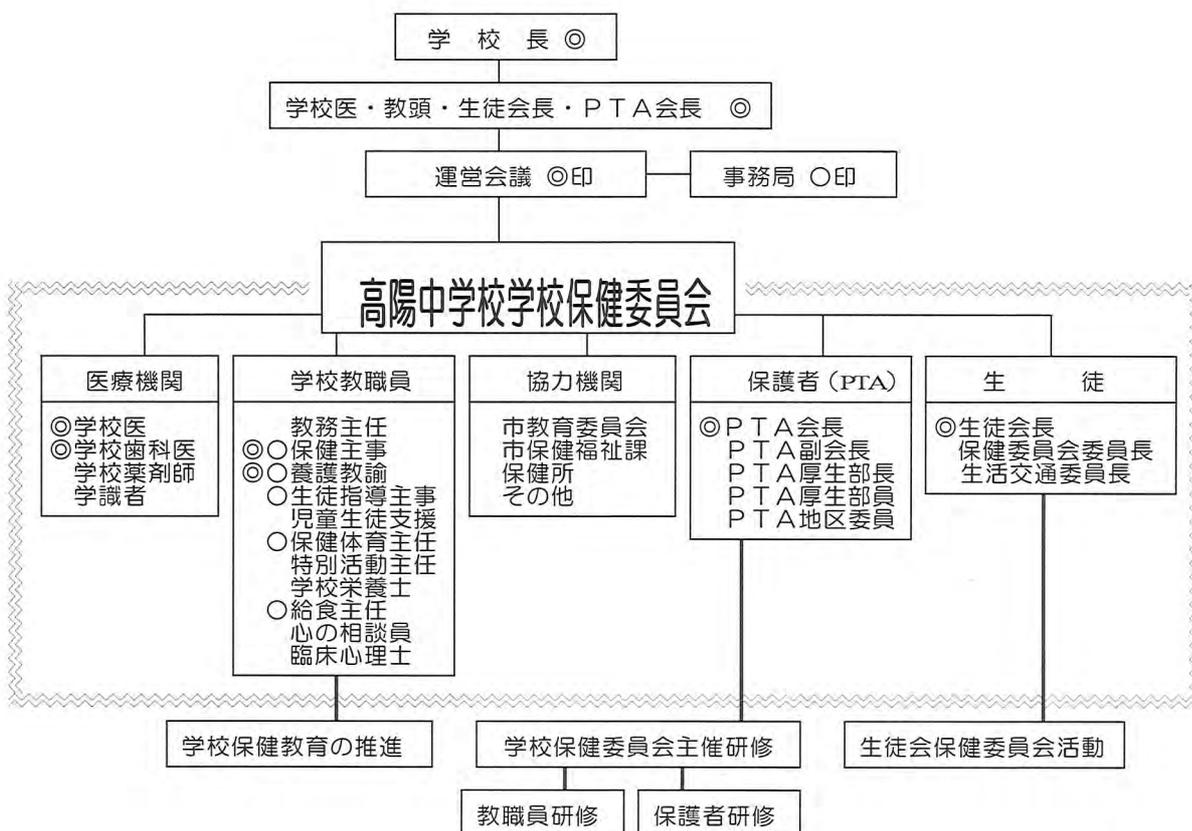
3) 計画立案の基本的な考え方

- ① 保健体育科の学習や道徳・総合的な学習の時間等における学習、保健室における指導、家庭科等教科学習への健康教育の位置づけ、学級活動をはじめ全校・学年集会や学校行事等における指導等々すべての学校分野に位置づけると共に、相互に関連性を持たせた効果的な指導を工夫する。

- ② 健康診断や健康観察、意識調査等々による科学的なデータに基づき、健康教育課題を明確にして指導計画を立てる。
- ③ 生徒指導計画や道徳の年間計画等と整合性を持たせた指導計画を立てる。

3 健康教育の推進体制

1) 推進組織



2) 学校保健委員会

平成15年度に学校保健委員会のあり方及び組織について再検討をし、保護者を対象とした研修会を学校保健委員会主催の「学校保健教育研修会」と位置づけ、保護者の健康に対する意識を強化する取り組みを始めた。

学校保健委員会は、校長の諮問機関であり、その審議の内容は本校の生徒ならびに教職員の保健・安全活動ならびに環境衛生の改善や健康体力づくりに関する教育・啓発活動のあり方を審議することを目的としていることから、主に次年度の課題や学校保健教育計画のあり方について指針を示していただいている。

学校保健計画の立案に関しては学校保健委員会が出された意見や、関係機関並びに学識者の意見を指針として、運営に関する具体的内容や実践活動のあり方について校内で検討を行い、次年度の実践活動の計画を立てている。

4 重点目標への具体的な取り組み

1) 生徒保健委員会の活動から

① レッドリボン運動

生徒保健委員を中心に、12月1日の「世界エイズデー」にちなみレッドリボン運動に取り組んでいる。自分達が授業で学習したエイズに関する基礎的知識に基づいて、エイズ患者やウイルス感染者への理解と支援の意志を示そうと、赤いリボンを身につけ呼びかけをしている。



② ストレスチェック

全校生徒に対して「ストレスチェック」を実施し自身の持っているストレスについて理解をするとともに、その解消について取り組むことができるようにするために委員会として提案するなどの、活動を進めている。

③ 歯みがきコンクール

学期に1回、1週間程度歯科医ならびに歯科衛生士の協力を得て、歯周疾患の予防の一環として歯みがきコンクールを実施している。

④ 朝食のすすめ

朝食についてのアンケートを実施した結果に基づき、「1日の活動のエネルギーをしっかりと朝食で摂取しよう」と朝食の重要性について呼びかけを行っている。



山陽新聞H. 15. 12. 12より

2) 地域の人材活用事業の実施（地域との連携による健康教育講座＝ヘルスアップ講座）

① ヘルスアップ講座の開設

健康に関する情報が氾濫する今日、自己の必要とする健康情報を選択し、生活に取り入れていく自己管理能力（自己マネジメント能力）を培っていく必要がある。

そこで、地域の有識者の協力を得てヘルスアップ講座を総合的な学習の時間に位置づけ、健康情報を提供する講座を7講座設定することとした。

講座の内容については、講師を依頼する段階で、健康をより広く捉えられるよう、栄養・健康・休養（心の健康）の各観点にわたり講座を設けられるように配慮した。また、少人数形式や実習形式を取り入れ、生徒と講師の交流が図りやすく、さらには、生徒の関心が継続しやすいように講座を工夫した。

ヘルスアップ講座希望調査

7月7日(水)にヘルスアップ講座が開かれます。
ヘルスアップ講座は、地域の方が、ボランティアで、みなさんに健康に関する講義をしてくださいます。より少ない人数でより講師の先生が近い位置で学習を進めてくださるため、7つの講座に分かれます。そこで、参加したい講座について希望を取りたいと思います。希望の講座を希望する順番に希望調査表に記入して、担任の先生に提出してください。

○ 開かれる講座

講座番号	講座名	参加数	講師の先生	場 所	講座について
1	救急蘇生法	15人	赤磐消防組合本部 ○○ ○○氏	体育館	呼吸や、心臓が止まった人を助ける人工蘇生法が学べます。
2	おむすび作り	15人	中国四国農政局消費・安全部地域第四課 ○○ ○○氏	調理室	おむすびは、ちよつとおなかがいいたときに食べやすい。工夫したおにぎり作りにチャレンジ!
3	心の護身術	27人	山陽町合気道協会 ○○○○氏 ○○ ○○氏	格技場	正しい呼吸の仕方、人から自分の身を守る護身術が学べます。
4	骨の強さを測ってみよう ～骨によいおやつって何～に?～	15人	山陽町保健師 ○○ ○○氏 山陽町栄養士 ○○ ○○氏	家庭科室	骨の密度を測ります。骨によいおやつ作り、妊婦さんの体験も計画中。
5	スポーツ障害と体のしくみ	15人	○○○○○○○院 ○○ ○○氏	会議室	スポーツをしている人にお勧め。けがに効く、早く治る応急手当が学べます。
6	ストレッチ	15人	本校非常勤講師 ○○ ○○氏	ランチルーム	2、3年生の選択の時間で人気の○○先生。音楽に合わせて、体を動かしてみませんか。
7	ミュージックセラピー	15人	卒業生保護者 ○○ ○○氏 ○○ ○○氏	音楽室	音楽を聴いて、ちよつとリラックス。疲れ気味の人にお勧めです。



救急蘇生法



骨の強さを測ってみよう

3) 性に関する指導

事前に生徒の実態を把握するために、アンケートを実施し、結果に基づいて、1学年では、「男女の特性と第二性徴」、2学年では、「異性とのかかわりと生命誕生」、3学年では、「性行為感染症とエイズについて」の内容で指導を行っている。



スポーツ障害と体のしくみ

地域住民講師に招く

山陽・高陽中1年生

蘇生法や音楽療法学ぶ

山陽町市の高陽中学校で7日、地域住民を講師に招いた「ヘルスアップ講座」があり、1年生が「救急蘇生法」や「心の護身術」を学んだ。卒業生保護者の河田清一氏が、音楽を聴いて、ちよつとリラックス。疲れ気味の人にお勧めです。

山陽町市の高陽中学校で7日、地域住民を講師に招いた「ヘルスアップ講座」があり、1年生が「救急蘇生法」や「心の護身術」を学んだ。卒業生保護者の河田清一氏が、音楽を聴いて、ちよつとリラックス。疲れ気味の人にお勧めです。



山陽新聞H.16.7.11より

毎年、外部講師を招き2・3年生生徒を対象とし、「性教育講演会」を開催している。その内容は今まで学習してきた性に関する指導の総まとめ(復習)やジェンダーや避妊等の新しい知識

を折り混ぜた内容で講演をしていただいている。

また、PTA厚生部の主催で行う研修会で元助産婦さんから保護者を対象に性に関する内容の講話をしていただき、思春期の子どもをもつ親の認識等について活発な話し合いをもつことができた。

5 成果と課題

1) 成 果

成果としては、

- ア 保健教育・管理を計画的・継続的・組織的に推進する体制が確立しつつある。
- イ 校内研究によって教育相談を定期的に実践できるようになった。
- ウ 生徒保健委員に校内の健康推進者としての意識が高揚しつつある。
- エ 保健教育諸活動が生徒の健康生活に対するイメージや意識の高揚に繋がっている。

などの成果がある。

2) 課 題

課題としては、

- ア 人間関係づくり（集団づくりを含む）と心の健康（人権意識の高揚）に焦点を当てた取り組みが必要である。
- イ 生徒自らの課題として実践でき、日常生活に生かすことができる態度の育成をはかることが必要である。
- ウ 保護者の意識改革を図るためPTA活動における取り組みの充実が必要である。
- エ これまで以上に学校医等の専門家、関係機関との密接な連携と協力を得る必要がある。
- オ 疾病の治療率向上のため、生徒及び保護者に対する指導の工夫が必要である。

などが今後の課題である。

Ⅱ 優 秀 校

<小 学 校>

<中 学 校>

<高等学校>

「からだをつくり、心を育てる健康教育」 ～人と人とのかかわり、地域との連携を大切に～

岩手県二戸市立中央小学校

1 学校紹介

二戸市は、岩手県内陸部の最北端に位置し、名所「馬仙峡」は清流の馬淵川を挟んで断崖と巨岩がそびえ立ち、ひめほたるの生息する「折爪岳」とともに県立自然公園に指定されている。本校は、二戸市のほぼ中央に位置し、学区は商業地域・住宅地域として発展している。

本校児童数は289名、12学級である。

昭和57年の開校以来、特に健康教育に力を入れて取り組み、保健教育をはじめ、心の健康としての道徳教育や図書館教育、郷土理解学習などを通して、情操豊かで実践力のある児童の育成に努めてきた。



2 学校教育目標と健康教育の位置づけ

明るく、たくましく、思いやりのある子



やさしい子・・・思いやりの心を持ち、だれとでも明るくやさしく接する子ども
かんがえる子・・・課題に向かって共に学びあう子ども
きたえる子・・・心身ともに健康でたくましい子ども

本校では、健康教育を、教育目標の「きたえる子」の育成に位置づけ、生涯を通じて健康で安全な生活をおくるための基礎を培うものと捉え、児童の発達段階に応じて、各教科、道徳、特別活動、総合的な学習の時間、業間活動等教育活動全体を通じて行っている。運動の習慣化の確立、生命尊重などの心の醸成、健康安全に関する判断力・行動力の育成、問題解決能力の育成を図る中で、特に昨年度から、食に焦点を当てて、食への関心を持ちつつ自己の健康管理ができるようにとの願いを持って実施している。

1) 健康なからだづくり

- ① 基本的な生活習慣の確立
- ② 体力づくりの推進
- ③ 食に関する教育活動の充実

2) 心づくり

- ① 異学年交流の充実
- ② あいさつ運動の習慣化
- ③ 体験学習の重視
- ④ 表現力を豊かにする読書活動の充実
- ⑤ 老人クラブやゲストティーチャーとの関わり



3 健康教育の取り組み

健康は、人間にとって価値あるものであることを強く認識させるために、「自分の健康と安全に関心を持たせ、自ら管理していく能力を養うこと」「健康問題を解決するための実践力を培い、自ら望ましい生活習慣を身につけること」をねらいに取り組んでいる。以下に、主な内容を記す。

1) からだをきたえ、心を育てる活動

① 心を育てる取り組み

- ・たてわり班活動（異年齢の触れ合う機会を設け、心を育てる）

1年生から6年生までの縦割り班30班を構成し、毎日の清掃やキッズワールド、全校遠足を行っている。班のふれあいの中で、異年齢のかかわりや遊びを通して、がんばる力、思いやりの心などを育てる。

○ 清掃班活動



○キッズワールド



○全校遠足



② 体力向上の取り組み

- ・業間活動 運動の習慣化と自己の目標に向かってがんばる力を育てる。

曜日	月	火	水	木	金
活動内容	自由遊び	マラソン	キッズワールド 長なわとび（隔週）	自由遊び	マラソン

- ・長期休業中の運動がんばりカード
- ・水泳、陸上等の特設運動クラブ

・土俵の開放

毎週水曜日の昼休みの土俵開放では低学年や女子も一緒に楽しんでいる。



2) 食への関心を高める活動～郷土食に視点をあてて～

本校では、健康教育を推進していくに当たり、これまでの活動に加え、食について取り組んでいる。郷土理解学習を展開している総合的な学習の時間とのかかわりを持たせ、「二戸の食」を中心に地域の食の匠の方から教えていただいている。

学年	事業主体	時期	内 容
1年	学年PTA	5月	親子給食（学校給食についての理解を深め、親子の親睦を図る）
2年	学年PTA	10月	栄養講習会「好き嫌いをなく食べよう」 学校栄養士の講話を親子で聞く。
3年	総合的な学習の時間	年間	「見つけよう、伝えよう、二戸の名物」
	学年PTA	9月	郷土料理てんぼづくり 講師：地域の「食の匠」
4年	総合的な学習の時間	年間	「馬淵川のひみつをさぐる」 自然を見る目、自然に働きかける感性をみがくとともに自然の魅力を味わう。
5年	家庭科	11月	栄養講習会「栄養素の働き」 学校栄養士の講話を聞く。
	総合的な学習の時間	年間	「発見！体験！お米パワー」
6年	総合的な学習の時間	年間	「二戸の歴史・人」 二戸のすばらしさや、出身の多くの偉人の活躍に気づき、自分たちにできることや自分たちの未来について考える。
保護者	学校保健委員会	11月	「料理講習会」講師：地区の方 郷土料理づくり、雑穀ご飯
就学児 保護者	入学説明会	2月	「手作りおやつ講習会」講師：地域の「食の匠」

< 5年生「発見！体験！お米パワー」 >

木灰まき、堆肥まき、田植え、かかしづくり、草取り、かかし立て、稲刈り、脱穀と一連の有機栽培体験活動をゲストティーチャーの指導を受けながら行い、活動の最後は、指導に対する感謝を込めて、お米パーティーを開く。

体験活動を通し、自分たちがより健康に生活するためには、食について学び、考えていくことが必要であること、地域にある食のよさを見つめ直し、取り入れていくことが大事であることを学んできた。また、この活動を通し、地域の中の学校であることや郷土への理解が深まり、郷土愛が育ってきている。

3) 歯科保健活動

本校の歯科保健活動は、児童が自分の歯について知り、学習したことを日常生活に生かし、確実に実践していくことを目標としている。う歯予防の意識の向上と永久歯のう歯ゼロを目指し学校・家庭・地域・専門機関で支えながら推進してきている。



ブラッシング指導



歯みがき交流会

① 歯科保健親子教室・歯科保健集会の開催

就学時検診時の就学児童と保護者への指導、秋の5年生への歯科保健講話、春の6年生への歯科保健指導

② ブラッシング指導

年2回の歯科検診時に歯科医、歯科衛生士から担任・児童が個々に指導を受け、日常化につなげる。

11月8日は「いい歯の日」です。
 日 期 親と名前
自分の目で確かめよう
 ◎歯並びはどのようですか？
 ◎歯を強く咬む力はありますか？
 ◎歯ぐきがかぶれているところはありませんか？
 ◎これからどんなことに気をつければいいですか？

これは、お父さん、お母さん、お兄さん、お姉さん、お友達と自分の目のなかで自分の歯のなかの様子を見てみよう

☆平成12年度春の歯科検診の時に撮影したものです。
 <写真や口の写真を撮る際の感想>
 歯が黒いところや歯ぐきがかぶれているところがありました。歯ぐきがかぶれているところは歯ぐきがかぶれているところを治さなければいけません。歯ぐきがかぶれているところは歯ぐきがかぶれているところを治さなければいけません。

<おうちの人の歯>
 おうちの人の歯は、歯ぐきがかぶれているところや歯ぐきがかぶれているところを治さなければいけません。歯ぐきがかぶれているところは歯ぐきがかぶれているところを治さなければいけません。

6月は歯の健康を考える月です。
 (むし歯予防デー＝6月4日)
自分の目で確かめよう
 ◎歯並びはどのようですか？
 ◎歯を強く咬む力はありますか？
 ◎歯ぐきがかぶれているところはありませんか？
 ◎これからどんなことに気をつければいいですか？
 ◎写真や歯で自分の口のなかの様子を見てみよう。

☆平成17年度春の歯科検診の時に撮影したものです。
 <写真や口の写真を撮る際の感想>
 歯が黒いところや歯ぐきがかぶれているところがありました。歯ぐきがかぶれているところは歯ぐきがかぶれているところを治さなければいけません。歯ぐきがかぶれているところは歯ぐきがかぶれているところを治さなければいけません。

<おうちの人の歯>
 おうちの人の歯は、歯ぐきがかぶれているところや歯ぐきがかぶれているところを治さなければいけません。歯ぐきがかぶれているところは歯ぐきがかぶれているところを治さなければいけません。

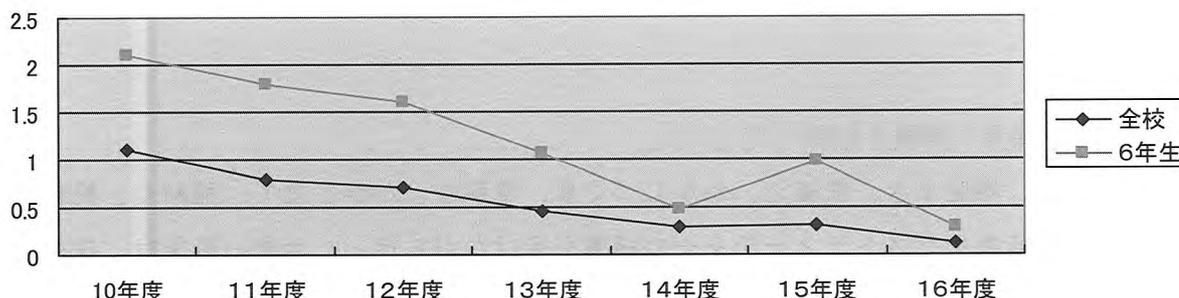
③ 歯みがき交流会

学校歯科医の指導を受けながら、6年生が1年生の染め出しとブラッシングの指導にあたる。交流と歯科保健の意識の向上につなげる。

④ 口腔写真のファイル化

歯科検診時に口腔写真を撮影し、ファイル化することで6年間を通して、自分の歯の成長や歯肉の様子を観察し、予防に役立っている。

本校の永久歯の一人平均う歯数



4) 学校保健委員会

学校保健上の問題について話し合い、児童が校外においても健康な生活が送れるよう、専門部会を生かしながら、保護者の啓発に努めている。

	議 題	主な出席者	所要時間	主 な 成 果
第1回	<ul style="list-style-type: none"> 平成15年度活動報告 平成16年度定期健康診断の結果について 平成16年度役員選出 平成16年度運営方針と活動計画 児童保健委員会の発表 	専門機関（学校医・歯科医・薬剤師・栄養士、保健師）、 P T A（P T A 会長、地区代表、学年代表）、 学校（校長、教頭、	45分	<ul style="list-style-type: none"> 本年度の重点目標についての確認（成長段階に応じたう歯の予防と完全治療、心・体・頭の健康増進）ができた。 1年生の入学時永久歯う歯0達成。学校歯科医より、早期対応の重要性について指導。 地元のスローフードの活用について、助言。栄養面、歯科保健面で意識が高まり、料理講習会につながった。
第2回	<ul style="list-style-type: none"> 平成16年度活動中間報告 児童の実態について 児童給食委員会の発表 	教務主任、給食担当、安全担当、保健主事、養護教諭）、 児童委員会	45分	<ul style="list-style-type: none"> 検診結果と関連し、小児生活習慣病について助言いただき、食事への関心が高まった。 薬剤師より換気と湿度について助言。教室環境について、意識を高めることができた。
第3回	<ul style="list-style-type: none"> 平成16年度活動報告、反省、課題 生活JRC委員会の発表 		45分	<ul style="list-style-type: none"> 専門部の活動反省から、次年度への方向性ができた。 自分で自分の環境を守る意識を、子どもたちに育てていきたいとの意欲がみられた。
その他	水上安全講習会	P T A 他 31名	90分	心肺蘇生法や救助法を学ぶことができた。
	料理講習会 「つくってみよう郷土の料理」	P T A ・ 学校保健委員 ・ 児童26名	90分	料理講習会をきっかけに、家庭でも郷土料理をつくるようになり、関心を高めることができた。
	二戸市学校保健研究大会	学校関係者 ・ 学校保健委員19名	3時間 30分	中高生の実態を知ることができた。家庭で、学校でどう取り組むかを考えるきっかけとなった。

4 成果と課題

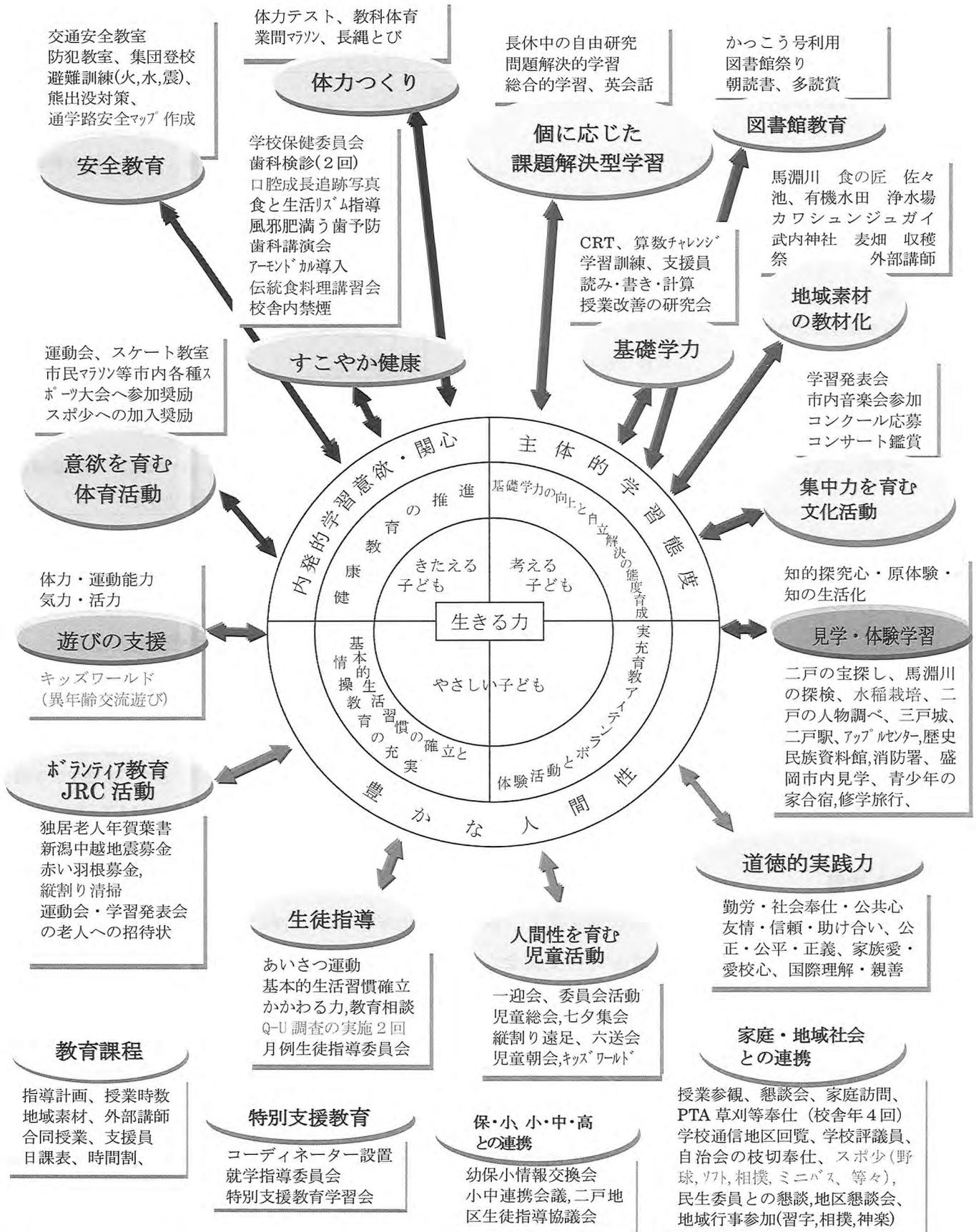
清掃・業間遊びなどのたてわり班活動を通し、高学年と低学年が日常的に遊ぶ姿が見られ、思いやりの心が育ってきている。また、歯みがき交流会など、異学年間での教えあいは、かかわり合いの深まりと、歯科保健への意識を高めることにつながった。さらに継続した取り組みにより、全校のう歯保有数が減少してきている。

郷土食や有機農法について、体験を通して学んだことにより、郷土や環境への関心が深まり、より健康への意識が高まっている。

今後も、からだと心の両面から、地域の関係機関と連携をとりながら、地域ぐるみで健康教育を推進していきたい。

《学校教育目標具体化構想》

二戸市立中央小学校



赤字=資料提示、青字=視察内容、緑字=その他の特徴的事例

中央小学校保健安全計画

区分月	保健目標	学校保健 関連行事	保健管理		保健教育				道徳の時間	組織活動
			対人管理	対物管理	保健学習		保健指導(学級活動・個別・日常指導)			
					体育「保健」領域	総合的な学習の時間	保健	安全		
4月	・自分の身体を知らう ・学校をきれいにしよう	・入学式 ・始業式 ・定期健康診断 ・断室 ・修学旅行 ・交通安全教室	・保健調査 ・健康観察の実施要領の確認 ・健康診断と事後措置(内科、結核、視力、尿) ・発育測定	・清掃計画 ・日常点検の励行 ・机、いすの整備 ・安全点検	理科(3年) ・植物を育てよう ・チョウをそだてよう 社会(4年) ・住いよくらしをささえる ・ごみのしまつと利用 家庭科(6年) ・生活を見直そう	3年 「二戸の名物を見つけてよう」 4年 「水はどこから」 5年 「お米はどんな味」	・健康診断の受け方 ・発育状況、疾病異常の自己理解 ・身の回りの清潔、整理整頓 ・トイレの使い方 ・手洗いの仕方	・集団登校の仕方(登校班集會) ・下校の仕方(きまり) ・道路の歩行 ・自転車の安全な利用、点検、乗り場	1年 みんなのがっこう 2年 いのちをあげよう 3年 目の見えない犬 4年 目ざまし時計 6年 食べ残されたえびにみだ	(児)児童保健委員会 (学)学校保健委員会 (市)二戸市学校保健会 (児)組織編成・活動計画 (学)組織編成
5月	・丈夫な身体をつくろう	・定期健康診断 ・運動会 ・避難訓練 ・家庭訪問	・健康診断と事後措置(眼科、聴力、耳鼻科) ・職員健康診断	・校舎外清掃 ・安全点検	生活(1年) ・いきものともだちI 生活(2年) ・やさいをそだてようI 理科(4年) ・あたたかくなると 理科(5年) ・植物の発芽と成長 家庭科(5年) ・わたしにできることは 理科(6年) ・動物のからだとはたらき	4年 「馬淵川について調べよう」 5年 「お米作りに挑戦」	・性指導(身体や心の発達) ・疾病異常、歯の治療勧告 ・清潔な身体(清潔検査) ・バランスの取れた身体(肥満児の個人指導)	・緊急時の安全(地震の危険、避難の仕方) ・校外における遊びや運動時の安全(路上遊びの危険、運動の種類によるけが) ・道路の横断	1年 しぜんいのいのち 4年 小さな心づかいで 5年 消えゆく動物たち 6年 いじめられて自分がすてたゴミなのに	(児)児童総会・常時活動・ポスター作成 (市)総会
6月	・むし歯を予防しよう ・つゆ時を健康に過ごそう	・みなわ合宿 ・プール開き ・歯の衛生週間 ・歯みがき交流会 ・歯科保健講話会 ・避難訓練 ・スポーツテスト ・プール清掃	・健康診断と事後措置(眼科、ざよう虫卵検査) ・体重測定 ・歯みがき指導	・飲料水検査 ・プール清掃 ・除草 ・安全点検	生活(2年) ・いきものをかかってみたいね 理科(3年) ・植物のからだをしらべよう 理科(5年) ・魚や人のたんじょう 理科(6年) ・植物のからだとはたらき	5年 「ぐんぐん育てお米ちゃん」	・見学習の時の安全(交通機関の利用や自由行動時) ・緊急時の安全(安全な行動)	・梅雨時の安全 ・避難訓練(水害)	2年 こうえんの花 3年 ほたるの引っこし 4年 リサイクル運動に参加して ほたるのこーい	(児)常時活動・委員会発表 (学)専門部会 (市)歯科保健図画・ポスター応募
7月	・夏を元気に過ごそう	・学校保健委員会 ・学期末懇談会 ・1学期終業式 ・期末清掃	・夏休み中の健康生活 ・治療報告(再) ・健康手帳配布 ・定期健康診断集計	・学校環境衛生検査(照度、照明環境、トイレ、水のみのみ) ・安全点検	理科(3年) ・こん虫をしらべよう 理科(4年) ・暑くなるよ	5年 「お米について調べよう」	・水泳指導 ・プールの指導上の注意 ・食べ物の注意 ・夏の健康な暮らし ・感染症の予防 ・病気の治療	・水泳時の安全 ・事故発生時の心得 ・夏休みの安全	1年 いきものつてかわいいね 2年 ころの花 3年 しつれいおばさん	(学)第1回学校保健委員会 (P)水上安全講習会

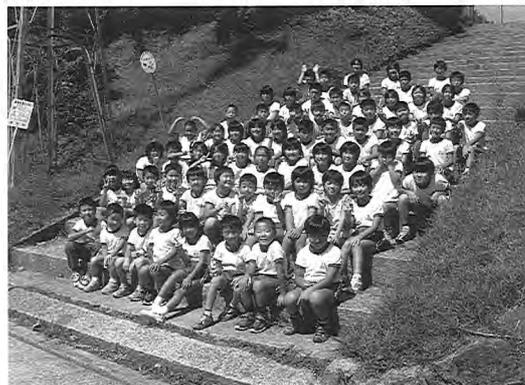
子ども・保護者・職員（家庭・学校）の一体感をめざす 学校保健委員会の活動

福島県安達郡東和町立木幡第二小学校

1 学校紹介

1) 校区・地域の実態

本町は、福島県北部阿武隈山地の西側に位置しており、人口約8,000人の山間地である。「走る東和」「漕ぐ東和」のスローガンのもと、毎年7月には全国から約4,000名を迎えてロードレース大会が催されたり、学区内を流れる阿武隈川に漕艇場を有し、カヌー体験やカヌー競技の普及に努めたりと「スポーツと健康の町作り」を目指している。



本校は、児童数67名、教職員数11名、学級数6学級の

小規模校であり、学校全体が家族的な雰囲気の中で、職員一人一人が子ども一人一人にかかわって、教育活動が行われている。

保護者は、学校行事やPTA活動には積極的に参加し、地域全体で子どもたちの育ちを見守るという意識が強い地域である。

2 保健教育計画と年間指導計画

1) 保健教育計画

本校の学校経営の柱に健康教育を位置づけ、基本的な生活習慣の定着を目指して、心身の保持増進と安全の確保を図る指導の充実に努めている。

根付きはじめた健康教育を充実した活動とするため、次のような活動を計画し実践した。

- ① 年間指導計画の作成では、健康教育と各教科の関連の見直しを図り、チームティーチングによる指導時期を明確にした。
- ② 家庭との一体感を継続させ、健康に関する意識が低下しないようにするため、児童会委員会で実施していた衛生検査に代えて生活習慣チェックを実施した。
- ③ 地域との連携や啓発活動を継続させるため、PTA活動の中に「すくすく健康だより」の発行を位置づけるようにし、保護者が問題意識を持って健康教育に携われるようにした。
- ④ 校内学校保健委員会（木二っ子の育ちを考える会）の開催をPTA活動の中に位置づけ、学校（教員）と家庭（保護者）がお互いに意見を出し合いながら企画運営するようにした。
- ⑤ 家庭や地域の保健教育に関する教育力の向上を目指し、各関係機関および協力者との連携を

さらに密にする計画を立てた。

2) 年間指導計画の改善（資料1）

児童が教科や領域の学習で身に付けた知識や技能を生かし、より健康な生活を送る実践力を高めることができるように、次の視点で見直しを図った。

- 各学年の教科・領域の指導内容・指導時期を検討し関連を図る
- 日常の保健指導との関連を図る
- 地域の人材活用を図った指導を推進する
- 保護者や地域への啓発活動を推進する

3 学校保健委員会（木二っ子の育ちを考える会）の実際

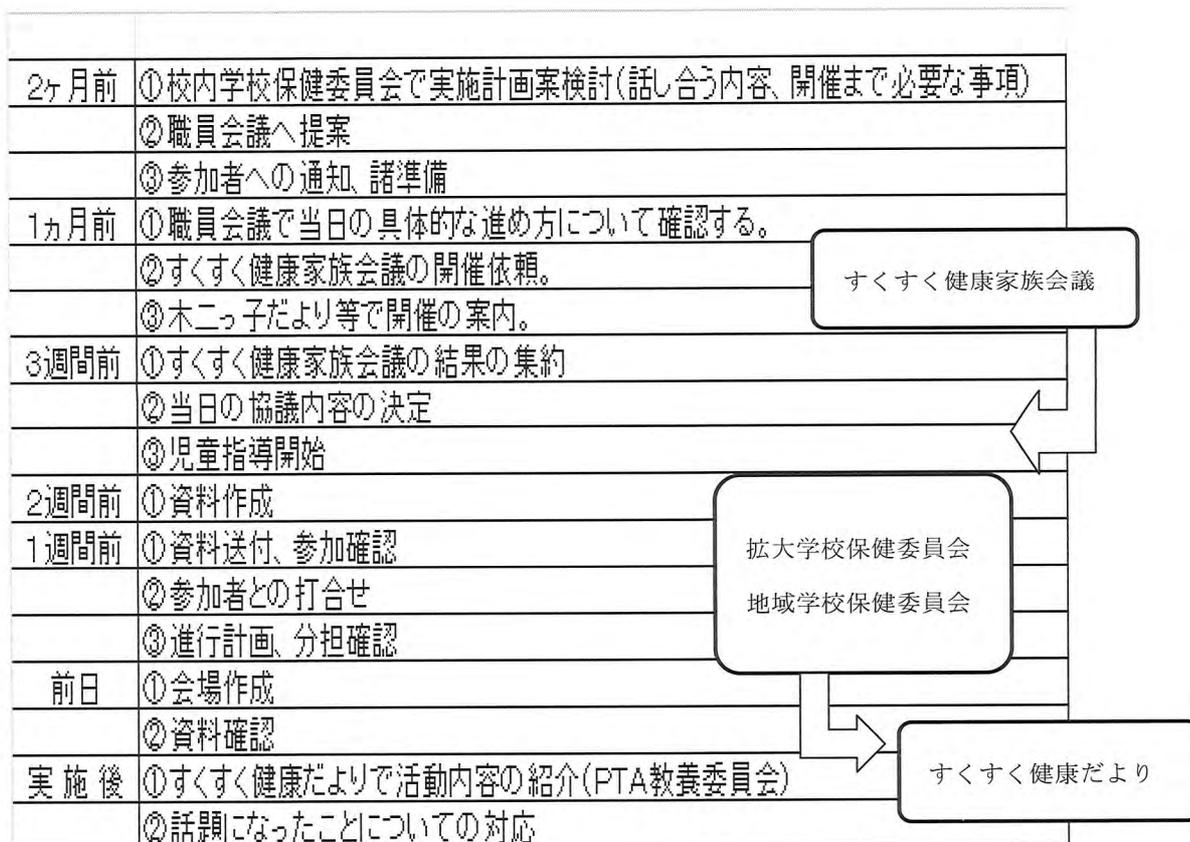
1) 本校で考える学校保健委員会

子どもの育ち（心と体）を考え、生活上の課題を解決するために、関係する人々が集まり話し合い改善策等を考える会

2) 一体感をめざす学校保健委員会にするための手だて

- ① 学校医や歯科医、学校薬剤師が重複している隣接校の保健主事同士が連携を取り合い、お互いの学校の健康課題解決に向けて話し合いを深める。
- ② 健康課題の解決に向けて、「家族会議の開催」→「木二っ子の育ちを考える会の開催」→「すくすく健康だよりの発行」という一連の流れが有機的に働くようにする。
- ③ 地域の中に健康に関する仕事やボランティア活動に携わっている人材がいるので、これらの人々の活用を積極的に図る。
- ④ PTA活動の中に位置付け、企画・運営の面で保護者が積極的にかかわるようにする。

3) 開催までの流れ



4) すくすく健康家族会議



(三世代そろっての話し合い)

健康に関するテーマについて家族で話し合い、子どもたちが主体的に自分の生活習慣を振り返り、改善しようとする力を身に付けることを意図して開催している。

それぞれの家族にあった健康づくりを考えていくきっかけにし、保護者には子どもへのかかわり方を見直していく機会にしてほしいと願っている。

ここで話し合われた内容が校内学校保健委員会（木二っ子の育ちを考える会）の内容となっている。

5) 拡大学校保健委員会（木二っ子の育ちを考える会）

平成16年9月実施

参加者：5・6年児童、保護者、祖父母、町保健師、教職員

協議題：「上手な睡眠と休養の取り方」

健康委員会児童が「睡眠・休養についてのアンケート」の結果について発表した。「日中、眠いと感じますか？」という問いに44%の児童が眠いと感じているという実態が明らかになった。また、「夜寝る時刻は決まっていますか？」という問いでは、56%の児童が決まっていないと回答した。最近の体の調子については、ほとんどの児童は「元気である」と答えたが、「朝起こしてもらおう」が15%いることが明らかになった。

協議では、参加者からたくさんの意見が出された。町保健師からは、「人間の体内時計は25時間であるため、朝日を浴びてリセットすることが大切である」という助言をいただいた。

最後に児童から「これからは、ぬるめのお風呂にゆっくり入って寝るようにしたい」など、これから実践したいことが発表された。



（意見を発表する祖父母）

平成17年1月実施（すくすくタイム）

参加者：全校児童、保護者、祖父母、教職員

協議題：「寒さに負けない体づくり」

健康委員会児童が「かぜの予防劇」を行い、「ウィルスは1回の咳で約1メートル飛ぶ」といったウィルスの特徴やかぜの予防法をわかりやすく伝え、参加者は楽しく学ぶことができた。

実技として、参加者で簡単なストレッチを行った。かぜの予防には、うがい・手洗いだけではなく、運動で強い体をつくることも必要ということを感じることができた。

保護者や祖父母からは、「子どもたちと一緒に体を動かすことができ、寒さが飛んでいってしまった」「家族でもストレッチをしてみたい」という感想が出された。



（児童会委員会の寸劇）

6) 地域学校保健委員会

平成16年11月実施

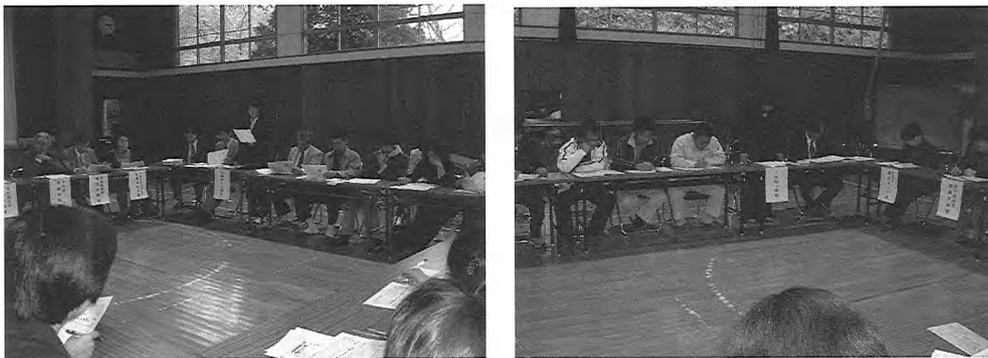
参加者：学校医、学校歯科医、学校薬剤師、下太田小保護者、
本校保護者、下太田小教職員、本校教職員、

協議題：「冬の健康な過ごし方」

隣接校と合同で実施している地域学校保健委員会の開催に向けて、保健主事や養護教諭が中心となり、協議題についての検討を行った。

児童の学校での様子から健康課題を取り上げ、家庭へのアンケート調査を行い、協議題を設定した。当日使用する資料の吟味や当日の運営などの打ち合わせを十分に行ったことで、それぞれの立場から活発な意見をいただくことができた。

子どもたちが、冬を健康に過ごすことができるように、学校でできること、家庭でできることをそれぞれ考えて、実践していくことを確認することができた。



(活発な意見交換がなされた地域学校保健委員会)

7) すくすく健康だよりの発行

健康教育に関する学校での取り組みの様子や情報を保護者に紹介し、学校と家庭が一体となって子どもたちの健康や生活習慣について考えたり、家庭の中で話題に取り上げたりしてもらうために発行している。

「すくすく健康家族会議」や「木二っ子の育ちを考える会」で話し合われたことは、時間をおかずに保護者や祖父母へ伝えるようにしている。

「すくすく健康だより」を通して、学校保健委員会の活動内容について理解と協力を得ながら、保護者が自分もかかわっているという意識を持つことができ、家庭と学校の相互の連携を今まで以上に深めることができつつある。

九月十四日、木二っ子の育ちを考える会(PTA)が、学校保健委員会の協力を得て開催されました。町保健師長(佐々木)先生はじめ、木二っ子の保護者、祖父母、先生など、約五十名が参加し、健康や生活習慣の大切さについて話し合いました。また、子どもたちの健康や生活習慣について考えたり、家庭の中で話題に取り上げたりしてもらうために発行している「すくすく健康だより」の発行について、保護者や祖父母へ伝えるようにしている。

【木二っ子の育ちを考える会】

- ・すくすく健康だよりの発行について、保護者や祖父母へ伝えるようにしている。
- ・木二っ子の育ちを考える会を開催し、健康や生活習慣の大切さについて話し合いました。
- ・子どもたちの健康や生活習慣について考えたり、家庭の中で話題に取り上げたりしてもらうために発行している「すくすく健康だより」の発行について、保護者や祖父母へ伝えるようにしている。

【すくすく健康だより】

- ・すくすく健康だよりの発行について、保護者や祖父母へ伝えるようにしている。
- ・木二っ子の育ちを考える会を開催し、健康や生活習慣の大切さについて話し合いました。
- ・子どもたちの健康や生活習慣について考えたり、家庭の中で話題に取り上げたりしてもらうために発行している「すくすく健康だより」の発行について、保護者や祖父母へ伝えるようにしている。

【すくすく健康だより 9/14】

- ・すくすく健康だよりの発行について、保護者や祖父母へ伝えるようにしている。
- ・木二っ子の育ちを考える会を開催し、健康や生活習慣の大切さについて話し合いました。
- ・子どもたちの健康や生活習慣について考えたり、家庭の中で話題に取り上げたりしてもらうために発行している「すくすく健康だより」の発行について、保護者や祖父母へ伝えるようにしている。

4 今後の取り組み

より充実した健康教育、学校保健委員会の取り組みにしていくために次のような活動を推進する計画である。

1) 児童活動の充実

児童会健康委員会の児童が健康課題を自分のこととしてとらえ、自主的に取り組めるようにしていきたい。児童活動「すくすくタイム」の開催に向けて支援の手立てを講じていきたい。

2) 日常活動の定着

基本的な生活習慣の確かな定着をめざし、歯みがき活動など毎日行うことをきちんとできるようにしていきたい。

3) 保護者の参加意識の向上

PTA教養委員会を中心に、「すくすく健康だより」の発行、「木二っ子の育ちを考える会」の企画運営ができるように人材を育てていきたい。

平成16年度 健康教育年間指導計画

東和町立木幡第二小学校

※ 丸囲み数字は学年を表す No.1

月	I 学校保健				II 健康教育				啓発活動・連携 (P) P.T.A (学) 学校 (地) 地域人材	
	月の重点	学校保健 関連行事	対人管理 保健管理・保健指導	対物管理	総合的な学習 の時間	道徳	学級活動	児童会活動		その他
4	自分の体を 知ろう	・始業式 ・定期健康診断 ・交遊教室 ・運動会 ・学校参観日	・保健調査 ・身体測定 ・内科検診 ・視力検査 ・緊急事故発生 時の確認	・安全点検 ・清掃計画作成と 実施 ・机・椅子の点検 ・水質検査 ・校舎内外の整備	・健康診断の事前 指導 ・生活習慣実態調 査 ・把握 ・要配慮児童の把 握と周知 ・運動会に伴う保 健指導	・家庭⑤ ・このように生 活しているか ・家庭⑥ ・生活⑤を計画的 に ・体育③ ・けんこうな生 活	①給食のまきまり ②給食のやくそく	・年間活動計画 作成 ・代表委員会 ・各委員会活動 (健康委員会)	・5分間保健指導 (健康診断) (基本的な生活習慣) ・生活習慣チェッ ク実施	(P) P.T.A 全体会 (学) 学校保健委員会 ・組織編成 ・年間計画の確認 (学) 町給食センター職 員の1・1・1 (P) 運動会協力 (p) 「すくすく健康だ より」第1号発行
5	身の回りを 清潔にしよう	・定期健康診断 ・家庭訪問 ・抱泊学習 ・遠足 ・避難訓練 ・プール開き	・歯科検診 ・尿、ざよう虫 卵検査 ・心電図、貧血 検査 ・日本脳炎④ ・二種混合⑥	・安全点検 ・水飲み場、手洗 い場の点検 ・照度測定 ・水質検査 ・プールの水質管 理	・身の回りの整理 整頓 ・つかい、手洗い の仕方 ・衣類の調整と清 潔な身なり ・明合同抱泊学習 ・保健指導 ・けがの防止 ・病気の治療	①節度ある生活 ⑥節度 ある生活 態度	③食事のマナー	・児童会集会 (活動発表会) ・代表委員会 ・各委員会活動 ・児童集会	・すくすくタイム (5分間保健指導 (頭髪の清潔) (トイレの使い方) ・生活習慣チェッ ク実施	(学・P・地) 木幡二小、下木田小 合同学校保健委員会 開催
6	歯を大切に しよう つゆ時の衛 生に気をつけ よう	・歯の衛生週間 ・町歴上天会	・つゆの予防 ・歯磨き指導 ・食中毒や伝染 病の予防 ・手洗い励行 ・水泳時の健康 管理 ・健康診断事後 措置	・安全点検 ・プールの水質管 理 ・家庭科室の衛生 管理 ・便所、下水消毒 ・水質検査	・町小学校体育大 会に伴う保健指 導 ・つゆの予防と治 療 ・清潔な衣服と体 格	①②③ 生命の尊重	①歯みがきよう すかな ②歯の王様、6歳 日歯 ③よい歯にか〜わ れ ④守れ！大人の歯 ⑤歯肉色(ミ)さど ソク色(ミ) ⑥健康な歯肉をつ くろう(ミ) ③持ち物のせいとい ん	・代表委員会 ・各委員会活動 ・児童集会	・すくすくタイム (手洗い) (歯みがき) ・生活習慣チェッ ク実施	(地) ミッキーマウスの 会または歯科衛生士 による歯磨き指導の 1・1・1 (学・P) 「木こっ子の歯ちを 考える会」開催 (p) 「すくすく健康だ より」第2号発行
7	夏を健康に 過ごそう	・東和町ロード レース ・学校参観日 ・終業式	・水泳時の安全 指導 ・健康の記録作 成 ・疾病治療動告 ・健康診断票の 整備 ・夏の健康生活 の指導	・安全点検 ・プールの水質管 理 ・給食用具の点検 ・学期末大清掃 ・水質検査	・町ロードレース 大会に伴う保健 指導 ・夏の健康生活の 指導 ・夏休みの過ごし 方 ・疾病異常者の治 療勧告	④⑥生命の尊重	⑤夏休みの健康な 過ごし方	・代表委員会 ・各委員会活動 ・児童集会	・すくすくタイム (5分間保健指導 (水分のとり方) (防止と日射病) ・生活習慣チェッ ク実施	
8 ・ 9	規則正しい 生活をしよう 元気に運動 しよう 体をくろう	・始業式 ・校内水泳記録 会 ・避難訓練 ・交通教室 ・祖父母参観日	・発育測定 ・夏休み中の 健康調査 ・夏休み後の 健康状況把握	・安全点検 ・プールの管理 ・水質検査	・夏休みの生活の 反省 ・運動と休養	①② 節度ある生活 態度 ③生命の尊重	①②安全な歩き方 ③④⑤⑥ 自転車 の正しい 乗り方	・代表委員会 ・各委員会活動 ・児童集会	・すくすくタイム (5分間保健指導 (汗と下着の清潔) (睡眼)を上手にと る) ・生活習慣チェッ ク実施	(地) 東和駐在所 交通安全母の会 (学・P) 「木こっ子の歯ちを 考える会」開催 (p) 「すくすく健康だ より」第3号発行

本校の健康教育活動

－ 家庭・地域との連携、組織活動をとおして －

栃木県那須塩原市立南小学校

1 学校紹介

1) 校区・児童の実態

本地区は、明治14年に開拓者が入植し、以来120年、那須野が原の開拓と共に発展してきた。西那須野地区の南部に位置し、一区町・二区町・二つ室の三地区からなり、本校はその中央にあり、児童数470名、普通学級13、個別支援学級1の学校である。

本校は、明治36年に開校し、平成15年に創立100周年を迎えた。学校の東側には那須疎水の分水が流れ、校庭のビオトープにその水を引く環境豊かな学校である。

本地区も近年では、農村地域から住宅地域へと変貌してきている。3から4代続いた家庭では開拓精神を受け継ぎ、勤勉実直な姿がうかがえるが、転住者の増加や社会環境、家庭環境の変化に伴い価値観の多様化、連帯意識の希薄化が見られるようになってきた。

本校児童は、明るく、素直であり、何事にも意欲的に取り組む。また、教育目標の実現を目指し、健康教育や異年令の仲間づくり、集団生活、社会生活をとおして様々な幼少期の人格形成に力点を置き家庭と学校が連携し、南っ子の健全育成に努めている。



2) 本校の健康教育

教育目標

- ・学び合う子 (知)
- ・心豊かな子 (徳)
- ・たくましい子 (体)

健康教育の具体的児童像

- ・自分の健康目標に取り組む子
- ・自分の体の様子を知り健康増進に励む子
- ・目的に向かって協力し合い粘り強く取り組む子
- ・危険を察知し安全な行動をしようとする子

本校の教育目標は、校心「拓」を基本理念に目指す児童像を上記のように定め、心豊かでたくましく生きる子どもの育成を目指している。特に、健康教育では教育目標の「たくましい子」を受け、児童目標を「鍛え合おう」とした。さらにこれらの具現化を図り、具体的児童像を上記の4つに掲げた。そして、これらの目標達成のために○健康教育の推進○安全指導の充実○児童活

動の促進の3つを努力点として健康教育を推進してきた。

2 健康教育の取り組み

近年、生活習慣病や喫煙・飲酒・薬物乱用、性感染症等子どもの健康問題は課題が山積している。また、社会環境の問題や核家族化、離婚家庭の増加等の家庭環境の問題も子どもの心の健康への影響が大である。子どもたちが、これらの問題に適切に対応していくためには、小さいうちから健康に関心を持ち、健康的な生活行動がとれるようにしていくことが大切である。このようなことをふまえたような取り組みをした。

1) 学校保健計画作成上の配慮事項

健康教育推進の要は、なんといっても学校保健計画である。この計画のもとに全職員が、同一視点で取り組まなければならない。さらに、保護者や地域、他機関と連携することが重要であり効果的でもある。このようなとらえ方で無理なく、実践可能な計画を立て、児童自らの健康について課題を見つけ、考え、判断しより良く生きる力を身につけさせたいと考え次のことに配慮した。

- ① 自らの健康問題についての課題を見つけ、考え、よりよい健康生活を身につける手だてとして自己評価できる機会をもたせた。
 - ・健康目標の設定と反省カードの活用
 - ・保健安全強調週間の設定
 - ・親子健康生活調査の実施
- ② 適正な健康診断の実施と事後措置及び継続指導の充実を図った。
 - ・校医や関係機関と連携した計画立案
 - ・効果的な健康診断の実施のために健康診断予診票の使用
 - ・事後措置や継続指導の充実を図るための健康手帳の活用
- ③ 保健への関心を高め意識化を図るため保健教育の充実を図った。
 - ・広報活動としての保健便りや保健室廊下の掲示物資料の工夫
 - ・学級活動、保健学習、他教科との関連を図った計画と実施
 - ・指導案、資料、教材の充実
- ④ 生活のふれあいの中で、豊かな心の成長が図れるように工夫した。
 - ・児童会活動、クラブ活動、委員会活動、清掃活動、登校班など異学年との交流
 - ・教育相談、事例研究会の実施と、児童問題への早期対応



(異学年交流・なかよし班さつま苗植え)

- ・関係諸機関との連携

⑤ 保健委員会を活発にすることで、地域、他機関、PTAの協力を得、児童の健康意識を高める活動の充実を図った。

- ・児童保健委員会…児童主体の活動をとおり健康への関心を高める活動
- ・学校保健委員会…PTA保健部活動の充実と参加人数の促進

⑥ 保護者を健康教育に参加させ、児童の健康意識の向上と維持増進を図った。

- ・健康目標の設定と反省カードの活用
- ・親子で一緒に調べましょう（親子健康生活調査）の実施
- ・学校保健委員会への参画
- ・保護者による家庭における健康法の収集と啓発（我が家の健康知恵袋）

2) 家庭・地域社会との連携

健康な体づくりの基礎となる基本的な生活習慣から始まり様々な健康問題に至るまで、健康を考えたとき家庭や地域との連携は必須のものである。

① 学校保健委員会

年2回開催している。

② 保健便り

保護者の健康意識を啓発するとともに、指導内容等の周知・徹底を図る上で大いに活用している。また、学校医にも届け学校教育活動の啓発に努めている。校医からは、毎回その感想や保健活動への助言をいただくことで、校医との連携を深めている。

③ 親子で取り組む行事

できるだけ親子で取り組む行事を取り入れ、基本的な生活習慣の徹底を図っている。

- ・健康目標の設定と反省カード
- ・歯垢染め出しテスト
- ・歯みがきカレンダーの記入
- ・保健給食安全生活振り返りカード
- ・親子健康生活調査等

親と子が日常的な健康生活習慣を一緒に実践していくことで健康意識の向上が図られ、無理なく、楽しく親子のふれあいの中で健康的な生活習慣が身

親子でいっしょに調べましょう (南小 PTA 保健部発行)

記入のしかた		月
◎すずんできた ○言われてきた △あまりできなかった		(19日)
毎日	あさごはん(食卓とらへましたか)	◎
	はみがき(歯磨き粉をまじりましたか)	◎
がんばり	しせい(食事、睡眠、テレビなど限を付しましたか)	◎
	うがい・てあらい(お母の手紙、食中毒の手紙ができましたか)	◎
ましょう。	じかんをまもる(ゲームやテレビ、勉強の時間など守りましたか)	◎
ふれあいの	あいさつ(伝言かけができましたか)	◎
わを	おはなし(楽しかったこと、大変だったことなど一日のできごとを話してください)	◎
広げましょう。	おてつだい(自分だけでなくおすずんでください)	◎

記入のしかた		月
◎できた ○まあまあできた △できなかった		(19日)
毎日	あさごはん(健康づくりの朝ごはん)	◎
	はみがき(歯磨き粉をおすずんと混ぜて使っていますか、お歯ブラシはよく洗っていますか)	◎
がんばり	しせい(食事の量は、睡眠(寝)などの規則を守っていますか)	◎
	うがい・てあらい(お母の手紙、食中毒の手紙ができましたか)	◎
ふれあいの	あいさつ(おすずんとお母さんへの第一歩です、健康意識も伝えます)	◎
わを	おはなし(園・町でも健康です、おすずんの日でできごとを話してください)	◎
広げましょう。	おまめ(おはなしかたでも健康です、お母さんの健康もつけてください)	◎

提出日は

26日です

合計をまちがわないよう
お願いいたします。

わたしのはんせい
【どうだったかな?】

勉強しているときの
せいが、よくわがた
めで、これからは気を
つけたら。

(親子健康生活調査)

へいせい16ねんど

わたしの
けんこうもくひょう
(できそうなもくひょうをなぞってまじょう。)

おうちの方から
はげすみのひとこと
おすずんといっしょに
かんばろうね。



はんせい	
10月(◎)	○はっちりでできた。 () ○まあまあできた。 () △あとすこし。(◎)
【こうはんもがんばろう!】	
3月(◎)	○はっちりでできた。 () ○まあまあできた。 () △あとすこし。
【らいねんどもけんせいですぞう!】	

1ね2さ ねえんじだちとき
けんこうがよくなったとき、かいいつたか、
いぬやこも、かんばいせうが、あらい
てました。いっしょにエライにがんばろう!

(わたしのけんこうもくひょう)

に付いていくという効果を上げている。PTA保健部でその結果をまとめ、養護教諭と一緒に報告書を作成し、学校保健委員会で発表している。これらの作業をとおり、保健部員一人一人が親の生活が子供の健康に大きな影響を及ぼしていることを知ったり、自分の健康生活を反省したり、新たな気づきがあったりすることで、自然と健康への関心が高められている。そして、保護者である保健部員がこれらの反省や気づきについて発表することで、参加者は子供の健康問題をより身近なものとしてとらえることができる。

④ 「我が家の健康知恵袋」の募集

家庭における独自の健康生活への知恵を出し合い保護者同士が健康意識を高めあう手だてとしている。

⑤ 学校栄養職員による訪問指導

⑥ 適応指導教室の相談員による指導

3) 学校保健委員会

構成メンバーは、教員・児童代表・学校医・学校薬剤師・PTA代表・町給食センター職員である。児童委員会とPTA保健部が中心となり推進しているのが特徴的である。学校保健上の問題解決を目指し年2回実施している。健康診断の結果肥満傾向児が多かったことをふまえ、初回は栄養職員から小学生の食事についての講話を聞いた。バランスのとれた食事、そして、コンビニで買う食事より親が手をかけて作る食事がいかに子どもの体や心の成長に大切であるかを理解した。2回目は本校の特徴的活動であるPTA保健部主催「親子で一緒に調べましょう」の結果を保健部で発表した。そしてその発表をふまえ「良い健康生活習慣を身につけるには…親が、子ども…がそして、学校ができること…」について研究協議をした。保健部員の発表は、心身ともに健康な子どもを育てようという意欲がひしひしと感じられた。保護者の保護者による問題提起とあって参加者の関心も高く、健康への関心を高める良い機会となっている。児童保健委員会「健康まつり」についての発表では、委員長が「沢山の児童が参加してくれ嬉しかった。大変だったけどやって良かった」という感想を述べ、参加者から好評



(PTA保健部員の方々)

児童保健委員会 健康まつりについての発表 平16・3・5
学校保健委員会

1. 担当したグループ 体でビンゴチーム
2. メンバー 藤田あ子・信崎瑛保・竹島菜里・松村杏樹
3. 内容や方法

- ・1回10分でおおりにする。
- ・1回20人にする。
- ・ビンゴがあたり、賞品をあげる。
- ・体かんしんをもってもらうために、ビンゴの中に体の部分の名前をいれました!



4. 準備した物
- ・おり紙・メモ帳・アクセサリ

5. 感じたことや反省など

- ・たくさんの方がきて大変でした。だけど、がんばったおかげでみんなよろこんでくれました。
- ・たくさん来てくれたけど、紙がたりなくなっちゃって、けしていたのが、け、こう大変でした。
- ・みんな喜んで、賞品など、もらって、うれしかったので、おっつです。

(健康まつりについて ‘体でビンゴ’)

を得た。「我が家の健康知恵袋」では校医より「昔から言い伝わる健康法には確かなものがあるので是非、真似してほしい。そして、これからも継続してほしい」との助言があった。実施後はその内容を家庭に知らせ、子どもたちの健康に対する意欲と関心を高め、支援を得るようにした。なお、学校保健委員会には健康に関する研修会への参加としてメンバー以外の保護者にも参加を呼びかけ健康意識の向上に努めている。

	平成 15 年 度 議 題	平成 16 年 度 議 題
第 1 回 目	①保健統計 ②講話「小学生の食事について」 講師 町栄養職員 ③研究協議「子供の健康な体づくりについて」	①保健統計 ②講話「子供の心に寄り添う」 講師 元養護教諭 ③研究協議「心身共に健康な子を育てるには…」
第 2 回 目	①保健統計 ②「健康まつり」についての発表 発表者 児童保健委員会 ③「我が家の健康知恵袋」 ④「親子で一緒に調べましょう」集計発表 発表者 P T A保健部 ⑤研究協議「良い生活習慣を身につけるには…」	①保健統計 ②「親子で一緒に調べましょう」集計発表 発表者 P T A保健部 ③「たばこに関するアンケート」集計 発表者 児童保健委員会 ④講話「小学生とたばこ」 講師 大田原警察署生活安全課長 ⑤研究協議「たばこと健康について」



(学校保健委員会・P T A保健部発表)



(学校保健委員会・児童発表)

4) 児童保健委員会

委員会活動は、子ども同士が健康意識を高め合えるよい機会となる。そこで次のような活動を実施している。

① 健康オリエンテーリング

校庭10箇所に自分たちで考えた健康クイズカードを設置し、そのクイズを解いてもらう。折

り紙などの賞品や「パーフェクト賞」や「おしかったで賞」の個人賞、参加者が多かったクラスへあげる団体賞などの賞状も自作した。中には何度も挑戦している児童の姿も見られた。戸外で遊ぶことが苦手な児童も意欲的に参加している。

② 健康まつり

子どもたちの手で計画運営した「健康まつり」では、体の各部位を確認するための「体でビンゴ」、片方の目では距離感をつかめないことに気付く「片目でポン」、「健康おみくじ」、「体力つくレース」、占い好きな子ども達へ「健康野菜占い」など、ゲームを楽しみながら自他の健康について考え、意識を高めあっている。児童たちは賞品に折り紙などをもらいその数を競い合う姿も見られる。参加する児童も多く、本校児童の楽しみにしている行事で、全校を巻き込んだ健康イベントである。



【保健】委員会年間活動計画

月	活動内容	月	活動内容
4月	組織づくり	10月	目目ちびんキャンペーン
5月	①鏡付ポスター ②歯予防 クリス"ポスター 衛生パトロール, など準備	11月	たは"このアンケート 衛生パトロール
6月	歯予防 キャンペーン 歯ブラシ 点検	12月	健康まつりじゅんぴ
7月	健康オリエンター 衛生パトロール	1月	衛生パトロール
8月		2月	健康まつり
9月	健康インタビュー 衛生パトロール	3月	母の日、ポスター 反省、学校保健委員会 参加

(児童保健委員会年間計画)



(健康オリエンテーリング)



(健康まつり・健康おみくじ)

③ 「鏡付きポスター」の作成

鏡の使ったポスターを作成し各クラスへ配布している。「きちんと磨けましたか」や「むし歯を作らないでね」などと保健委員会からのメッセージの入ったポスターで、各クラスでは、身だしなみを整えたり、歯みがき後のチェックなど日常的に使用している。

④ 各種健康キャンペーン

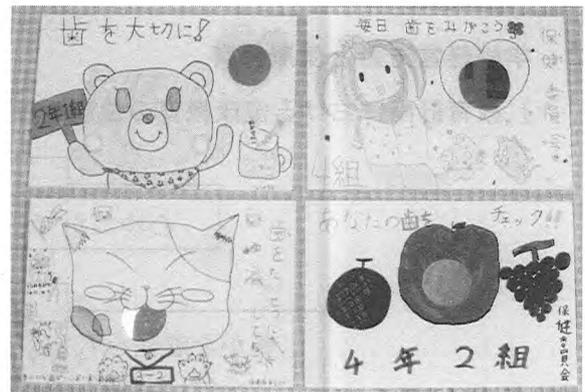
「むし歯予防キャンペーン」、「めめちゃんキャンペーン」、「窓開けキャンペーン」で6月のむし歯予防デーや10月の目の愛護デーなど良い保健指導の機会であると捉え〇×クイズやお話を昼の放送で流したり、楽しいポスターや掲示物を作成し、保健室廊下に掲示し児童への啓発をしている。立ち止まって読んでいる児童は多い。



(健康まつり・
メダルをもらってVサイン!)



(目目ちゃんキャンペーン)



(鏡付ポスター)

このように、創意工夫ある活動をとおり遊び感覚の中で、楽しみながら機会を捉え、日頃より、健康意識を高め合う活動を実施している。また、昨年度第2回学校保健委員会では、「健康まつり」について実演を交えて堂々と発表した。「楽しそうだ。自分も参加したい。とても良い行事だ」と参加者から好評だった。

児童保健委員会の活動は本校児童の関心が高く、組織活動をとおした、子どもから子どもへ発信する健康教育となっている。

3 おわりに

以上のような健康教育活動に取り組んできた結果、自分の体や健康に関心を持つ児童、また子供の健康や生活習慣に関心を持つ保護者が増えてきている。生涯を通して健康な生活を実践していくことができる子供を育成するために、今後、さらにこれらの活動を充実させたい。そして、家庭や地域と連携し、組織活動の活発化を図った健康教育を推進していきたい。

心身共に健康で、目当てをもち、進んで学ぶ子供の育成

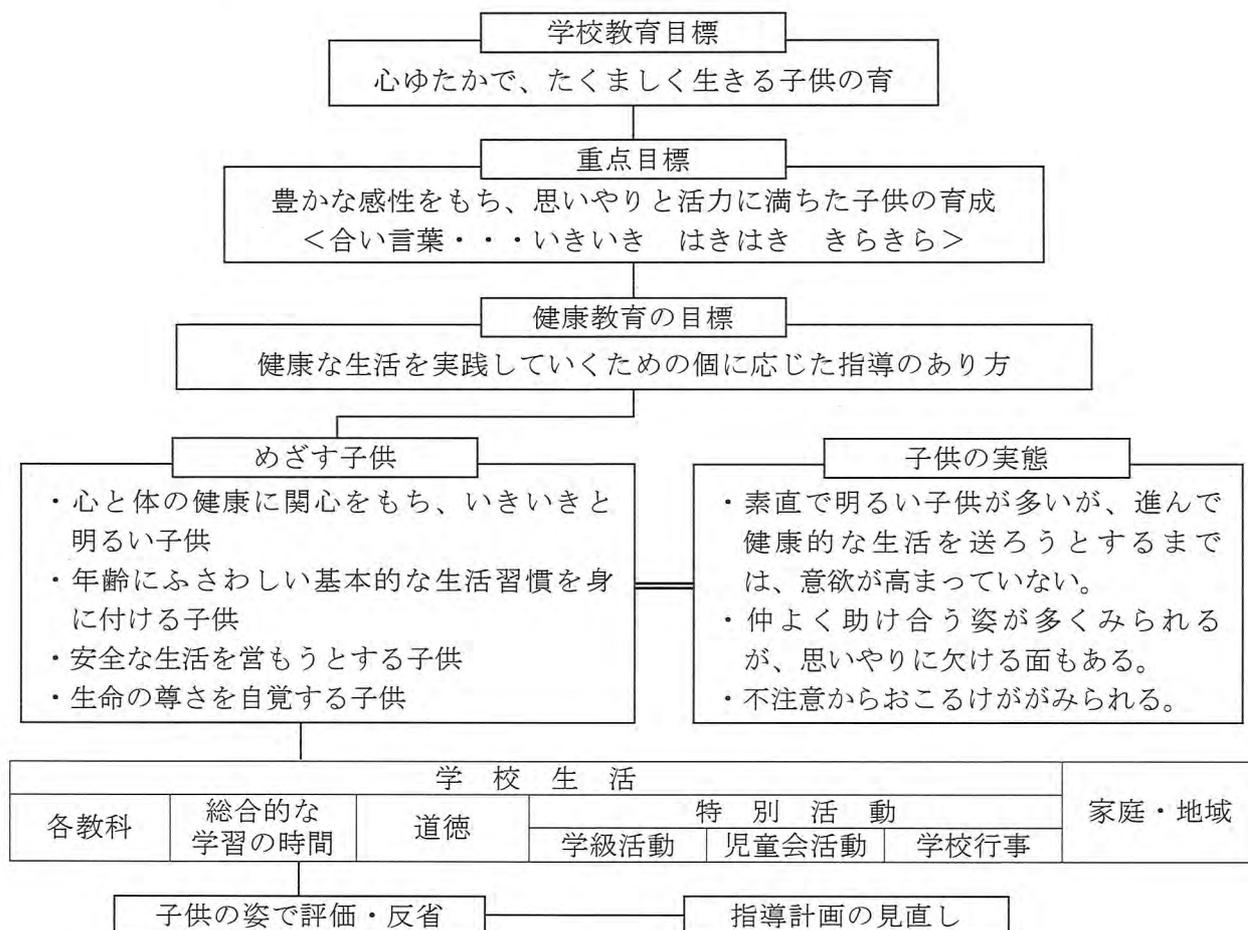
富山県新湊市立堀岡小学校

1 本校の概要

新湊市は、富山県北西部に位置し、日本海に面する工業港湾都市である。校区は、富山新港東側の富山湾と富山新港火力発電所とに挟まれた地域にある。近年、転居等による人口減と高齢化傾向にあったが、富山新港東側埋立地の開発により、公共施設の建設、宅地分譲地への住宅建設、海浜整備などが進められている。本校は児童数約140名の小規模校である。平成14年には校舎が移転新築され、今後の人口増加と地域活動の活性化が期待されている。児童は優しく素直であり、学年縦割り班による清掃・勤労体験活動では、異学年同士仲よく助け合って活動したり、奉仕活動にも進んで参加したりする。校区住民の教育に対する関心は高く、PTA活動等も熱心である。新校舎および新体育館や新グラウンドを活かした教育活動への期待が大きく、しだいに協力体制ができつつある。

2 学校経営方針と健康教育

1) 教育計画における健康教育の位置づけ



2) 教育計画を実践するための具体的な配慮事項

① 基礎基本の確実な習得を目指す指導課程の工夫

- ア 健康な生活の基礎を身に付ける系統的な年間指導計画の作成
- イ ねらいを明確にし、教科、道徳、特別活動等を関連付けた指導計画の作成
- ウ 実態や願いを生かし、意欲の向上につなげる、問題解決的な学習や体験的な学習
- エ 実態と学習内容の特性をふまえた、個別指導、グループ別指導、T T 指導等による指導体制や方法の工夫

② 個に応じた指導と評価の工夫

- ア 日常生活を総合的に見直す「こころとからだ あなたはどれかな」の工夫
- イ 自分のよさの気づきや自分につなげていく自己評価、相互評価や他者評価のあり方
- ウ 生育歴や生活体験、家庭環境などの個人差に配慮した継続的な支援のあり方

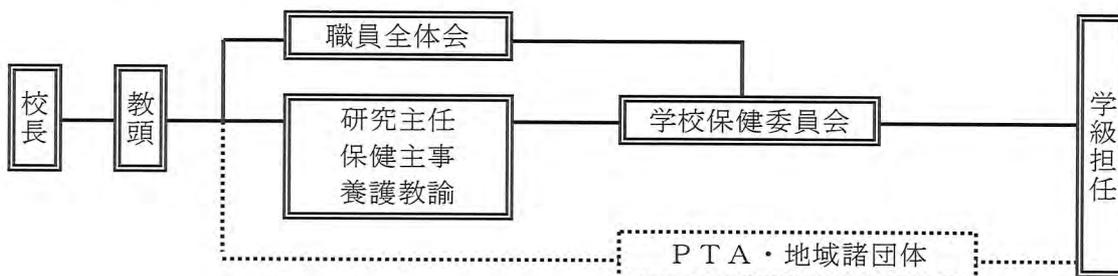
③ 子供の学びに生きる学習環境の活用

- ア 健康な生活への意識を高め、実践化につなげる集会活動や学校保健委員会
- イ 養護教諭の専門性を生かした働きかけ
- ウ 健康な生活の基盤を支える家庭と地域社会や関係機関などとの連携
- エ 心と体の健康について安心して相談できる場や雰囲気作りの工夫
- オ 学びを支えるための資料や文献を整備した「すこやかコーナー」、「体験コーナー」や「情報コーナー」などの設置と活用

3 学校保健安全計画

心身の健康に関するアンケートから、就寝時刻が遅く生活リズムが乱れている子供が増えていることや、自分に自信がもてず周囲の人とうまく人間関係を築いていけない子供がいることが分かった。成長の途上にある児童期に生活習慣を望ましいものに確立していくことが生涯にわたる心身の健康の保持増進につながると考える。そこで「自分の心と体に関心を持ち、自分の健康は自分で守り高めていく」という意識と、実際に健康生活を進めていく実践力を育てていきたい。すべての子供が自分を知り、自己肯定感を高め、生きていることのすばらしさに気づき、お互いの存在も尊重し合えるように健康教育を進めていきたいと考えた。

4 教職員の推進組織と校内研修



5 具体的な取り組み

1) 「一人暮らし老人いこいの集い」でわが家の健康つくりを紹介し、高齢者から学んだ2年生

- ・「私のおじいちゃんは、毎日2時間も歩いていて、元気です。〇〇さんのおじいちゃんはどうですか?」「私のおじいちゃんは、早起きして、嫌いなものがありません」と、自分たちのおじいちゃん、おばあちゃん、お父さん、お母さんの健康のひみつを『一人暮らし老人いこいの集い』で紹介した。
- ・会場内の高齢者に「健康のためにやっていることはありますか?」と尋ねると、「毎朝、ラジオ体操をやっているよ」「歩いているよ」と答えてくださった。子供たちは、健康つくりが自分の家族や触れ合った人々みんなの願いであることを学んだ。



2) 家庭と連携し、苦手な野菜を使ったおやつ作りに挑戦し、学習発表会で地域に知らせた3年生

- ・3年生は野菜が苦手な子が多いことから、「かぼちゃようかん」「にんじんゼリー」「ほうれん草クッキー」など、苦手な野菜を使った3品のおやつ作りに挑戦した。
- ・苦手な野菜を使ったおやつは「成長に欠かせない栄養満点のおやつだよ」「作り方を聞いてきたよ」と家族の応援や協力で進められた。



- ・学習発表会では「レッツ ヘルシー クッキング」と題し野菜を使ったヘルシーおやつの作り方や、それを食べると体にどんなよい事があるかを紹介した。さらに、参観した保護者や地域の方に試食していただき、その感想を聞いた。子供たちには満足感を味わいながら家族ぐるみで好き嫌いを克服しようとする意欲の継続につながったようだ。

3) 歯の衛生週間にちなんだ活動で、家庭との連携を図る

○ 『ほけんだより』を通じて呼びかけた「わが家のよい歯作戦」を全校に紹介

わたしが小さいとき、歯みがきがきらいだったので、お母さんは歌を歌いながら歯みがきをしてくれました。これからは自分でしっかりしていきたいです。

おじいちゃんは家族で一番年をとっているのに、ぜんぶ自分の歯で、かたいものをバリバリ食べています。歯みがきと歯のちりようをがんばったからだそうです。



○ 学校での歯みがき指導の結果をデジタルカメラの映像で知らせ、家庭での歯みがきに生かす工夫



<学校での様子>

<家庭での様子>

- ・学校でのみがき残しの様子を、デジタルカメラ映像を添付したプリントで家庭に知らせ、どこがきれいにみがけるようになったかを、親子で確認した。児童からは、「今までとぜんぜん違って、きれいにみがけて、うれしい」という感想が聞かれた。
- ・保護者からは、「仕上げみがきが必要だと思いました」「カラーテストのおかげで前よりしっかりみがくようになりました」という感想が届いた。

4) 健康づくりの大切さを保護者・地域と共に考えた学校保健委員会

本校では、児童会が主体になって、学期ごとに健康づくりをテーマにした「なでしこすこやか集会」を行っている。第2学期には、保護者や地域の方を招待し、拡大学校保健委員会として「第2回なでしこすこやか集会」を開いた。この集会では、地域のゲストティーチャーや高齢者から教えていただいた健康づくりのひみつを紹介したり、自分たちの考えた健康づくり体操や健康ソングを披露したりして、保護者や地域の方と一緒に健康について考えていくことをねらいとした。

健康づくり体操と健康の話
【スポーツインストラクター】



2年生は、自分たちでつくった健康づくり体操を全校の児童・保護者・地域の方に披露した。発表の後半には、スポーツインストラクター（2年児童の保護者）から、健康には運動が大切であるという話をしていただいたり、軽快なリズムに合わせたエアロビクスを見せていただいたりした。全身からあふれるパワーに感動し、運動している人はすごいな、すてきだなというあこがれの気持ちをもったようだ。

堀岡地域には、高齢者を対象に健康な生活をめざして「きときと若返り教室」が開かれている。4年生では、その教室を見学し、簡単な体操を教えていただいたり、参加しておられる高齢者から健康の秘訣をインタビューしたりしてきた。それをもとに、3人の高齢者の様子を「心いきいき健康名人」と名付け、全校児童に紹介した。

地域の健康名人紹介



地域の健康づくりのお手伝いをしておられる市保健センターの保健師さんから、健康な生活は子供のころからの心がけが大切であることを話していただいた。

地域の健康名人とかかわって
【市保健センター保健師】



○ 食生活の見直し

最近、コンビニやスーパーなどで簡単にいろいろな食べ物が手に入るため、糖尿病の人が非常に増えている。これは甘いものの摂りすぎや暴飲・暴食が原因となっている。小さいころからの食習慣は大人になってもなかなか変えられないから子供の今がとても大事な時期である。ジュースをやめてお茶や牛乳にするなど「おいしい」からではなくて「考えて食べる」食習慣づくりをめざしてほしい。

○ 積極的な生活

元気な高齢者は、何にでも積極的に行動しておられる。目が弱くなればめがねをかけて縫い物を、足が弱くなれば外に出て運動をと、何事にも前向きである。そして、そういう方は笑顔がきれいで、周りの人もいい気持ちになる。みなさんには小さいときからよくよせず、明るく生きてほしい。

5) 家庭の協力を得ながら進める『ジュースの飲み方だいじょうぶ?』（第1学年学級活動）

自分はどれぐらいの砂糖をジュース（清涼飲料水）から摂取しているかを知り、これからの実践の目当てをもちやすくするため、家庭に協力してもらい、休日にどんな飲み物をどれぐらい飲んだかを事前調査した。その実態調査から把握した一人一人の砂糖の摂取量を角砂糖の数で表し、その数をシールで貼った各自の個人カードを授業で用いた。このカードは1年生の実態に合致し、シールの数という視覚に訴えた自分の姿を表す資料となり、1年生として具体的に考えることができた。

このカードに今後の実践目当てを書き入れ、子供たちから家庭へお知らせとお願いという形式にして、家庭との指導の連携に活用した。このように子供の実態と目当てを明らかにすることは子供自身の自己評価となり、そのことを家庭に知らせていくことで、家庭から子供への継続した他者評価を得ることができると期待できる。

<事前調査…よく飲むジュース>

各自の砂糖の量を提示

<授業で用いた個人カード>

【授業後の各自の目当て】

- ・砂糖がいっぱい入っているジュースをあまり飲みません。
- ・ジュースをかまんで牛乳を飲みます。
- ・のどが乾いたら、お茶を飲みます。

6) 望ましい人間関係を育成する『自分を大切にしよう』（第5学年学級活動）

2 正（正子）さんの役で断ってみて、どう感じましたか？

ちょっと失敗したけど、ちんといかりことわれないので、今度いやな時のみことをされたら、このことを思いたしなから、これわりの思い、また、また、

3 今日の学習は、自分のためになると思いましたか？
3つのうちどれかに○をつけて、理由を書きましょう。

理由は

いつも、たのまれたとき、かたなく、わがた、と、し、ほ、い、ま、い、か、に、な、り、て、い、た、け、ど、今、度、か、ら、は、こ、の、こ、と、を、い、か、て、ご、と、わ、り、た、い、と、思、い、ま、し、た、。

「はい、とっても」 「まあ、まあ」 「あまり」

友達からの不当な要求を断ることの大切さに気づき、自分はどのように断ればよいのかということを考え、ロールプレイを行った。心の学習では、なかなか本音が言えなかったり、恥ずかしくて思いを伝えられなかったりする。そこで、養護教諭とのTT指導で、教師が子供役になって役割演技をオーバーにしたことで、学級の雰囲気や和やかなものになり、ロールプレイでの恥ずかしさは解消された。さらに、教師と子供とのロールプレイで、子供の演技をほめた

ことで、子供たちの緊張感がやわらぎ、ロールプレイを抵抗なく体験することができた。

グループでロールプレイの様子を見合った後、自分の活動を振り返り、ワークシートに記入した。すると「本当にこんなことになったらできるかどうかわからない」「もしこんなことがあれば自分の気持ちを相手にきちんと伝えたい」など、正直な気持ちを書いている子供が多く見られた。学級集団全体で不当な要求を断る学習をしたことで、今後、このような場面が起こることが少なくなることが期待できる。

6 活動を振り返って

- 本校では、「目当てをもち、進んで学ぶ子供の育成」を研修主題に掲げ、一人一人の子供にライフスキルが身に付くよう、健康な生活を実践していくための個に応じた指導を継続して行ってきた。学校保健安全計画と各学年の年間指導計画をもとに、子供の発達段階をふまえた指導計画「からだの学習年間計画」を作成し、アンケート等により子供たちの実態を的確に把握したうえで指導方法を工夫することにより、健康教育の実践を教育活動全体の中で効果的に進め、子供たちは進んで望ましい生活習慣の形成に取り組もうとする意欲を持つことができた。また、地域の方や専門家から意見を聞いたり、各学年で学んだことを全校児童や保護者、地域の方へ発信したりすることは、子供の自信を高め、家庭・地域社会の協力を得ながら子供たちが健康的な生活を実践していく環境を整えることにつながった。
- 家庭・地域社会・関係機関と協力して健康教育を進めてきたが、今後もその成果が子供の姿として表れ、学校が地域ぐるみで進める健康づくりの中核となっていくように、相互の連携を積み重ねていきたい。健康教育の最終的なねらいは、知識を習得するだけでなく、心と体を自分自身で大切にしようという意識を高め、得た知識を実践に生かす態度を育てることにあると考える。自分の生活習慣を自ら見直し健康づくりを継続して実践していくことはたいへん難しいが、指導計画のもと、実践と評価を繰り返しながら支援していく必要がある。

<資料> からだの学習年間計画

○…学級活動 ■…保健学習 ▲…総合的な学習の時間 【】…TTの実施予定

学年	健康な生活と習慣	歯と口の健康	性・エイズ	心の健康	安全
1年	○ 上手な手洗い ○ ジュース（清涼飲料水）の飲み方を考えよう【養教】 ○ うがいで風邪予防 ○ よい姿勢	○ 歯はたからもの【学校医】 ○ 上手な歯みがき【養教】	○ きれいな体	○ みんなで遊ぼう	○ 学校へ通う道 ○ 安全な遊び
2年	○ 心と体のお医者さん ○ 元気いっぱい、骨パワーアップ ○ 目を大切に ○ かぜに負けない体 ○ 健康づくりを発信	○ 前歯をきれいに【養教】	○ おへそのひみつ【養教】	○ 心と体のふしぎ ○ みんなでなかよく	○ 登下校の安全
3年	■ 毎日の健康と生活 ▲ おやつ大好き【養教】	○ 前歯の裏をきれいに【養教】	○ 大きくなるわたしたち【養教】	○ 人のいやがること ○ 心の中の鬼退治	○ 地震がおこったら ○ 雪道の歩き方
4年	○ 朝から元気【養教】 ○ 姿勢と体の仕組み【養教】 ○ 夏を元気に過ごそう ▲ 探ろう・知ろう・考えよう！いきいき名人のひみつ	○ 奥歯をきれいに【養教】	■ 育ちゆく体とわたし【養教】	○ お互いのよさを伝え合おう ○ お世話になった方に感謝の心を届けよう	○ 交通マナーをしっかりと守ろう ○ 自転車の安全 ○ プールの利用の仕方
5年	○ 視力の異常とその予防 ○ きたえよう自分の体 ○ 健康な体と生活 ○ 給食と栄養のバランス	○ 歯みがき名人【養教】	○ 楽しい宿泊学習【養教】	■ 心の健康【養教】 ○ やさしい頼み方 ○ 自分を大切にしよう ○ イライラ鬼を追い出そう	○ あやしい人への対応の仕方 ○ 自転車と交通規則 ■ けがの防止【養教】
6年	■ 病気の予防（生活習慣病）（飲酒・喫煙・薬物乱用防止） ○ 自分の生活を見直そう ▲ 自分たちから発信しよう（すこやか集会）	○ 歯肉炎ってなあに【養教】 ■ 病気の予防（むし歯・歯肉炎）	○ 心の成長と異性への関心 ■ 病気の予防（エイズ）	○ 生きる心とゆれる心【養教】	○ 災害とその対策

ともに響きあい個が輝く子をめざして

長野県岡谷市立岡谷小学校

1 学校紹介

本校は、諏訪湖の北岸に発達した工業都市岡谷市の北西部を結ぶ小山の斜面を平らにした台地にある。多くの動物や植物が生息する自然林に恵まれている。さらに南東に諏訪盆地を一望する風光絶景の地である。

本校児童数は303名、12学級である。学校に対して家庭・地域の理解や協力意識が高く、健康教育への関心も高い。



2 学校経営方針と健康教育

[1] 学校教育目標

- ㊦ 思いやりのある子 (やさしく)
- ㊧ 考える子 (よくかんがえ、よくまなぶ) 『個が輝く岡谷の子』
- ㊨ やりぬく子 (こころも、からだもつよく)

[2] 健康教育の目標と指導内容

生きる力の育成を基本として、児童自ら健康課題をみつけ、自ら考え主体的に判断する課題解決能力を身につける。

はつらつ・にこにこ・げんきっ子をめざして

- ・すすんで体をきたえ、心身ともにじょうぶな子どもになろう
- ・心と体の健康づくりに大事な生活習慣を身につけよう。

(1) 保健学習

課題追求、調査活動を通して生涯健康や安全に関する資質や能力の基礎を培う。

〔・病気の予防、救急処置・性、エイズ・薬物、喫煙防止・歯と口腔〕

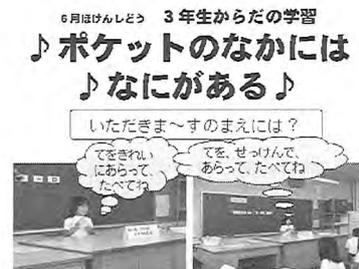
「たばこ広告探検」



(2) 保健指導

特別活動、教育課程以外の休み時間、放課後の個別指導で、身近な健康問題に対する課題解決方法、実践力の育成を図る。

〔健康教育年間計画に位置づけ、計画に基づき保健指導〕



3 学校保健（安全）計画

本校では、以上に述べてきたように児童が保健や給食・安全に関わる様々な取り組みを通して、自ら考え、主体的に判断できる、生きる力の育成していくことができることを基本に考え取り組んでいる。

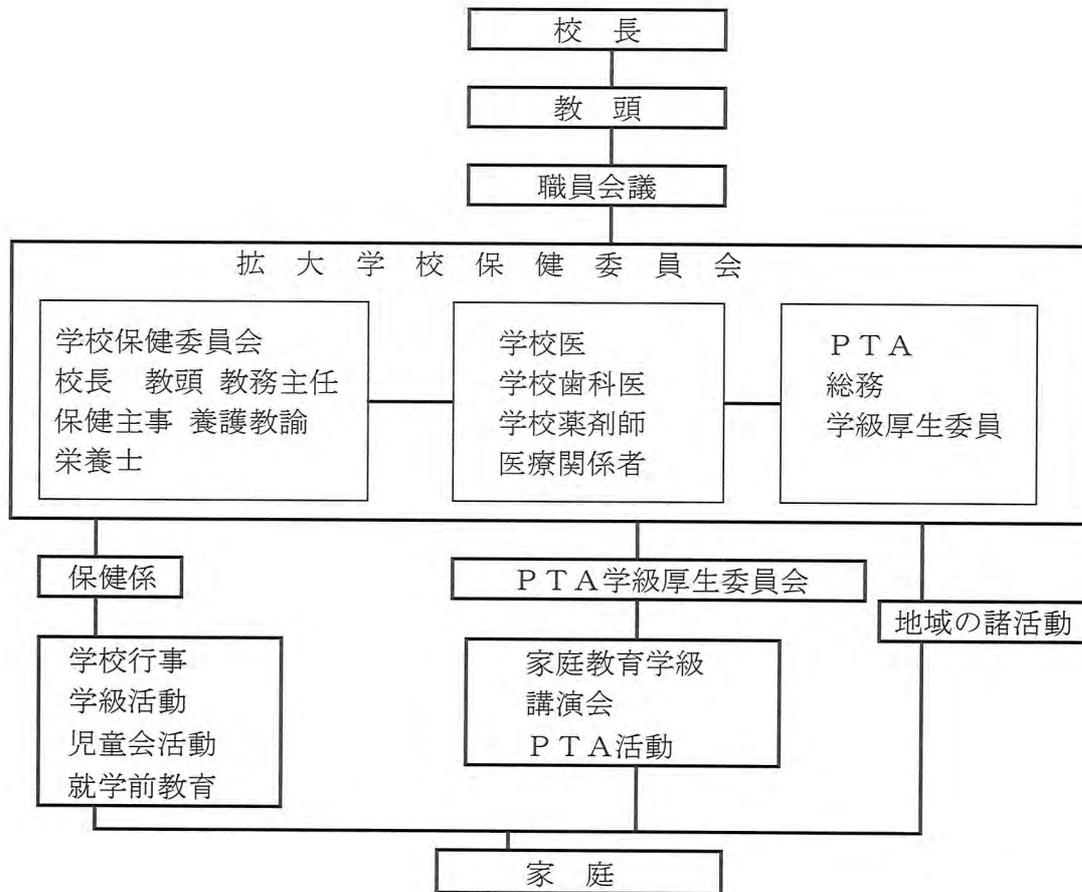
保健関係では、生命の大切さや成長・性などの性教育、エイズや薬物に関わる教育等について「命の教育」として位置づけ年間計画に基づいて指導している。さらに学校歯科医の協力を得ながら歯と口腔の健康作りに取り組む「歯っぴー学習」にも全校を上げて取り組んでいる。

また、給食指導では、世界や日本の味めぐりや郷土食・食体験教室などを通して、食の楽しみやあり方について体験したり学んだりしている。これも「ぱくぱく学習」として、年間計画に位置づけ各月の重点目標を立て、保健の指導などとの関連を大切にしている。

さらに、最近社会問題ともなっている学校の防犯については、事前の危機管理（リスクマネジメント）事後の危機管理（クライシス・マネジメント）として全体計画を見直し、PTAや地域を含めた危機管理体制作りやCAPワークショップ・防犯訓練等の取り組みを整えているところである。

4 健康教育の推進体制

○ 教職員の推進組織



○ 校内研修（親子研修含む）

- ①はっぴー学習（歯科指導）
- ②パクパク学習（食生活）
- ③いのちの学習（性教育）
- ④安全教育
- ⑤心の教育
- ⑥就学前教育（来入児保護者対象）
- ⑦家庭教育学級（焼き物教室・おやつ作り教室）

○ 家庭・地域社会との連携

- ①学校医・学校歯科医・学校薬剤師より、専門的立場から指導・助言をいただく。
- ②外部講師より、専門的立場から、指導いただく。
- ③学校保健委員会で話し合われた内容は、学校だより、PTAだよりで伝える。

5 学校保健委員会

議 題	主な出席者	所要時間	主な成果
「親子で語るいのち」 	岡谷市・保健師 学校教職員 P T A 	1 時間	①保護者の正しい知識 ②学校における性教育指導方針、計画、指導の理解と協力 ③家庭において「いのち」について親子と語ろうという意識づけになった 
「CAP（子どもへの暴力）防止プログラム」	CAPしなの スタッフ5名 学校教職員 P T A	2 時間	①子どもの権利を守り、孤立させないために、支援策として、なにができるか考える機会となった。
防災訓練「不審者進入対策」 	岡谷警察署 刑事2名 学校教職員	2 時間	①施設安全管理 ②来校者の管理 ③児童の管理 ④ドアの施錠校内巡視 ⑤防災器具等の整備 
救急蘇生法講習会	岡谷市 消防署 4名 学校教職員 P T A	3 時間	①けがの応急処置 ②プールでの事故防止 ③救急体制の確認 
健康学習会 「心豊かな子どもを育てるために」	長野市教育相談 カウンセラー 学校教職員 P T A	1 時間	①事例をとおして子どもとの人間関係、信頼関係について学ぶと同時に振り返る機会となった。
就学前教育 	学校歯科医 学校職員 	1 時間	①就学前の家庭における歯に対する意識向上を図ることができた。 ②「からだづくり」に、大切な心身への栄養について考える機会となった。 
あかしあつ子を語る会	学校医 学校歯科医 学校薬剤師 養護教諭	1 時間	①健康状態について専門的立場にて指導、助言をいただくことにより今後の健康教育の指針となった。

自ら健康で安全な生活作りに取り組むあかしあっ子プラン

1 歯と口腔の健康づくり 「歯っぴー学習」

[1] 基本方針

- (1) 歯と口の健康から心とからだの健康づくりへと発展させ、生涯にわたり健康に生活するための生きる力を育てる。
- (2) 自己を見つめる力、目標や、問題を見いだしとらえる力、追求し解決する力を高め、意欲的に学習する子どもを育てる。

[2] 取り組みの具体

(1) 「歯っぴー学習ノート」の活用

歯と口腔の健康づくりの連絡票（歯っぴー学習ノート）を活用し、自分の歯の状態を調べたり、歯を守るためのめあてを立てて実践したりするなど、児童が自ら歯の健康に関心を持ち、一生にわたって大切にしていける気持ちを育てることができるようになっている。

また、保護者がノートに相談事項を記入したものをもとに、歯科検診時、歯科校医がアドバイスを記入し、家庭との連携を図ることができるように工夫している。

（学校歯科医・学校・家庭との連携で早期治療への意識効果へつながっている。）

〈低学年用カードの例〉

歯っぴー学習ノート

年 2 部 氏名 [redacted]

よい歯のめあて=自分の歯の健康は自分でまもる子どもになる。

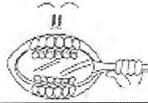
おしぼよばう やくそく八つ	ほく・わたしのめあて		
<ol style="list-style-type: none"> 1. たべたらすくはをみがきます。 2. たべもの時間はきちんとします。 3. あまいおやつは自分からやめたいです。 4. おやつのはあとよはをみがきます。 5. すきらいなくなんでもたべます。 6. 自分の歯は、自分でしらべます。 7. おしぼやめるといはいがあらならすくをおします。 8. おはさまのももてからだをきたえ、しょうふなをつります。 	<p>①ごうはんのあとあそびはな らではをみがく。 ②ていねいにはをみがく ③あけつちをすくらすく たべたいし。</p>		
学校	相談したこと	歯科校医さんより	歯の 状態
1 年 秋	<p>歯の健康について かみそりや歯のケアについて 相談しました。</p> <p>歯の健康について かみそりや歯のケアについて 相談しました。</p>	<p>歯の健康について かみそりや歯のケアについて 相談しました。</p> <p>歯の健康について かみそりや歯のケアについて 相談しました。</p>	<p>歯の健康について かみそりや歯のケアについて 相談しました。</p> <p>歯の健康について かみそりや歯のケアについて 相談しました。</p>
2 年 秋			
3 年 秋			

はみがき名人になろう

①歯くそまったところを必ずえんぴつでゆってみましょう。
②歯ついたことを書きましょう。

年	月	日	歯の健康について かみそりや歯のケアについて 相談しました。	歯の健康について かみそりや歯のケアについて 相談しました。	歯の健康について かみそりや歯のケアについて 相談しました。	歯の健康について かみそりや歯のケアについて 相談しました。
1 年						歯ついたこと 下の歯の健康 かみそりや歯の ケアについて 相談しました。
2 年						歯ついたこと
3 年						歯ついたこと

お口のカルテ
(口腔内写真)



2年 月 日

気づいたこと

3年 月 日

気づいたこと

4 ページ目

はみがき探検
(歯の健康相談)

下記項目に○印を入れてください

項目	質問事項	回答	歯についての相談事項	
1年	歯の表面	磨いている	磨いている	
	歯の裏側	見えにくい所	きれい	汚れている
	舌	おし歯は	ない	気になる歯がある
	歯	水がしみると痛い歯	ない	ある
	歯	治療した歯	つまっている	とれている
	下の歯が上の歯より出ているか	いる	いない	顎の骨が伸びている
	ごぼごぼしてないか	いる	いない	
	新しい歯のじゃましている歯がある	ある	ない	
	歯肉が赤く腫れてないか	いる	いない	
	歯をみがくと歯がでないか	ある	でない	
2年	歯の表面	磨いている	磨いている	
	歯の裏側	見えにくい所	きれい	汚れている
	舌	おし歯は	ない	気になる歯がある
	歯	水がしみると痛い歯	ない	ある
	歯	治療した歯	つまっている	とれている
	下の歯が上の歯より出ているか	いる	いない	顎の骨が伸びている
	ごぼごぼしてないか	いる	いない	
	新しい歯のじゃましている歯がある	ある	ない	
	歯肉が赤く腫れてないか	いる	いない	
	歯をみがくと歯がでないか	ある	でない	
3年	歯の表面	磨いている	磨いている	
	歯の裏側	見えにくい所	きれい	汚れている
	舌	おし歯は	ない	気になる歯がある
	歯	水がしみると痛い歯	ない	ある
	歯	治療した歯	つまっている	とれている
	下の歯が上の歯より出ているか	いる	いない	顎の骨が伸びている
	ごぼごぼしてないか	いる	いない	
	新しい歯のじゃましている歯がある	ある	ない	
	歯肉が赤く腫れてないか	いる	いない	
	歯をみがくと歯がでないか	ある	でない	

5 ページ目

(2) 「歯っぴー学習カード」の活用

上記の学習ノートとは別に、3年生では右のような「歯っぴー学習カード」を利用して、重点的な指導をしている。

3枚の口腔内写真（正面・上あご・下あご）から一人一人の歯の状態について学校歯科医より説明を記入していただき、それをもとに児童や保護者が感想や今後気をつけたいことなどを記入するようになっている。

3年生では、永久歯の生え替わりが進み、歯を守るための重要な時期と考え、特に手を入れた指導に当たっている。その結果、日頃は気づかない自分の歯の思いがけない汚れに気づいたり、歯並びの特徴に気づいてブラッシングをていねいにしたいと意欲を高めたりする様子が見られる。



っぴー学習カード
お口のカルテ

撮影日 2002/12/17

3年 | 部 氏名

口腔内写真を見て

1. 気づいたこと・おどろいたことなど

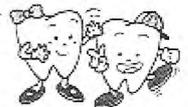
前歯が意外にきれいでおどろいた。歯の内側が汚れている。歯の色が少し黄ばんでいたり、歯の裏側が汚れている。歯の裏側が汚れている。歯の裏側が汚れている。

2. 歯の健康を守るにはどうしたらいいのかな（ブラッシング、歯べ物、治療など）

歯を磨く時、歯の裏側も磨く。歯の裏側も磨く。歯の裏側も磨く。歯の裏側も磨く。歯の裏側も磨く。

3. お家の方より

歯の健康を守るにはどうしたらいいのかな。歯の健康を守るにはどうしたらいいのかな。歯の健康を守るにはどうしたらいいのかな。



2 いのちの尊さを学ぶ 「命の学習」

[1] 基本方針

本校では健康教育のなかでも、特に性教育や薬物乱用防止教育に関して「命の学習指導計画」として取り出して計画し、生活科や理科・道徳などを中心とした教科等の学習や総合学習や特別学習などと関連づけながら行っている。

自分たちの体の誕生や成長、性に関することやエイズ・薬物乱用の問題等現代的な課題などにも取り組んでいる。そのなかで、命の尊さや健康を守ることの大切さを学び、生涯にわたって自他の生命を尊重しながらよりよく生きる意欲を育てたいと願っている。

[2] 最近の取り組み事例から

(1) 6年生「エイズと闘うライアン君」

道徳と学級活動、体育（保健）の各指導内容を組み合わせて実施。エイズに関する正しい知識を学ぶなかで、予防する能力や態度を育てると共に、生命の尊重や課題に立ち向かう自己決定能力の向上などもねらって実施した。



(養護教諭がゲストティーチャーとして授業に参加)

(2) 4年生総合「バンビの会との交流」

総合学習で「地域の人々との交流を深めよう」のテーマに取り組んでいる4年生が、市の子育てミニ集会「バンビの会」（幼児の会）との交流を行っている。小さな子どもたちに喜んでもらう活動を通して、自分たちも家族の愛情に育まれてきたことや子育てにあたっている親の気持ちなどにも気づけることをねらっている。また、その発展として身近な福祉の問題等への取り組みも考えている。



(乳幼児と遊ぶ4年生)

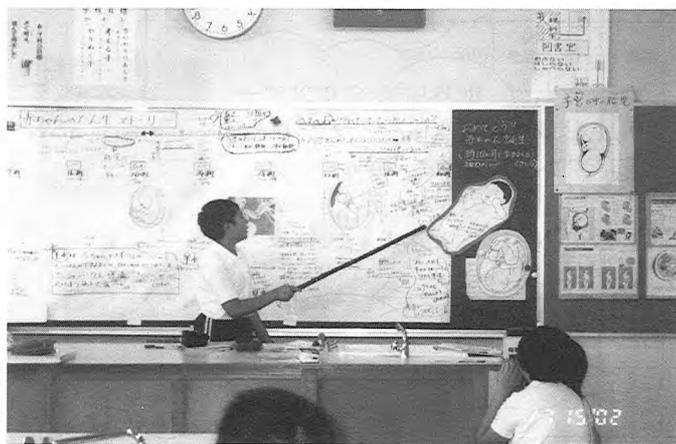
(3) その他



1年生生活科
「初めてのプレゼント」



2年生生活科
「ぼく・わたしのたんじょう」



5年生理科
「生命の発生と誕生」



4年生国語
「体を守るしくみ」

3 食の楽しみやあり方を通して健康について学ぶ「パクパク学習」

[1] 基本方針

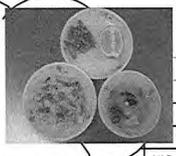
本校は、自校方式の給食の長所をできるだけ生かして、児童が食の楽しみやあり方に関心を持ち、「食」の健康における大切さに気づいていけるよう給食指導年間計画に基づいて指導している。

日本や世界の「味めぐりツアー」や「郷土食」など工夫したメニューや児童の希望献立を生かした「セレクト給食」や「バイキング給食」などで、食の楽しみや様々な食材や料理に関心を育てたりしたいと考えている。また、歯の健康指導と結びつけた「カミカミメニュー」で歯を守る食事の工夫について学んだり、栄養士と養護教諭がTTで授業を行ったりしている。

毎日の昼の放送や給食だよりでその日のメニューについての様々な情報を発信したり、「学童期食体験教室」で実際の調理をして学ぶ場なども大切にしている。

パクパク 学習

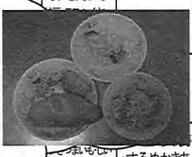
カミカミメニュー
 するめごはん
 いんげんのごまあえ
 どさんこ子汁



日本味めぐりツアー
 新潟県 ごはん
 きりざい のっぴい汁
 さけの焼きづけ
 ささだんご



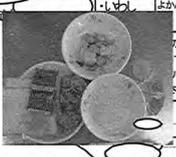
世界味めぐりツアー
 フランス パン
 メルルーサのエスカバージュ
 アップルソースサラダ



世界味めぐりツアー
 韓国
 ビビンバ トック
 韓国のり



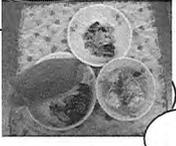
バイキング給食
 食パン ジャム
 フルーツサラダ
 コーンポターージュ ゼリー



郷土食
 五平もち わかさぎ
 寒天 すいとん



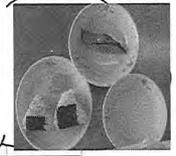
親子給食試食会
 ミルクパン
 ツナサラダ 元気レバー
 豆腐団子入りきのこスープ



卒業祝セレクト給食



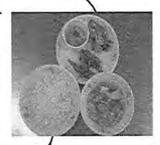
昔の給食
 おにぎり 脂粉乳
 たくあん しおざけ



世界味めぐりツアー
 ベルギー ピストレ
 カルボナーラ ワッフル
 ベルギーフリッツ



日本味めぐりツアー
 茨城県 ごはん
 わかさぎの青梅煮
 なつとう けんちん汁



世界味めぐりツアー
 イタリア ねじりパン
 タラのバジルソース
 ニョッキのクリームあえ
 白インゲン豆マトスープ

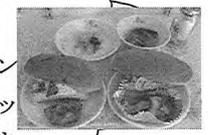


青空給食
 ピザドック ゼリー
 インド風ポテトサラダ



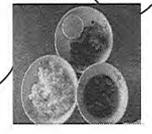
クリスマスセレクト

サンタランチ トナカイラン
 ローストチキン キングクリッ
 ストロベリーケーキ チョコケーキ



寒の土用

麦ご飯 沢煮
 うなぎのかばやき
 きのこのごまびたし

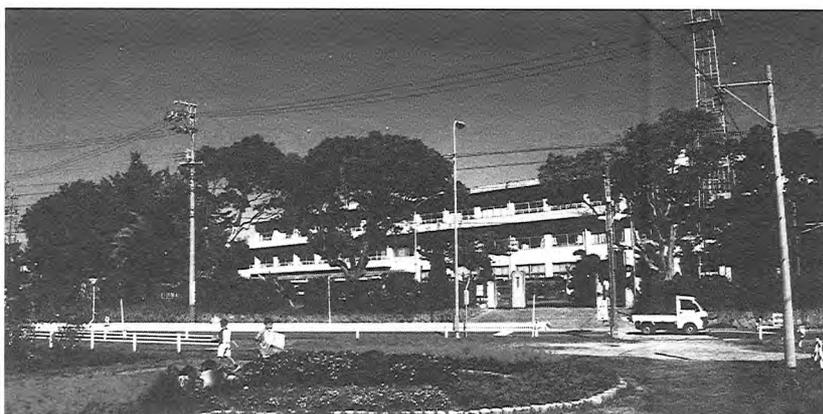
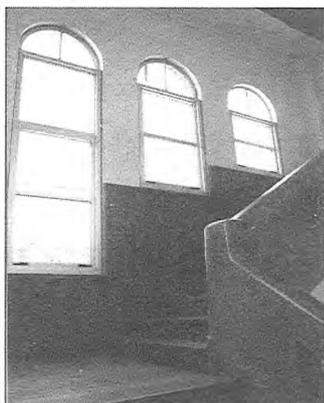


月	日	給食の日(9の×日)	給食の日(9の×日)	地域食材 &郷土食	図書委員会			給食委員	学習内容(パクパク学習)
					セク外	本と料理	リクエスト		
8	おやぶ	8	世界・日本めぐり	ベルギー					昔の給食
9		9	世界味めぐりツアー	フランス	静岡県				世界味めぐりツアー
10		10	世界味めぐりツアー	アメリカ	宮城県				世界味めぐりツアー
11	お魚の楽	11	世界味めぐりツアー	韓国	高知県				世界味めぐりツアー
12	好き嫌	2	バイキング給食	新潟県	栃木県				青空給食
12		2	バイキング給食	新潟県	埼玉県				青空給食
12		2	バイキング給食	新潟県	埼玉県				青空給食

人とかかわる力を育む健康教育の推進 ～すこやかな心身をもち、人とのふれあいを楽しむ子～

愛知県知多郡武豊町立富貴小学校

1 学校紹介



愛知県の知多半島の南東部に位置し、古くから富貴村として農業と海運業で発展してきたこの地区は、昭和29年に近隣の村と合併し、武豊町富貴地区となった。

本校の開校は、明治6年。古くは、明和年間からの寺子屋が前身としてある。昭和4年に地域住民の寄付で建てられた旧校舎は、鉄筋コンクリート造りで、丸窓、白い漆喰の壁、黒光りする廊下を持ち、地域の誇りとなっていた。平成14年8月、旧校舎は取り壊され、新校舎が建設されたが、学校に対する地域の人々の想いは変わらず深く、協力的である。

平成17年には中部国際空港が開港され、近隣の開発が進んだことにより、学級数が増加し16学級となった。現在の児童数は486名。世帯数は348で、ほとんどの家庭が両親とも仕事を持ち、核家族は、60パーセントを占める。作業を意欲的に行い、人なつっこく活発な児童が多い。

2 学校経営方針と健康教育

1) 学校教育目標の中の「健康」

本校の教育目標

豊かな人間性と生涯にわたって自ら学び自ら考える態度や習慣を養い、社会の発展に尽くす児童を育成する。

本校の教育目標の「豊かな人間性」は、さまざまな人や事物とかかわることで感性を磨き、自己をのびのびと表現する児童の姿をうたっている。

このような児童を育成するため、本校では、すこやかな心の育成に力点を置いて指導を行っている。この「すこやかな心」は、体の健康が基本にあって育まれるものであり、日々のよい生活習慣の積み重ねが重要であると考えている。

また、児童が心身ともにすこやかであれば、自己効力感をもって意欲的に学習に向かい、主体的に行動でき、「自ら学び自ら考える態度や習慣」が育まれる。つまり、よりよい学習活動を支える基盤は、心身の健康にかかっている。

そこで、児童が、自分の健康を意識し、主体的に健康な生活をするとともに、生涯を通じて健康に生きる資質を育むことができるよう、健康教育を進めている。

2) 教育計画の中の健康教育

第一に大切にしたいことは、児童の基本的な生活習慣を定着していくことである。このことは、担任や養護教諭の指導だけでなく、家庭との連携が不可欠であり、時には、地域をも含め、学校、家庭、地域の三者で指導を行い、よりよい生活習慣の定着を図っていかなければならない。

その基盤の上に、道徳や学級活動などで自他を尊重する心を育て、集会活動や教科、総合的な学習などを通してさまざまな人や事物とのかかわり方を学ばせ、心身ともに健康で意欲的な学習集団を育てていくようにする。

このため、次のように研究の仮説を設けて研究に取り組んだ。

研究の仮説

- (1) 学校と家庭において健康的に生活する視点から自分の生活を振りかえる習慣をつければ、健康に関心を持ち、生涯にわたるよりよい生活習慣づくりの基盤を育むことができるであろう。
- (2) いのちの大切さや心のありようについて考える授業や集会活動をくり返し行えば、自他を尊重する心を育てることができるであろう。
- (3) さまざまな人とのかかわる体験活動を、児童が主体的に計画・運営する機会をもてば、進んで人とのかかわり、集団として高め合いながら、ともに楽しむ児童に育つであろう。

3 健康教育を進める3つの視点

1) すこやかな心身を育む活動

① 思いを語り合う 学校保健委員会

学校保健年間計画を具体化していくために、児童と保護者、教職員、学校三師が共に話し合い、方向性を見出し決定していく場として学校保健委員会を位置づけている。ここで大切にしていることは、日常の児童の生活状態や育ちを見つめ、その実態に合ったテーマを設定することである。そして、学級や委員会、児童会活動、家庭、地域での具体的な取り組みへとつなげている。保護者もアンケートの集計を全て受け持ち、その考察から提案をするなど、積極的な参加となった。

14年度の大テーマ		基本的生活習慣を見直そう	
15年度の大テーマ		基本的生活習慣を見直そう パートⅡ — わが家の健康づくり「10年後の自分をつくろう」—	
議 題	主な出席者	所要時間	主な成果
「日常生活での体力作りを考えよう」 (7月)	5・6年生、全職員、保護者、PTA役員と保健部、学校医、学校薬剤師、学校栄養職員、体操クラブコーチ(講師)	1時間	運動能力テストの結果をもとに、日常から目標をもって生活することの必要性に気づくことができた。そして、個人のすこやか目標の中で、体力づくりを目標とし、年間を通じて実践することができた。また、朝放課や大放課には、全校児童が校庭に出て遊ぶ姿が毎日見られるようになった。
「食品・食材を選ぶ力を持とう」 (10月)	4・5・6年生、全職員、保護者、PTA役員と保健部、学校医、学校歯科医、学校薬剤師、学校栄養職員、農業試験所職員	1時間	児童にとっては、体によい食品・食材を選ぶことの重要性を確認することができ、保護者にとっては、他の家庭の様子を知り、自分の家庭生活を再確認し、改善していく機会となった。
「休日の過ごし方を考えよう」 (2月)	4・5・6年生学級代表、全職員、PTA役員と保健部	1時間	ディベート形式で立場をはっきりさせて話し合ったため、児童も保護者も生活のリズムを崩さずに生活することがなぜ大切であるのかということ、深く考えることができた。そして、増加していた月曜日の欠席が減少し、体調の悪さを訴える児童も少なくなった。
16年度の大テーマ		生きる源、家庭の和としての「食」を考えよう	
議 題	主な出席者	所要時間	主な成果
「食についての考えを伝え合おう」 (6月)	4・5・6年生学級代表、児童会役員、全職員、PTA役員と保健部・学年委員	1時間	保健室を利用する児童の傾向から、自己効力感を高めていくことと、基本的生活習慣の確立とは相関関係にあることや「食」についての主体的な学習を学校と家庭とで進めていくことの重要性を再確認した。
「活動の源である朝食を考えよう」 (12月)	4・5・6年生学級代表、児童会役員、全職員、PTA役員と保健部・学年委員	1時間	実態調査をもとに学級で話し合った後、朝食には「パンかご飯か」のディベートを行った。そして、児童、保護者、教師とが朝食について新たに深まりのある話し合いをすることができた。
「親から子に伝えよう。わが家の味」 (2月)	全職員、PTA役員と保健部、保護者	1時間	保護者の希望で、「食」についての講演会を行った。その中で、保護者も「おすすめレシピ」を発表したり、給食の献立についての認識を深めたりすることができた。

② 自己改善をめざす すこやかカード

児童が自ら生活を改善していくために毎月、第1週目に行う生活点検カード（すこやかカード）を活用した。保護者に励ましの言葉をもらい、家庭における意識化を図ったものをファイリングしている。また、毎月の児童の記録は、データ化しており、向上のための手だてを考えたり、家庭への啓発をしたりしている。取り組みを始める前と現在を比較すると、どの項目も向上しており、特に朝食、起床・就寝時刻に学校と家庭とが一体となって支援した成果が見られる。

さらに、単なる基本的生活習慣についての点検活動だけであった内容に、「自分の良さ」や「将来の夢」「自分向上プロジェクト」などの自分の内面と向き合う内容を加え、「自分を知るカード」として活用してきた。保護者もカードを通じて、子どもの心の成長を知ることができ、子どもへの理解を深めるようになった。

③ 心通う ピカピチ教室

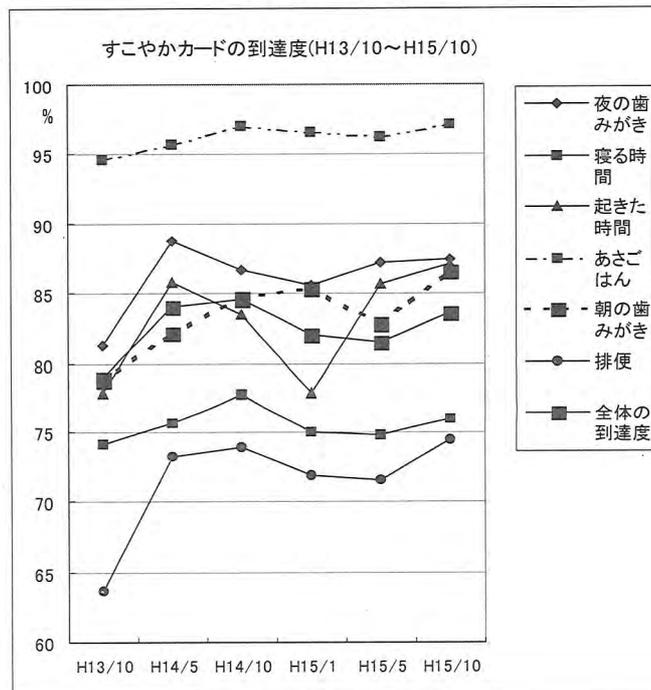
「食べたら磨く」を合い言葉に行っている歯みがき指導は、給食後、音楽に合わせて行う全校一斉磨きと養護教諭による保健室における個別指導「ピカピチ教室」を全児童に行っている。現在では、児童自身が自分の歯並びに合わせて磨いたり、口腔内の観察をしたりできるようになった。

さらに、「ピカピチ教室」を通学班で行うことで、年齢によって変化する口腔内の様子を互いに知る機会となり、思いやる気持ちが育っている。そして、全校児童と養護教諭が密接にかかわることで、信頼関係を高め心や行動の問題、家庭内の問題も早期に発見し臨機に全職員で役割を考慮して対応する体制が整ってきた。

④ 心と体を支える 食

「豊かな食」を家庭の中に習慣づけていくことは、児童のすこやかな心身の育成を目指す上で重要なことである。家庭を巻き込んだ食意識の改善を図りながら、児童の「食」に対する感覚を高める指導を行った。

〈すこやかカードの到達度〉



〈ピカピチ教室〉



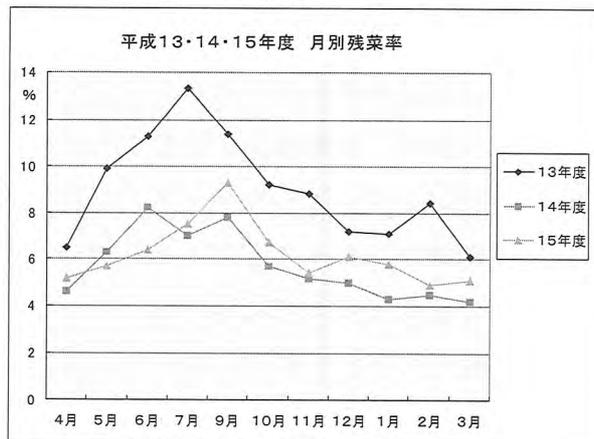
ア 日常の給食指導

5、6年生を対象とした食生活診断調査をもとに、朝食を毎日摂ること、内容のあるものをしっかり食べることを各学級へ広めた。その後、学校栄養職員による給食指導を全学級で取り入れ、日常の給食指導の充実を図った。また、PTA保健部が一年生の保護者を対象とした給食センターでの試食会・研修会を毎年行っている。

イ 主体的に学ぶ「食」

16年度は、全学年で、総合的な学習の時間に食についての取り組みを下記のような内容で行った。PTA保健部が全校保護者に実施した「食」についての実態調査では、保護者の「食」への意識は向上したものの極端な考え方の家庭もあり、児童の食の取り組みを通じて、意識がさらに高まることを目指している。

〈給食の残菜量の変化〉



〈豚汁作りに挑戦する3年生〉



〈全校で取り組む「食」の総合的な学習〉

1年	牛乳博士になろう	3年	おやつ大研究	5年	大根の達人になろう
2年	やさいのいいところみつけ	4年	日本一のカレーを作ろう	6年	めざせ！ 200歳

⑤ 主体的に行う 体力づくり

本校では、児童会活動としてペアグループ遊びやなわとび大会などの活動を以前から行っており、外で遊ぶことの好きな児童が多く見られた。そこで、この児童の自発性を大切にした、「日常での体力づくり」を推進してきた。校庭に一輪車と竹馬のコーナーを設置し、放課には自由に活用できるように体育委員会が運営している。

寒い時期のマラソン運動となわとび運動は、個人カードを持ち、自分のペースで目標をもって行うことを大切にしている。6つのジャンピングボードは、いつも多くの児童が競って練習し、帰宅後や休みの日にも練習する児童の姿が見られるなど、自主的に継続して行う力が育っている。

2) 自他を尊重する心を育む活動

① 体験を大切にした いのちの教育

武豊町のエイズ教育で取り組んだ「いのちの教育」を基盤として、本校では、家族に参加し

てもらう「性」の授業を低学年から行ったり、助産師による「いのちの話」や「生命誕生に関する体験活動」を高学年児童を対象に行ったりしてきた。また、近くに特別養護老人施設「福寿園」があることから、お年寄りとの交流も歴史があり、どんな人とも、どの年齢の人とも、共に生きる精神を培ってきた。その上に、総合的な学習で地域の人に思いやりの心を届ける「ちょこっとボランティア」を実践してきた。町内に住む一人暮らしのお年寄りの家庭を訪問したり、保育園を尋ねたりして、相手の立場に立って共に楽しむことから、相手を思いやる心が育っている。

〈お年寄りと将棋を楽しむ児童〉



② 親子で育む 花壇作業

花の種まき・仮植・定植・花壇の耕作などの作業を全児童、全世帯がかかわって毎年行っている。この活動への保護者の意識は高く、各学年8割以上の参加がある。そのため児童もこの作業を楽しみにしており、草取りや水かけの世話も進んで行う児童が多い。夏休み中も、高学年の児童と保護者で水かけと草取りが行われ、秋には、春花壇に向けての作業が行われる。こうした活動を年間を通して行うことで、誰もが花壇やその周りの植物を大切にする心が育まれている。

〈2年親子花壇作業〉



3) 人とのふれあいを楽しみ、高め合う態度を育む活動

① 社会性を高める すこやか集会

人とのふれあいや、健康について考える場として「すこやか集会」を位置づけ、児童が企画運営して取り組んでいる。年度初めの会では、学級・学年の枠を越えた友達とのふれあいやかかわりを、より深めようとする心を持つことを目標として、全ペアグループの写真を紹介したり、児童会テーマソングを決めて歌ったりした。一人一人を大切にしながら「いい仲間づくり」をしていこうという気持ちを全校で高め合うことができた。

〈人とつながろう、風船遊び〉



2学期には、それぞれの委員会から「健康」について考え、発信し合う「健康フェスティバル」を行った。

学期末には、すこやか目標の達成状況を報告し合う会を行った。どの学級もすこやか目標に向かって努力できた結果得られた自己効力感を発表することができた。特に、高学年の発表からは、自分たちの生活が地域の人びとの支えによって成り立っているということを理解し、今後は自分たちもその一人となって、生活をよりよいものにしていこうとする意欲を高めたこと

がわかった。

第1回	テーマ：感じ合おう「友達っていいな」 ①全児童ペアグループ写真の紹介 ②考えよう友達づきあい「あなたならどうする」 ③誕生日ごとの集合ゲーム、キーワード当てゲーム ④児童会テーマソング「友達になるために」
第2回	テーマ：すこやかな心と態度を身につけよう「健康フェスティバル」 お年寄り体験をしよう（JRC委員会） 手話クイズ（図書委員会） 買い物競争（給食委員会） 種当てクイズ（栽培委員会）脳を使って遊ぼう（保健委員会）ウサギとふれ合おう（飼育委員会）など

② 日常での交流と表現の場である 児童集会

毎月1回、木曜日に行われている児童集会は、児童の主体性に基づく、自由な表現と交流の場として様々な活動が行われている。主に委員会での発表が多かったが、学級や有志での自発的な参加も行われるようになった。

〈15年度行われた児童集会〉

月	発表内容	担当	月	発表内容	担当
4	新しい先生の紹介	総務	10	大玉送り	体育
5	給食集会	給食	11	意見発表会	6年生
6	広報委員会の活動	広報		読み聞かせ会	図書
	リサイクルクイズ	美化	12	リコーダー演奏会	3・5・6年
9	校庭の植物クイズ	栽培	1	ミニコンサート	器楽クラブ
	1円玉募金のPR	JRC		2	放送・飼育クイズ

〈ともに遊ぶ2年、4年ペア〉



③ ふれあいを深める ペアグループ活動

学年の枠を越えた友達とのふれあいやかかわりを深める場として、本校では、5年前から異学年でペア学級を組み、ペア遊び、ペア給食、集会活動でのペア活動などを行ってきた。今ではその活動も児童の中に定着しており、放課には同学年の仲のよい子と遊ぶだけでなく、異学年同士で誘い合って遊ぶ姿がよく見られる。異学年の友達と交流することにより、新たな人間関係が確立され、下級生に対する思いやりの心や集団生活のルールを守ろうとする社会性が育ってきた。

④ 人のかかわりを学ぶ「遊び」をテーマにした 総合的な学習

年齢に応じた心の成長と社会性の獲得を念頭に置いて、6年間の行動目標を決め、「遊び」の単元の活動を行った。回を重ねるごとに、気付く、計画・実践し、提案することができるようになり、相手のために思いを巡らせることへの喜びと満足感を持つようになり、自己効力感を高め、よりよい活動が行われた。そして、全学年が主体性を高め、自分たちの活動を異学年の友達や地域社会へと広げていくことができた。

地域に根ざした健康教育の推進

滋賀県近江八幡市立武佐小学校

1 学校紹介

近江八幡市は、滋賀県のほぼ中央部に位置し、本学区は、中仙道の「武佐宿」があった所にあり、まわりは田園地帯である。

本校児童は229名、10学級である。児童は、明るく人懐っこく、素朴である。保護者は、学校への期待を強く持たれている。



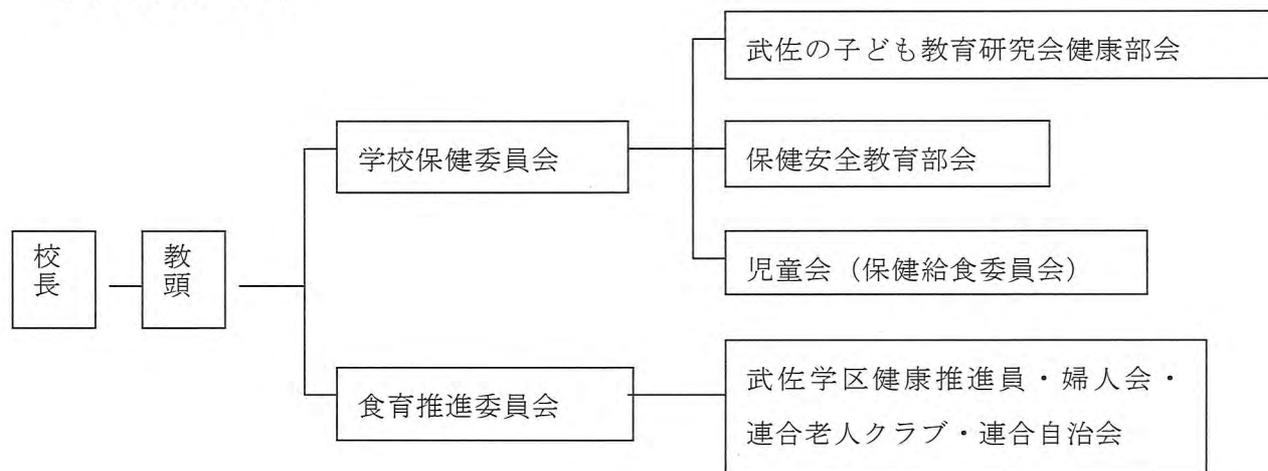
2 学校教育目標と健康教育

本校では『豊かな心を持ち、たくましく生きる力を備え、ふるさとに誇りをもつ武佐っ子の育成』を学校教育目標とし、「むずかしいこともあきらめず」「さいごまでやりとげる」「つよくやさしい心をもった」「子どもになろう」の頭文字をつなげて「武佐っ子」とし、めざす子ども像を掲げている。

健康教育について、本校の児童や地域の実態から、また、学校経営の面から、その基盤となるものと位置づけ健康教育に力を入れて取組んできた。そのために、保護者や地域にも積極的にはたらきかける取組を行ってきた。

平成16年度からは「学校を中心とした食育推進事業」の文科省の指定を受け、「食育」について、全教科領域で取組んでいる。また、保護者・地域を巻き込んで啓発を行っている。

3 健康教育の推進体制

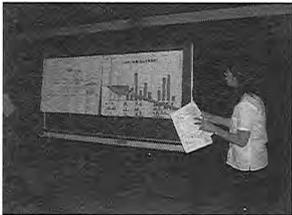


4 健康教育の取組

1) 学校保健委員会

○ 開催回数 年 4 回

○ 協議題等 (15年度)

議 題	主な出席者	所用時間	主な成果
<p>・新体力テストについて</p> <p>・健康診断の結果</p>	<p>学校医・学校歯科医・ 学校薬剤師・校長・教 頭・保健主事・養護教 諭・体育主任・栄養 士・給食主任・PTA役員</p>	60分	<p>子どもの健康診断の内容や体 力測定の結果を把握できた。 外部講師と連携して取組む保健 学習内容を協議できた。</p>
<p>・バランスよく食べる ことは、健康のもと</p>  	<p>保護者・民生委員・自 治会長・管理職・教職員</p>	60分	<p>食事の実態を知るとともに、朝 食の大切さと一日に必要な野菜 の摂取量が視覚的に理解でき た。</p>
<p>・インフルエンザと SARSの症状の違い と予防法</p> <p>・おやつなどの着色料 調べの結果</p>  	<p>校長・保健主事・養護 教諭・保護者・保健給 食委員会の児童</p>	60分	<p>インフルエンザと症状は似てい るが、SARSは、特効薬がなく 肺炎を併発する率が高い。手 洗いとうがいの励行の大切さが 理解できた。</p> <p>毛糸染めの実験から、着色料の 違い（天然・合成）、表示の見 方、選び方が理解できた。</p>
<p>・こどもの見方、とら え方</p>	<p>全教職員、保護者</p>	90分	<p>児童養護施設鹿深の子どもへの 関わりを通して、子どもへの接 し方や言葉がけについて学習で きた。</p>

2) 食育推進委員会

16・17年度は、武佐学区食育推進委員会を組織して、文部科学省指定の「学校を中心とした食

育推進事業」に取り組んでいる。

- ① 研究主題 「食の体験を積み重ね、よりよい食生活を実践する子どもの育成をめざして」
 ～家庭・地域と連携した取組みを通して～

② 実践（16年度）

実施時期	対象	内容	参加・協力・指導
6月	1年親子 6年親子 全児童、保護者	親子で給食 弁当作り（親子料理体験活動） アンケート調査「食生活について」	保護者・栄養士・養護教諭
7月	全保護者 2年 2年 1年	町・丁別懇 談会 栄養指導 「野菜」 野菜カレー とサラダ作り 栄養指導「食 べ物の名前を 覚えよう」	教員・全保護者 栄養士 健康推進員・保護者 栄養士
8月	教員 教員・健康推進員	食育研修会「アンケートをもとに食育の進め方」 食育推進先進校視察（滋賀県・愛知県）	大学教授
9月	2年	とまと料理を作ろう	保護者
10月	6年 4年親子 5年親子 1年 1年	栄養指導「一食分の食事」 琵琶湖の魚を使った料理（親子料理体験活動） 生活習慣病を予防しよう（親子料理体験活動） 栄養指導「おやつ」 さつまいものおやつ作り	栄養士 栄養士 栄養士・養護教諭 栄養士 婦人会
11月	4年 1年親子 4年	栄養指導 「おやつ」 さつまいもの おやつ リサイクル石けん作り	栄養士 栄養士 健康推進員・養護教諭
12月	5年 2年親子 全保護者	食肉の安全性と栄養・肉じゃが作り さつまいもとおにぎり（親子料理体験活動） 健康フォーラム（食育講演会）	食肉衛生検査所・栄養士 大学教授

1月	2年親子 6年 5年親子 6年	もちつき（親子料理体験活動）栄養指導「弁当作り」 お好み焼き （親子料理体験活動） 弁当作り		自治会栄養士 健康推進員
2月	3年 親子（申込者） 学区全世帯	 昔の食べ物を作ろう 親子料理教室 ポスター配布 「見直そう! あなたの食習慣」		婦人会・老人クラブ 栄養士・市健康推進課 大学教授・栄養士・養護教諭
3月	保護者 3年 3年親子	料理講習会 栄養指導 「昔のおやつ」 昔のおやつ づくり（親子料理体験活動）		地域人材 栄養士

5月には、第1回武佐学区食育推進委員会を開催し、地域の協力を呼びかけるとともに、取組体制の確立と実施計画案の承認を得、事業がスタートした。

各学年では、計画に基づき、食の学習や調理実習を行い、食習慣の育成と実践に努めてきた。これには地域の健康推進員、自治会、婦人会、老人クラブ等の協力を得、より多くのことを学び、実践に活かすことができた。また、各学年の親子体験活動でも食育を取上げ、家庭でも食環境の見直しが図れるよう実践に努めてきた。

その結果、子どもたちからは、「包丁を持つ体験をしてから、家でもするようになった。」「大豆の勉強の後、食べ物に関心を持つようになった。」「こんぶやかつおのだしっておいしい。」「自分たちで育てた野菜はやっぱりおいしい。」「野菜をがんばって食べている。」等の声が聞かれ、食全体に興味・関心が出てきている。

また、啓発活動としては、アンケートの実施や、ポスターの作成、食育の講演会、料理講習会、懇談会などを実施した。

今後は、これらの取組を継続・充実していく中で、課題の追求と地域への啓発に努め、地域に食の大切さが深く浸透していくように努力していきたいと考えている。



3) 武佐の子ども教育研究会健康部会

平成8年度に武佐の子ども教育研究会に健康部会が発足した。メンバーは、保育所の保健師、幼稚園の保健担当教諭、小学校・中学校の養護教諭、保健センターの保健師の5名で、学区の課題であるう歯の問題を地域ぐるみで取組むためにスタートした。

健康部会の歩み

年度	取組	武佐学区の文化祭参加の内容
平成8年度	健康部会の発足 保、幼、小で歯のアンケートを実施	
平成9年度	活動内容の決定 武佐学区の文化祭参加（啓発）	掲示の部…う歯の現状・お茶の効用 展示の部…おやつのお砂糖の量・塩分の量 かみかみおやつの配布
<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin: 10px auto; width: fit-content;"> <p>活 動 内 容</p> <ul style="list-style-type: none"> ◎ 武佐学区の文化祭を通じて、地域へう歯予防を啓発する。 ◎ お茶運動を推進する。 ◎ 5年ごとに歯のアンケートを実施する。 </div>		
平成10年度	お茶のPR 武佐学区の文化祭参加（啓発）	 <p>掲示の部…お茶を飲もう ステージ発表…クイズで遊ぼう 「あなたのからだ、大丈夫？」</p>
平成11年度	お茶のPR 武佐学区の文化祭参加（啓発）	試食・試飲コーナー…お茶の利用法 「お茶でいきいき生活を」
平成12年度	お茶のPR 武佐学区の文化祭参加（啓発）	実践・体験コーナー…おやつチェック、 運動チェックで体を見直そう
平成13年度	<p>第2回歯のアンケートを実施</p>  <p>お茶のPR 武佐学区の文化祭参加（啓発）</p>	<p>展示・掲示コーナー…おやつ正しい選び方 試供品の配布</p> <p>実践コーナー…RDテスト ステージ発表…健康〇×クイズ</p>
平成14年度	お茶のPR 武佐学区の文化祭参加（啓発）	<p>展示、掲示コーナー…おやつ正しい選び方 体験コーナー…正しい歯のみがき方 ステージ発表…健康〇×クイズ</p>

<p>平成15 年度</p>	<p>お茶のPR 武佐学区の文化祭参加（啓発）</p> 	<p>展示・掲示コーナー…たばこの害 ジュース等に浸けたかしわの骨 体験コーナー…豆つかみ、握力測定、マイクロス モーカーライザー、サリバスター 実験コーナー…にせジュースづくり ステージ発表…健康〇×クイズ</p>
<p>平成16 年度</p>	<p>お茶のPR 武佐学区の文化祭参加（啓発）</p>	<p>おやつ作りコーナー…大豆できなこ団子 掲示コーナー…大豆のパワーを知ろう バランスの取れた食事について考えよう</p>

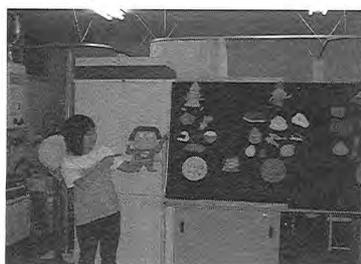
歯のアンケートは、当初の計画通り平成8年度と13年度に実施し、継続した取組の成果と課題を確認してきた。う歯保有者率や1人当たりのう歯本数は年々減少し、結果が見えてきている。また、歯みがきについて、その回数が増えたり、学校で給食後みがく割合が増えたり、一緒に歯みがきをする親の割合も増えてきた。

さらに、お茶運動の成果としては、夏の間、100%に近い家庭でお茶が用意され、お茶をよく飲むようになったという親の声も多く聞くようになった。このように、親の意識の変容が少しずつではあるが見えてきている。

地域の文化祭に参加し、啓発を図ることによって、たくさんの人々と直接触れあえ、健康推進のよい機会となっている。

4) 体重測定のための養護教諭による保健指導

本校では、各学級年間3～4回体重測定の後保健指導を実施している。子どもの体や生活上の問題を、科学的に考え、自分の体や生活を見直し改善していけるように働きかけている。



子ども達はこの保健指導を楽しみにし、その時使った教材にも非常に強い興味を示している。指導後の感想や子どもの反応をとらえ、より実態に合った指導ができるよう努めていきたい。

また、学校保健委員会等で紹介すると、学校で科学的に色々と教えてもらえるのでありがたいと、保護者にも好評である。

5) 性教育の充実

本校では、性教育にも積極的に取組み、7年度に児童の実態をもとにして、新しくカリキュラムを作成した。手作り教材等も積極的に作成しながら、実践を進め、2月には性教育の授業参観と性教



育の講演会を行った。

それ以後、継続した実践を積み重ね、13年度からは6年生対象に、助産師を迎えて「生命誕生の神秘」の授業支援をお願いし、本校の性教育がより一層充実したものになってきている。

取組の評価として、毎年実践記録集も作成し、16年度ですでに第10号となった。子ども達は前向きに性の授業をとらえ、自分を大切にし、自分らしく生きていくことの大事さを実感してきている。

また、保護者も授業参観や講演会を楽しみにし、家庭での会話の橋渡しになっている。今後も、さらに実践を深めていきたいと考えている。

5 成果と課題

本校では、地域を巻き込んだ取組や保、幼、小、中の連携した健康教育を実施してきた。そのため、健康にかかる課題が徐々に地域のものになり、学校・家庭・地域が一体となって、子どもを育てていこうとする意識が芽生えてきている。

今後は、こうした活動を継続していきながら、健康教育の一層の充実を図っていきたい。



鹿児島県出水郡東町立伊唐小学校

伊唐は、伊唐島・小伊唐島・鍋戸島・目吹島の四島からなり、東に不知火海、遠くは出水（鹿児島）・水俣（熊本）を望み風光明媚な小島である。

平成8年に伊唐大橋が開通し、長島本島と自動車での往来が可能になった。島の生活は便利になると共に、経済的にも安定してきた。

伊唐で唯一の学校である小学校は、校区民の関心も高く、協力的である。

学校教育目標

生涯学習の基盤となる基礎的・基本的な資質や能力を主体的にみがく、人間性豊かな子どもの育成

児童数

(平成17年度)

1年	4名
2年	2名
3年	1名
4年	0名
5年	5名
6年	4名
合計	16名
職員	7名

伊唐小のめざす子ども像

やさしく



がしこく



たくましく



- ・体験活動の拡大
- ・生徒指導の充実
- ・指導体制の確立
- ・ふれあい授業参観
- ・朝のボランティア活動
- ・老人ホーム訪問

- ・授業の充実
- ・研修の充実
- ・読書指導の充実
- ・情報機器の利用
- ・全学年漢字プリント
- ・暗唱の取り組み

- ・保健指導の充実
- ・体育指導の充実
- ・安全指導の徹底
- ・歯と口の健康づくり
- ・うずまき運動
- ・全校給食

1 伊唐小学校と健康教育について

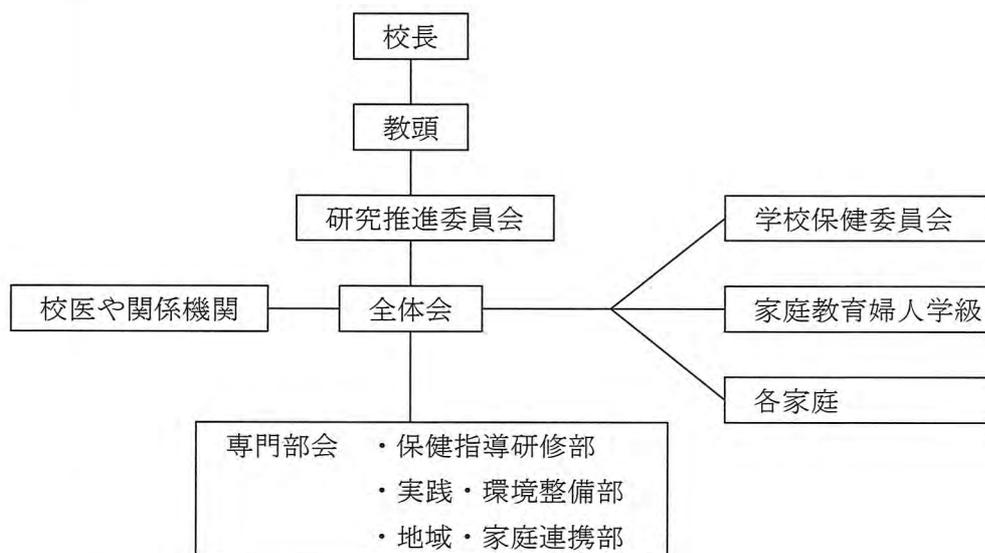
1) 学校経営方針と健康教育

- ① 本校の教育目標は、「生涯学習の基盤となる基礎的・基本的な資質や能力を主体的に磨く、人間性豊かな子」である。「歯・口の健康」は、全身の健康に密接に関連しており、自らの健康に目を向け、主体的に課題解決に取り組む児童を育成することに大きな位置を占めている。さらに、「歯・口の健康」の課題解決の過程で友達と一緒に活動したり、教え合い・励まし合ったりするなど、共に高まろうとする児童を育成することができる。
- ② 総合的な学習の時間、学級活動や健康タイム（業間）の中では、児童自らが生涯にわたる健康増進のための健康課題を見つけ、課題解決を図り、積極的に健康づくりに取り組めるような能力や態度を育成している。
- ③ 総合的な学習の時間では、自ら課題を見つけ、試行錯誤しながら自力で解決していく課題解決型の学習を基本にT T・G Tの活用等で授業の改善を図ったり、地域の実態や体験活動から課題を見つけたりすることにより、知識・体験、心情的な面のバランスのとれた健康教育をめざしている。また、学級活動や健康タイムでは、事前に具体的な指導計画と資料を提示し、より正しい知識を正確に伝えられるように、全職員で打ち合わせと確認を行っている。

2) 学校保健（安全）計画

- ① 2年間で1サイクルとした年間指導計画を作成し、計画的系統的な指導を実践し、幅広く学習を展開している。また、低・中・高学年という発達段階だけでは解決できない個の実態や個人的な課題にも配慮している。（資料として添付）

3) 健康教育の推進体制



- ① 学校保健委員会を中心に、家庭・地域との関連を図ることによって家庭や地域において健康づくりについての興味・関心が高まり、家庭における実践活動が意欲的に行われている。また、各種通信を発行し、保護者が単に、学校での児童の様子を知るだけでなく、家庭での健康について啓発を効果的に行えるよう紙面の内容や双方向的な伝達等を工夫している。

4) 学校保健委員会

- ① 開催回数 年 3 回
 ② 協議題等

議題	主な出席者	所要時間	主な成果
健康診断結果報告 運動能力テスト結果 年間活動内容など	保護者 職員	30分	「家庭・地域で取り組む歯・口の健康づくり」のテーマ決定 主な活動内容の決定
薬物乱用防止教育について	保護者 職員	60分	ビデオ視聴とたばこの害についての実験を通じた、各家庭薬物を身近な事としてのとらえ方
不審者侵入時における対応について	保護者・職員 婦人会・老人会 駐在所の方	60分	児童の安全を学校・家庭・地域全体で考える場としての機能の確認と三者合同による具体的実践

5) 学校医、学校歯科医、学校薬剤師の活動状況

		主な活動内容
学 校 医	内科	内科検診、予防接種 等
	眼科	眼科検診
	耳鼻科	耳鼻科検診
学校歯科医		歯科検診、歯科衛生指導、歯型作成 等
学校薬剤師		水質検査、薬品使用についての指導助言 等

6) 学校保健委員会・関係機関との連携による成果と課題

- 一人一人の実態を踏まえた、より実践的で具体的な話し合いがなされた。
- 学校保健委員会を通して、保護者の児童の健康についての理解がより深まるとともに、家庭での健康な生活について考える良い機会となった。
- 地域と一体となった児童の安全確保の具体策が確認された。
- △児童保健委員会とPTA組織とのより一層の連携を図り、学校保健委員会の充実と自発的な活動を促す手立てを講じていきたい。
- △地域ぐるみの歯科保健活動を充実させるために、学校医、学校歯科医、学校薬剤師と連携を深め、学校、家庭、地域が一体となった取組を発展させていきたい。

2 特徴的な活動

- みつめよう 自分の健康 育てよう 元気なからだ
～ 歯・口の健康づくりを通して ～

1) 児童の実態から

本校では、年2回の歯科検診をはじめ、歯科衛生士による歯科指導、養護教諭による個別ブラッシング指導、担任による毎日の歯みがきの見届けなど、積極的に「歯・口の健康」についての指導を行ってきている。そのため、歯みがきの際のみがき方に気をつけたり、夜の歯みがきを進んで行ったりするなど児童の歯と口に対する関心は高まってきている。しかし、治療勧告を出してもなかなか歯の治療に行かない。休みの日の歯みがきが不十分であるなどの実態もある。児童・保護者とも「歯・口の健康づくり」に対する意識は高まり、知識も豊富になってきたが、習慣化されるまでには至っていないというのが現状である。

これらのことから、「歯・口の健康づくり」を今後とも継続的に行い、長期的視野に立って、主体的に取り組む意欲や態度などを育てていく必要があると考える。また保護者・地域も含めての意識高揚を促し、理解や協力を求めていくことも重要である。

2) 取組の概要

① 指導の工夫・改善

- 課題解決型の学習を基本としたTT、GTの活用による授業の改善
- 総合的な学習の時間における「健康」をテーマとした取り組みと、学習で得た知識を実生活に生かす工夫の指導
- 学年別指導計画（A・B年度）の作成
- 業間の健康タイム（全校一斉保健指導）と学級活動（事前・事後指導、訓練）との関連づけ

② 児童会による積極的な取組

- 歯みがきタイムの充実（4つのポイント）
 - ・児童会作成の音楽に合わせて楽しく
 - ・手鏡・砂時計を見てしっかりと
 - ・正しい歯みがきの仕方を見ながら
 - ・「最後はしっかりチェック」

歯みがきの歌 伊唐小学校児童会 作詞
今日も歯みがきハムちゃん 歯みがきをしていました 友達みんなそろったら 三分歯みがき始めよう 朝に歯みがき 昼に歯みがき 夜に歯みがき 家族で歯みがき 歯みがき歯みがき歯みがき歯みがき 楽しい歯みがき
今日もホジホジ ミュータンス おくまでみがいてやつける 友達みんなそろったら 三分歯みがき始めよう 朝に歯みがき 昼に歯みがき 夜に歯みがき 家族で歯みがき 歯みがき歯みがき歯みがき歯みがき 楽しい歯みがき

○公民館放送を活用した8020運動の呼びかけ

公民館放送 原稿

こんばんは。○月8日歯の日です。

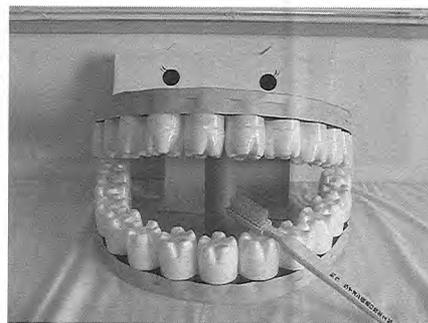
おじいさんも、おばあさんも、お父さんも、お母さんも子供もみんな夕食の後は3分間歯をしっかりとみがきましょう。

そして、伊唐に住んでいるみなさんが、80歳で20本の歯を残せるように毎日の歯みがきをがんばりましょう。

8020運動を進める伊唐小学校児童会からでした。

○児童保健委員会の活用

- ・ 歯・口に関する専用掲示板の設置
- ・ 手作り健康カルタ取り大会
- ・ イメージキャラクター（ハムちゃん）、スローガン募集
- ・ ペットボトルを使つての歯型模型の作成
- ・ 毎月1回歯ブラシチェック
- ・ 歯ブラシ、コップ保管庫の掃除
- ・ 歯に関する掲示物の作成



《ペットボトルを使用したハムちゃんの歯型模型》

○保育園との歯みがき交流会

- ・ 手作り紙芝居の読み聞かせ
- ・ 手作りペープサートの発表

③ 環境の整備

○歯・口の健康づくりの部屋（ハムちゃんルーム）

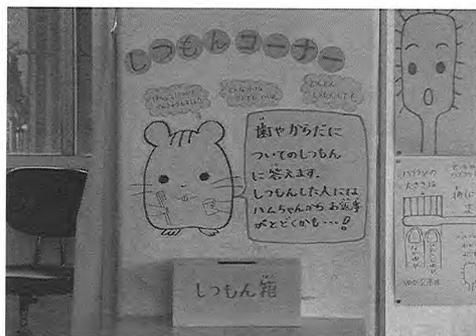
- ・ 歯・口に関する専用掲示板「はハ歯のひろば」（資料や教材の常設展示）の工夫
- ・ 質問コーナーや読書コーナーの設置

○歯ブラシ保管庫や歯みがきコップ保管庫の設置と活用

○ランチルーム（全校給食）の設置



《歯・口に関する専用掲示板
はハ歯のひろば》



← 《質問コーナー》

④ 地域・家庭・関係機関との連携

- 白菊大学（高齢者学級）、家庭教育婦人学級との交流学习の実施
- 運動会種目8020運動（親子で作成した健康標語を使ったカード取りゲーム）の導入
- 日曜参観時、親子歯みがき教室（正しいみがき方とデンタル用品の使い方）の実施
- 各種通信等による啓発（学校だより、保健だより、給食だより等）
- 学校保健委員会のテーマや努力点についての意見交換会の実施
- 家庭教育婦人学級の取組
 - ・11月定例会・・・8020運動について児童・婦人会員が意見交換会を実施
 - ・2月定例会・・・丈夫な歯を作るおやつ作り・歯にいいおやつのレシピの募集



《親子歯みがき教室の様子》



《保育園との歯みがき交流》



《運動会種目「8020運動」の様子》



《学校保健委員会の様子》

○学校歯科医との連携

- ・年2回歯科検診・歯科衛生指導の実施
- ・児童一人一人の歯型模型の作成と活用



← 《歯科衛生指導の様子》

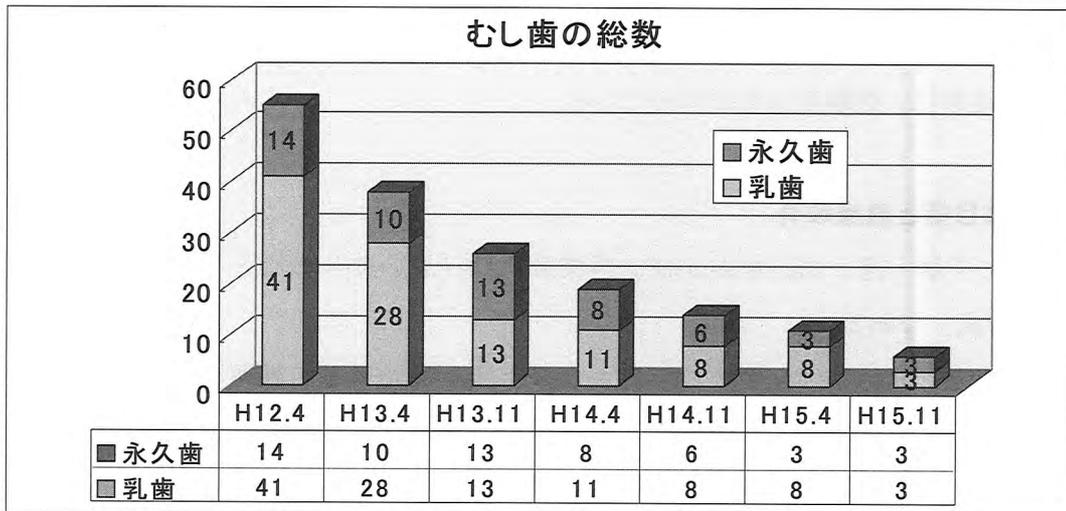


《歯型模型作成の様子》

3 成果と課題

1) 「歯・口の健康づくり」を通して、児童はむし歯や歯肉炎、自分に合う歯のみがき方などの知識が豊富になり、実践意欲が高まってきた。その結果、平成12年度のむし歯総数55本が、平成14年度は19本、平成15年度は11本と減り、平成15年度は治療率が100%となった。これらから、歯と口の健康に関する児童と保護者の意識は確実に高まってきたことがうかがえる。

今後は、「生活に生かす」という視点から、さらに、実践化が図れる学習指導の在り方や個別指導の在り方について研修を深める必要がある。



2) 総合的な学習の時間では、伊唐の健康をテーマにして「歯・口の健康」「健康に良い食事」「健康を保つ運動」の三つの内容から学習を進めた。地域の高齢者の方へのインタビューをもとに、伊唐の食生活とむし歯の現状、地域住民のむし歯の現状などを調べ、児童自身が学校歯科医・歯科衛生士・栄養士に働きかけ、最新の情報や具体的な実践などを入手し、学ぶことができた。

3) これまでの学習を知識だけにとどめることなく、家庭との連携及び地域ぐるみでのより一層の連携を図り「歯・口の健康づくり」における実践の習慣化を図っていきたい。



《ランチルームでの全校給食》

心も体も健やかであり続けようとする意志と能力を持った子どもの育成

福岡県北九州市立西小倉小学校

1 本校の概要

本校は、小倉北区に位置し、東を紫川、西を板櫃川に接し、北は、響灘に面した工場・漁港、南は、市庁舎をはじめ行政施設、文化施設等があり、本校はその中央に位置する。近くに小倉城や考古・歴史博物館、大規模な商業施設など古い歴史と新しい文化の混在する恵まれた教育環境にある。現在児童数428名、学級数13、教職員26名の学校である。

2 本校の教育目標と健康教育

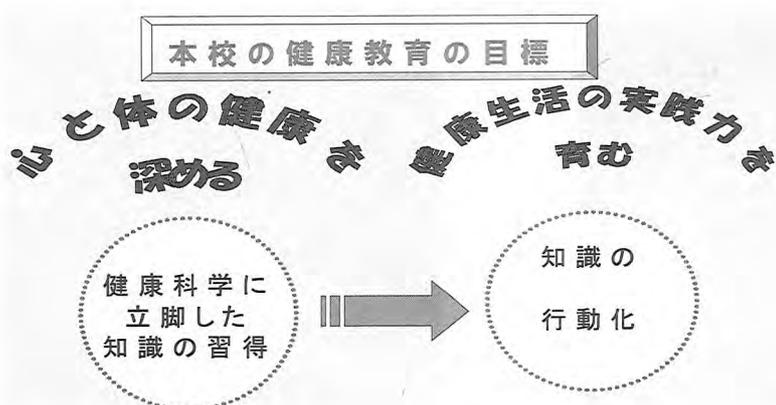
本校の校訓に『体・徳・知』をかかげ、学校目標は「思いやりの心と、学習意欲に満ちた、たくましい子どもの育成」である。

健康教育の研究については、平成11年度から3年間、福岡県重点課題研究指定・委嘱校として、さらには、平成13年度からは、北九州市教育研究委嘱の指定を受け「健康教育」の研究に取り組んできた。その間、2回の発表会を開催しその成果を発表した。

これらの研究では、「心も体も健やかであり続けようとする意志と能力を持った子どもの育成」を目指す健康教育はどうあるべきか、どのような「手だて」を講じた学習指導法が有効であるかを、教育課程全体を通して明らかにしてきた。

また、サブテーマを ～知識が行動につながる学習指導法の研究～ として

- 1) 心と体を一体とした、教科・道徳・学級活動の実践
- 2) 健康教育に視点においた、総合的な学習の時間の展開
- 3) 豊かな体験活動の推進
- 4) 学校保健委員会活動及び児童の保健活動の充実や安全指導・体力づくり、職員の研修、学校給食活動の推進などに、取り組んできた。



3 取組の実際

1) 心と体を一体とした、教科・道徳・学級活動の実践

① 研究仮説

本校の健康教育の目標達成のために、まず、下図のような研究仮説を設定し、その仮説の検証のために、具体的な手だてにより実践にあたった。



② 仮説追究の具体的方策

- 基礎的・基本的内容を明確にする。
 - ・ 自ら課題設定が、できるようにする。
 - ・ 学んだことを実際の行動に生かすことができるようにする。
- 仲間との豊かな関わり合いや心が揺さぶられる感動体験を核にした、授業の展開。
 - ・ 「心が動いて体が動く」「体が動いて心が動く」授業の創造。
- 健康教育における2つの手法を駆使した授業展開。
 - ・ 科学的かつ正確な事実を豊かにする学習による方法
 - ・ 肯定的自己概念を高めることで行動の変容を促す方法
- 評価規準の設定

③ 3学年 体育科 「毎日の生活と健康」 ～自分の体でためしてガッテン～

成長期を迎えるこの時期に、健康的な生活を実践するための基礎として健康の大切さを認識させること。食事・運動・睡眠の調和のとれた規則正しい生活の仕方を自分の生活リズムに合わせて続けていくことが必要であることを理解させた実践である。

④ 実践単元

1学年 体育科 「水ともだち」 (基本の運動、水遊び)

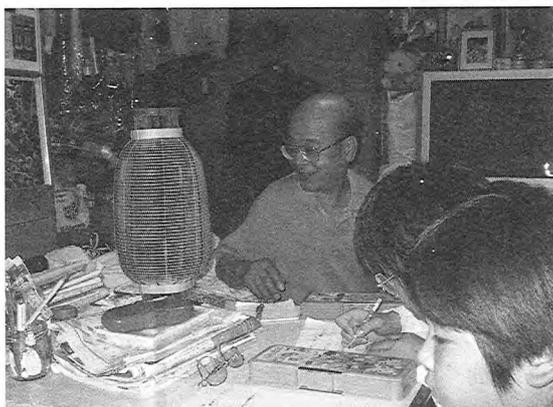
1学年 学級活動2 「かぜのよぼう」 ～てあらい・うがい大作戦～

- 2 学年 学級活動 2 「元気な体をつくろう」
- 2 学年 道徳 「友だちっていいな」
- 3 学年 体育科 「毎日の生活と健康」 ～自分の体でためしてガッテン～
- 3 学年 体育科 「3年2組の障害走」 (基本の運動、走の運動)
- 4 学年 国語科 「生活を見つめて」 健康生活白書
- 4 学年 学級活動 2 「給食とわたし」 給食パワーで元気な体
- 5 学年 学級活動 2 「心の健康について考えよう」
- 5 学年 学級活動 2 「だめ! 絶対」 薬物乱用防止学習
- 6 学年 道徳 「自分の成長とまわりの人達」

2) 健康教育に視点をおいた、総合的な学習の時間の展開

① チャレンジ 「西小倉の名人さんにズームイン」

小倉城を基盤とした校区で、昔から続くものを探り、受け継がれたもの、それらを支える名人さんの取り組みについて調べ、願いや工夫、努力などに気づくとともに、地域の良さを見つめ直すことをねらいとした実践である。



(ちょうちんづくり名人のお店を訪問、学校での出前授業、ちょうちんづくり)

(太鼓名人の出前授業)



(床づけ名人の八坂神社訪問)



② 実践単元

3 学年 「こちらおやつ研究所」

4 学年 「わたし発見! 1/2成人式おめでとう」



5 学年 「健康のひみつを調べよう」

～ストレスって何?～

6 学年 「ザ・健康」

3) 豊かな体験活動の推進 『感動体験は心を育む』

文部科学省の『豊かな体験活動推進事業』の指定を受けて実践にあたっている。

① ねらい及び重点

ア 植物や生きものを育てる活動を通して、正しい自然認識と命の大切さを育んでいく。

イ 地域の年長者の指導のもと、地域の伝統について直接学び、その活動を通して、地域との交流を図ると共に郷土を大切にすることを育む。

ウ 学年に応じた物づくりを体験させることにより、物づくりへの興味・関心を高める。

② 具体的な取組

ア 1・2年生が、市民センターの年長者と昔遊びや物づくりを通して交流を行う。

イ 3年生が総合的な学習の時間で、地域の名人と物づくりをしたり、話を聞いたりする。

ウ 4年生が、年長者が健康的な生活を過ごしてもらうための計画をたて実践する。

エ 5年生が県農政事務所や八津田小と連携して稲作体験に取り組む。



(稲作体験学習、稲刈り
及び味噌づくり)



オ 6年生が北九州芸術劇場と連携して表現教育に取り組む。

カ 県水産課の指導を受け、鯉を卵から飼育し、地域と一体となって城内川へ放流する。



(表現教育発表会)



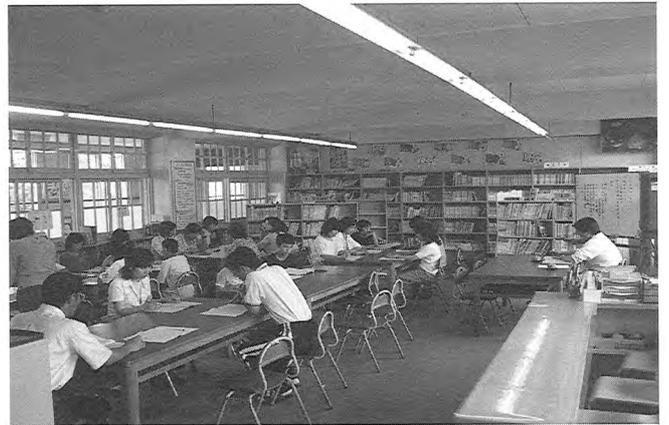
(鯉の放流会)

4) 学校保健委員会及び児童の保健活動の充実と安全学習・体力づくり、職員研修会、学校給食の取組

① 学校保健委員会

- ア 名称 学校すこやか委員会
- イ 組織 教職員、児童（5、6年生学級代表、児童すこやか委員長、給食委員長）、学校医、学校薬剤師、保護者（PTA保健体育委員）で組織している。
- ウ 会議 学期に1回、年3回開催。その他、必要に応じて講演会や研修会を実施。
- エ 内容 すこやか委員会の年間計画、学校保健安全給食全体計画、各学級の健康実践目標の発表、健康診断結果等について協議している。

さらに、学校医や学校薬剤師より指導助言を受け、テーマを設定して講話を行っている。



(すこやか委員会の様子)

② 児童の保健活動

児童すこやか委員会の構成は、5、6年生の児童約20人と教師2名である。

- ア 活動は、月1回の委員会活動で、活動計画、反省などについて話し合っている。日常活動は、清潔指導（洗面所の石けんの補給と点検）、日誌の整理（毎日のけがや病気の集計）、ポスターの作成（学校保健目標にそって作成し廊下に掲示）を行っている。

③ 安全学習について

都心に位置する本校は、事故や事件に巻き込まれる可能性が高い。低学年から高学年まで発達に応じた安全学習を行なっている。

ア 1年生交通教室、上級生自転車教室と
登校時の通学指導

イ 避難訓練

ウ 防犯訓練



(1年生交通教室)

④ 体力づくりの取組



(縄跳び集会)

毎週火・木曜日の始業前に、「ふれあいタイム」を実施している。その中では、体力づくりの一環として、縄跳びや持久走を行っている。児童集会での縄跳び大会や体育の授業でのマラソン大会を実施している。

⑤ 安全に関する職員研修

水泳学習の開始前に講師を招聘し、心肺蘇生法の研修会を実施している。

(マラソン練習の様子)



(職員の救急救命講習会)

⑥ 学校給食

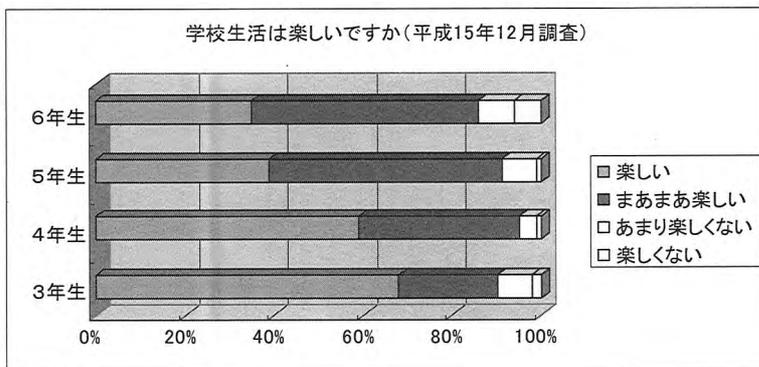
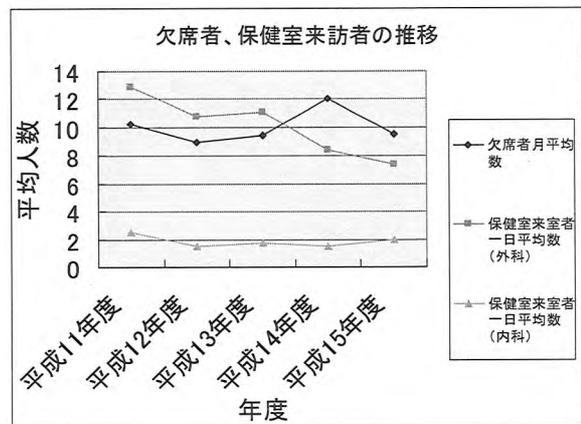
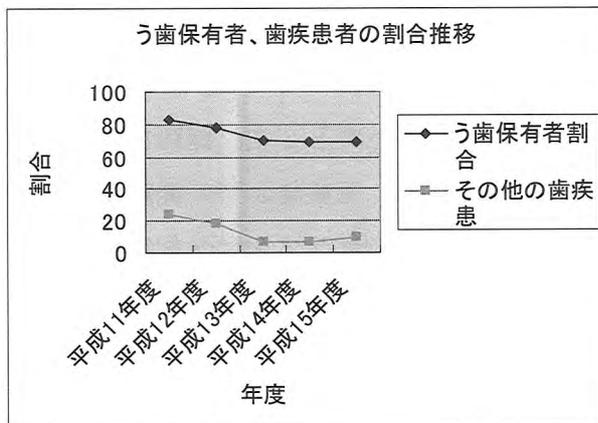
本校は、平成16年度より給食調理業務等の民間委託校となった。これまでも、毎年保護者を対象とした給食試食会を開催してきた。そのため、回数を増やし1年生保護者対象や就学予定幼児対象の試食会を開催している。



(保護者対象の給食試食会)



(就学予定幼児対象の給食試食会)



4 成果とまとめ

- 1) う歯保有者、歯疾患者の減少
- 2) 欠席者、保健室来訪者の減少
- 3) 不登校児童0人

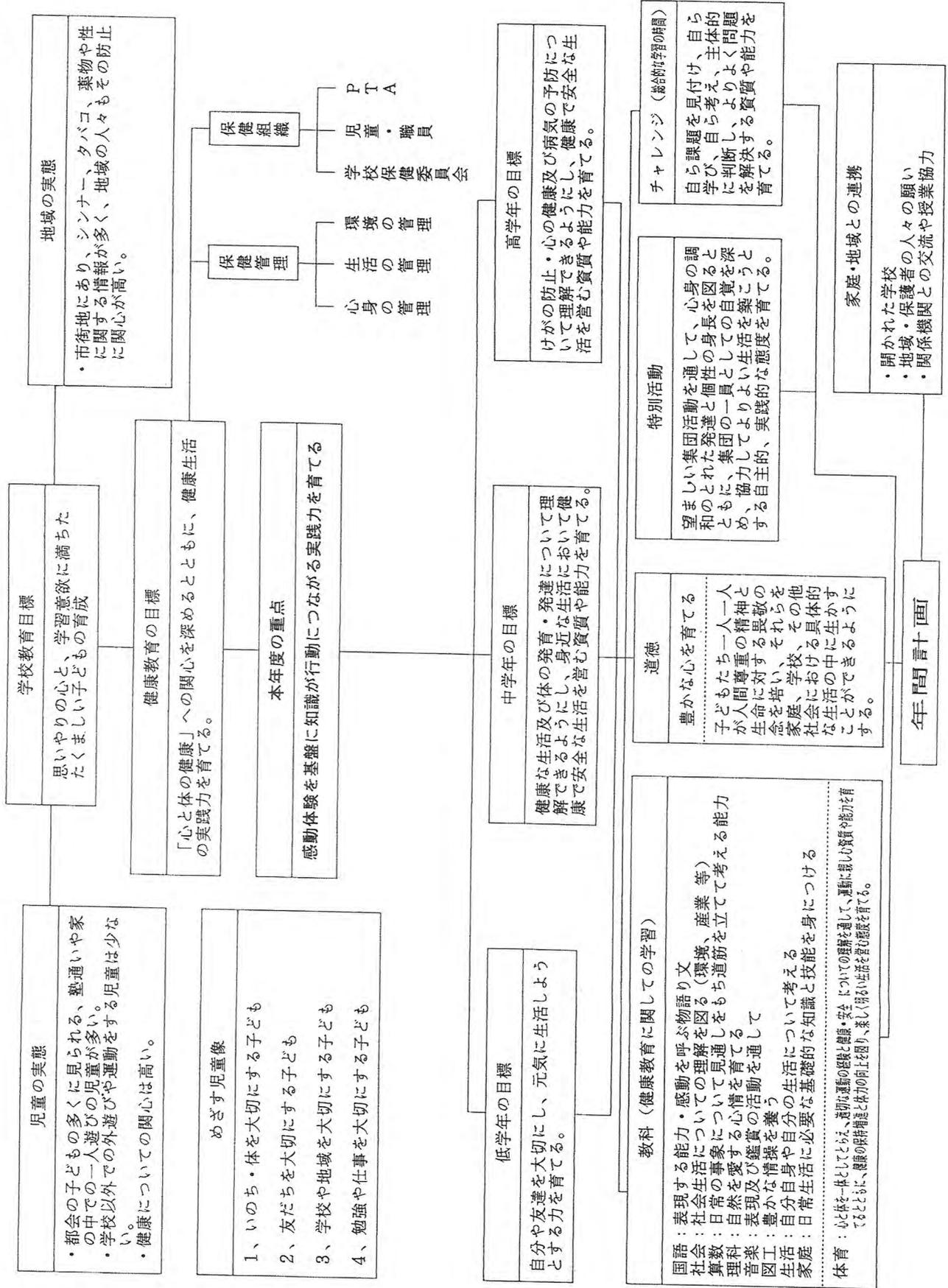
健康教育を研究主題として取り組んで6年間が経過した。その間、上記のような成果が見えてきた。しかし、子どもを取り巻く生活環境や生活様式が大きく変化していく中で新たな健康問題が生起している。また、学校・保護者・地域が一体となった、各種の取組が求められる。

- 学校評議員制度の活性化
- 開かれた学校「校長通信」の発行

さらに、子ども自らが健康をコントロールし、改善することのできる能力や資質を育てていくことが重要である。

平成16年度 健康教育全体計画

北九州市立西小倉小学校



主体的に健康生活が実践できる生徒の育成をめざして

群馬県太田市立南中学校



1 学校紹介

太田市は群馬県の南東に位置しており、富士重工の車製造を中心に工業都市として、発展してきた市である。本校はその太田市の南部に位置している学校である。校区内には工業団地や文教・行政施設も数多くあり、人口も増加の傾向にある。一方、歴史建造物や遺跡も多く、その中でも冠稲荷、朝子塚古墳、高山彦九郎遺髪塚などは有名である。以上のような環境のもと、行政や文教の町にふさわしい人づくりに地域全体で取り組んでいる。それに伴い、父母の要望や期待も大きく、本校教育に対しても熱心な協力体制である。

本校では平成11年度～13年度、文部科学省よりエイズ教育（性教育）の推進地域指定を受け、自ら学び心豊かな生徒の育成を目指し、授業実践や地域啓発活動を行ってきた。生徒の実態からエイズ教育（性教育）はもちろん性教育以外の健康教育の重要性も感じられた。そこで、「自他の生命を尊重し、心身の健康への理解と関心を深め、主体的に健康な生活を実践できる生徒を育てる」を保健目標に、広義の意味でのエイズ教育と心の教育に重点をおき、健康教育に取り組んでいる。

1) 学校経営方針と健康教育

学校教育目標を「自ら気づき、考え、行動する生徒」とし、目指す生徒像の一つに、「心身ともに健康な生徒」を据え、健康教育を教育活動の基盤として推進している。心身ともに健康な生徒の育成を目指し、より望ましい健康を意識した行動がとれるよう学習場面や活動場面など、教育課程の工夫と継続に努めている。また、健康教育は学校・家庭・地域との連携が図れてこそ、一層効果的な実践が可能になるため、保護者・地域を対象とした講演会や授業参観等の実施、保健だより等の発行で啓発を行っている。学校での実践を地域に発信する積極的な健康を推進してきた。

2) 健康教育の推進体制

本校の健康教育の推進は、保健主事、養護教諭のリーダーシップの下、学校保健委員会の構成員が教科指導・特別活動・総合的な学習の時間の授業の推進力となり、内容を計画立案し実施するまでの調整連絡などを行っている。本校の特色ある健康教育の取り組みは総合的な学習の時間で、1年「健康」2年「環境」3年「福祉」という保健的分野をテーマに掲げている。この学習をとおして、地域人材活用場面を取り入れ、地域との連携を深めている。また、心の健康につ

いても個別の指導内容を検討する校内不登校対策委員会の開催や、健康相談・保健学習の充実を進めている。

2 特徴的な活動

本校は、総合の授業での課題が、1年が【健康】、2年が【環境】、3年が【福祉】で、保健分野の課題となっている。保健活動の推進組織である学校保健委員会は、学期に1回の開催で保健担当が中心になって実施している。この保健委員会が核となり、各学年やPTAと合同で保健講演会や保健授業を実施しており、保健担当と学年または保健担当とPTAといった形で、必ず複数組織で推進している。そのため、内容のあるたくさんの保健行事がこなわれている。

1) 健康課題解決のための健康教育

生徒の健康上の重点課題

- 1、 定期歯科検診の結果、歯周疾患の生徒が多い。
- 2、 日常の欠席調査から、断続的・継続的に欠席する生徒が目立つ。
- 3、 心身の不調の訴えで、保健室に来室する生徒が多い。
- 4、 突然死が予測される心疾患をもつ生徒が在籍している。

① 課題解決のための具体的な手立て

●健康上の課題1『定期歯科検診の結果、歯周疾患の生徒が多い。』に対して

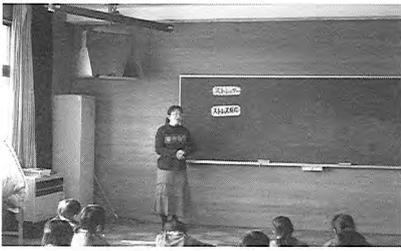
- ・外部講師（学校歯科医や歯科衛生士）による歯肉を中心とした歯科指導・臨時歯科検診の実施（1年対象）。
- ・口腔内写真撮影。歯肉の状態や改善した歯肉の様子を確認させるために、歯科保健指導実施後の効果測定として臨時歯科検診で、以前の写真と比較する。
- ・個人カードを作成し、授業や個別指導で活用。



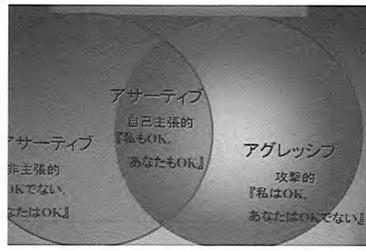
② 健康上の課題2『日常の欠席調査から、断続的・継続的に欠席する生徒が目立つ。』

3『心身の不調の訴えで、保健室に来室する生徒が多い。』に対して

- ・個別指導 ・健康相談
- ・不登校及び不登校傾向の生徒の家庭訪問（担任・養護教諭・生徒指導支援担当職員）
- ・学級活動（心身の健康）や保健学習（人との関わりやストレスの対処法等）の授業実践。
- ・学級担任とスクールカウンセラー、体育科教諭、養護教諭の協力的な授業（1年：ストレスマネジメント合計4時間 ・2年：ストレスマネジメント復習1時間）



【担任の授業 〈道徳〉】



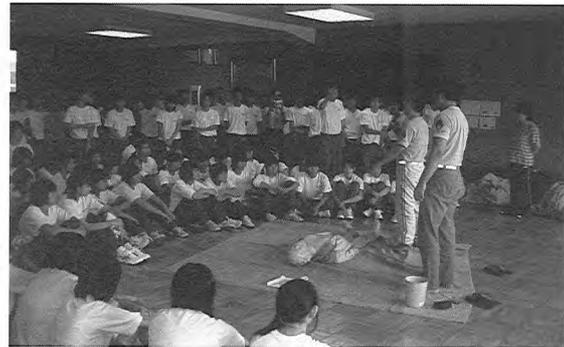
【アサーション授業より】



【スクールカウンセラーの授業】

③ 健康上の課題4『突然死が予測される心疾患をもつ生徒が在籍している』に対して

- ・ 個別指導
- ・ 健康相談
- ・ 家庭・医療機関及び学校医との連携・連絡調整（定期的な情報交換）
- ・ 緊急事態への想定訓練（職員対象）
- ・ 普通救命講習の実施（3年生対象 普通救命講習認定証の取得）



2) 総合的な学習の時間（地域人材活用）

学 年	学習内容（地域人材活用）
「健康」 1年	○「心と思春期」について講話 内科校医
	○「目の健康」について講話 眼科校医
	○「スポーツと健康」について講話 大学教授
	○「身近な健康問題」について講話 養護教諭
	○「望ましい食生活」について講話 栄養士
	○「歯科保健指導（クラス別）」太田新田歯科医師会
	○「薬物乱用防止教室（クラス別）」キャラバンカー
「環境」 2年	○「水・空気・自然」について 薬剤師
	○「身近な環境問題」 市環境政策課職員
「福祉」 3年	○「幼児の子ども達とのふれあい」について 杉の子保育園 久保田先生
	○「老人福祉」について みずほの里職員

（内科校医）



（眼科校医）



本校では総合的な学習の時間に地域の方々より講話をいただき、各学年のテーマ追求に役立てられるようしている。

3) 保健指導・保健学習

○非行・薬物乱用防止教室

薬物防止キャラバンカーの招へいにより1年生で実施。

太田警察生活安全課職員により、非行・薬物問題の講話。

○普通救命救急講習

3年生全員が普通救命講習終了証を取得する。

【太田警察署生活安全課より】



【薬物乱用防止キャラバンカー東日本事務局より】



4) 特別活動・保健委員会活動

○生徒保健委員による各種保健活動関連の啓発放送。

○生徒保健委員会によるエイズ啓発コピー作りや川柳作りを実施。

○生徒会・生徒保健委員会によるレッドリボン街頭キャンペーンの実施。(大型ショッピングセンター)

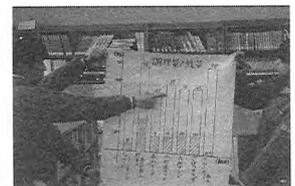
○地域の施設にレッドリボンとエイズに関するパンフレット配布。

○PTA教養委員会による街頭キャンペーンメッセージ朗読。

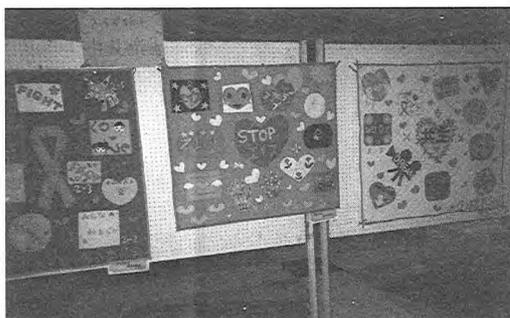
○生徒保健委員会による「中学生の健康的な生活」アンケート結果発表

○生徒給食委員会の残食調査実施により、成長期における栄養バランスの大切さを知らせる。(掲示)

○生徒安全委員会による危険箇所のハザードマップ作成。



【給食残菜調査結果】

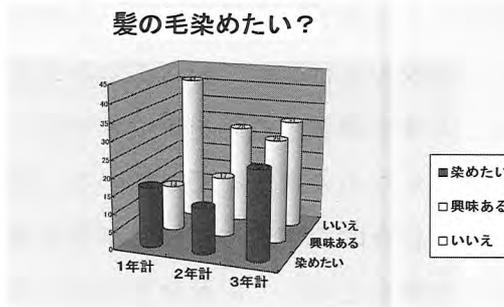
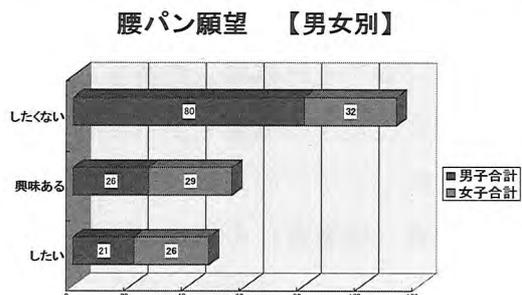


【エイズキルトの展示】



【生徒保健委員会のメッセージ朗読】

【中学生の健康的な生活アンケート集計結果より】



5) 心の教育

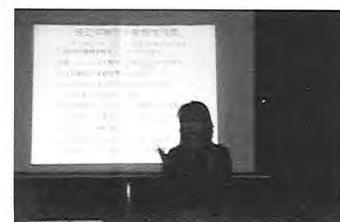
本校では断続的・継続的な欠席が目立つ生徒が多い。また、心身の不調を訴えて、保健室に来室する生徒も多い。その対策として次のような活動を行っている。

- 担任、養護教諭、不登校担当、悩み事相談員、スクールカウンセラーによる個別指導。（相談・家庭訪問・保護者対象のカウンセリング等）
- 校内不登校対策委員会による情報交換及び個別指導計画の作成。
- 学校保健委員会、職員研修で臨床心理士の講話及び事例検討会開催。
- 校医による健康相談を年7回開催。一回につき、5～6名の生徒が相談。
- 1年生のストレスマネジメント授業実践計画

時 間	内 容
①心の健康	導入 「こころの健康」堀江博夫先生の講話
②ストレスって何？	道徳 担任・養護教諭のT・Tの授業
③ストレスうまくつき合おう	学活 スクールカウンセラー・担任・養護教諭の授業T・T・T授業
④動作法を取り入れた授業実践	体育 体育教師・養護教諭のT・Tの授業
⑤アサーティブスキルトレーニング授業	まとめ 太田病院総合検診部 セララー 富山美佳子先生によるモデル授業担任による授業実践



— リラクゼーション中 —



— 講師の富山先生 —

- 医療機関や外部の相談機関との早期連携（特に精神科や心療内科の医師、心理療法士との連携）

6) エイズ教育（性教育）の継続

平成11年度～13年度、文部科学省よりエイズ教育（性教育）の推進地域指定を受け、3年間の研究によりエイズ（性教育）にかかわる年間指導計画が作成され、これに基づいてエイズ教育（性教育）が実践されているわけだが、指定終了後4年を迎え、幅広く行っていたエイズ教育からポ

イントを指導するエイズ教育に変化し、エイズ教育の指導時間はかなり削減されてきている。

外部講師による講演や授業、地域への啓発活動としてレッドリボン作成、エイズキルト作成等は、どこの学校でも行われていることかと思う。本校におけるエイズ教育（性教育）の根底にあるものは、人権を尊重する心を育成させることにありと考へ、日々の道徳や学級活動における授業実践から豊かな心の育成を図っている。保健体育の授業からエイズの正しい知識を理解させたり、さらには総合的な学習や学校行事等を通してエイズ教育（性教育）の素地づくりに心がけている。様々な機会を通して保健教育活動を推進し、その中から、エイズ教育の理念の育成を図っている。

人権を尊重する心（思いやりの心）は、特別に『性教育』と強調しなくても、全ての保健学習の根本にあるものと考え。本校の健康上の課題解決のための、各種の保健学習場面を通して、エイズ教育（性教育）も推進されていると考える。

○理解して 正しく付き合う 感染症
○性病は 気づかないから 恐ろしい
○悲しいね 生まれた命を 消しちゃうの
— エイズ川柳 —



みなさんは、知らないうちに差別などをしていませんか？
この世の中は私たち一人一人の存在で成り立っています。つまり、共に生きているのです。その存在の私たちは、必ず互いを理解しあえる力を持っています。一度自分を見直して下さい。
— CMコピー作品 —



3 まとめ

本校の健康教育推進の特徴は、多くの地域人材の活用、専門性の高い先生方との連携の中で実践されていることである。生徒や保護者などの行動の変容によって、問題解決が図られるようにするには、他力本願で終わりにしないで、学校保健委員会の運営の段階から生徒の参加を多くする場面を設定し、保護者との連携をより一層深めていく必要がある。また、本校の課題である心の健康に関して、授業内容の検討、指導法の工夫改善も必要である。様々な問題に自ら気づき行動できる生徒を育成するには地域社会・家庭との協力、連携を深めていくことが不可欠であり、学校全体でさらに充実させていきたい。

平成16年度 学校保健委員会実施内容

資 料

月日	実 施 内 容	月日	実 施 内 容
5/18 (火)	薬物乱用防止キャラバンカー 1年対象：総合授業に協力 2校時～6校時まで、1クラスごとに講話、ビデオ、車の見学。	11/18 (木)	第2回 学校保健委員会（全体会） *給食の試食及び思春期の子どもの栄養について
5/27 (木)	『心の健康』保健講話 1年対象：総合授業に協力 *講師 堀江病院内科医師 堀江博夫先生 4校時	11/28 (日)	レッドリボン街頭キャンペーン 於：フレッセ 太田保健福祉事務所から配布物の調達をし、保健委員 でつくったレッドリボンとあわせて、街頭で配布する
6/3 (木)	『エイズと性感染症』保健学習 3年対象：保健のTT授業に協力 *外部講師 堀江病院産婦人科医師 時澤俊也先生 第1回 学校保健委員会（全体会）	12/16 (木)	健康相談 5 *該当者名簿の作成
6/4 (木)	『眼科指導』保健講話 1年対象：総合授業に協力 *外部講師 小林眼科クリニック院長 小林直樹先生 5校時	1/20 (木)	健康相談 6 *該当者名簿の作成
7/2 (金)	薬物・非行防止教室 3年対象：総合授業に協力 *講師 太田警察署生活安全課係長 福田礼子さん 6校時	2/10 (木)	臨時歯科検診及び歯科保健指導 *市内11校の中1対象 太田新田歯科医師会が協力
7/5	口腔内写真撮影 1年対象 *太田新田歯科医師会が協力	2/14 (月)	アサーティブスキルトレーニング授業 1年対象：総合授業協力 1年 *講師：太田病院 総合健診部 ヘルスカウンセラー 富山美佳子先生
7/15 (木)	健康相談 1 *該当者名簿の作成	2/24 (木)	健康相談 7 *該当者名簿の作成
8/10 (火)	⑥生徒理解のための事例検討会 職員対象 *講師 国立成育医療センター こころの診療部 心理療法士 佐藤 栄一 先生	3/17 (木)	第3回 学校保健委員会（全体会） *【こころの健康】 講師：あしかがの森 足利病院 心理療法士 菅原洋子先生 *総合学習『健康』『環境』 生徒代表発表 *今年度の反省
8/25 (水)	普通救命講習 3年男子・職員対象 *講師 太田消防署職員 3時間講習終了後、認定書の交付	—— 学校保健委員会の様子 ——	
8/26 (木)	普通救命講習 3年女子・職員対象 *講師 太田消防署職員 3時間講習終了後、認定書の交付		
9/9 (木)	健康相談 2 *該当者名簿の作成		
9/16 (木)	歯科保健指導 市内11校の中1対象の教育委員会行事 1年対象 *太田新田歯科医師会に依頼 2校時～6校時まで、1クラスごとに歯科衛生士の指導		
10/1 (木)	健康相談 3 *該当者名簿の作成		
11/1 (木)	健康相談 4 *該当者名簿の作成		

生涯にわたって健康でたくましく生きる生徒の育成

－ 家庭・地域社会との連携を通して －

香川県丸亀市立飯山中学校
(旧 飯山町立飯山中学校)

1 学校紹介

本校は「讃岐富士」の愛称で親しまれている飯野山の麓、香川県のほぼ中央部に位置している。生徒数476名、職員数41名で、学校の周囲は桃の産地で有名な、のどかな田園地帯である。生徒たちもいたって温和で、落ち着いた雰囲気の中で学習や部活動に励んでいる。地域住民も教育熱心で、学校教育に対しても協力的であり、生徒の健康づくりを支える風土がある。



【飯山中学校遠景】

2 教育目標と健康教育

本校は、「未来を指向し、よき個人、よき社会人として、心身ともに健全で人間性豊かな飯中生の育成」を教育目標に掲げている。そして、目標具現化のための基礎部分として健康教育をとらえており、「心の健康づくり」と「体の健康づくり」の両面から取り組んでいる。「心の健康づくり」はボランティア活動の推進や学校行事・生徒会行事の充実、キャリア教育の推進等によるセルフエスティームの醸成を通して、たくましく生きる力を培うことを目標としている。また、「体の健康づくり」は、生活リズムの確立、BMI値と食生活指導、フッ素洗口によるう歯の予防と治療の徹底、部活動の奨励等を通して、生涯にわたって自らの健康管理・改善を図っていく力を養いたいと考えている。

これらの取り組みについては、家庭・地域とのパートナーシップが基盤となっており、地域の関係者も参加する学校保健委員会や保護者との教育懇談会等で共通理解を図りつつ推進している。また、町一貫性教育研究協議会を中心とした幼・小・中学校の連携を通して、系統的・継続的に取り組んでいる。



【生徒によるボランティア活動】

3 健康教育の実践

1) 健康診断・疾病及び健康上の問題とその対策

- ① 定期健康診断の結果、う歯と肥満傾向の者が多いことが問題として挙げられる。う歯対策については、毎月発行の保健だよりや随時のプリント等で早期治療を呼びかけている。昨年の治療率は87%であった。しかし、治療してもすぐにまたう歯ができ、加えてCOやGO、歯石と診断される生徒が見られる。そこで、学校歯科医や学校薬剤師の指導・協力の下、予防対策に重点をおいたフッ素洗口を平成14年度より実施している。また、肥満傾向の生徒については指導チームを編成し、継続的に測定・記録した個々のBMI値や成長曲線の変化をもとに、食事内容の工夫改善などの健康相談活動を行っている。
- ② 中学生期は、特に成長の著しい時期である。そこで、手軽に自分の身長や体重を計り、自主的に健康管理ができるように測定器具の配置など、保健室の経営に配慮している。また、食生活や生活リズムについての実態調査を行い、ライフスタイルを見直し改善することにより、自分の健康は自分で適切に管理していく実践的な力が身につくように努めている。
- ③ 生徒が健康の価値を認識し、自分の健康問題に対処するためには、自分の成長や健康状態を正しく把握する必要がある。そこで、健康診断は自分の体を知る大きなチャンスだととらえ、積極的に検診が受けられるように工夫している。



内科検診において（血圧測定）



歯科検診において（一人ひとりにコメント）

2) 個別の保健指導と健康相談

- ① 保健室来室者が自ら健康問題を解決するための支援として、保健室に「ミニ保健指導」という資料（朝食・睡眠・排便・食生活等）を配備している。このことによって、生徒が自らの改善点に気づき、自主的に対応できるようになりつつある。
- ② BMI値や食生活調査の結果から、個別指導の必要な生徒については、学校医はもちろん、町の管理栄養士や学校栄養職員、また生徒の心情面に配慮してスクールカウンセラー等を加えたプロジェクトチームを編成して指導にあたっている。特に、学期末には該当生徒・保護者に、生活習慣病の予防に重点をおいた個別の健康相談活動を実施している。
- ③ 歯科保健については、歯科検診時に時間を設け、学校歯科医から一人ひとりに口腔状態の説

明があり、今後の対応策についてもわかりやすい指導が行われている。

3) 食生活の指導

- ① 望ましい食習慣の形成をめざして、学校栄養職員等による専門性を生かした指導方法の工夫を図っている。
- ② 全家庭に町内放送を通して毎日学校給食の献立を周知したり、PTAによる給食試食会を年2回実施したりしている。家庭・地域の方が給食に関心を持つことが、さらなる食生活の改善・向上につながっている。
- ③ 健康づくりや食生活への関心を高めるために、町保健福祉課との協力の下、夏休みに希望者を募って、調理実習や試食会を行っている。
- ④ 食生活実態調査の結果、野菜不足や油脂のとり過ぎ、摂取エネルギーの不足などの問題点が明らかになった。そこで、家庭科で栄養バランスの基礎的学習をした後、学級活動で自分の食生活の問題点を知り、改善策を考えさせた。そして、一人一人が食生活の改善に向けての目標や実践計画を立て、夏休みに家庭で実習を行った。



食生活調査結果より

1. 食品群別の摂取状況

目標値	1 麦 ごはん パン類	2 麦 くだもの	3 麦 魚,肉,卵, 豆腐等	4 麦 牛乳	5 麦 油脂	6 麦 野菜	エネルギー量
中学生 (男子)	19 単位	1 単位	5.5 単位	3 単位	2.5 単位	1 単位	2500 Kcal
中学生 (女子)	16.5 単位	1 単位	5 単位	3 単位	2 単位	1 単位	2300 Kcal
自分の値	14.5 単位	0.7 単位	6.1 単位	3 単位	3.6 単位	0.7 単位	単位数×80 2288 Kcal
過不足 (+-)	-2	-0.3	+1.1	0	+1.6	-0.3	

★ 自分の食生活の結果からわかったこと！
あまリ、バランスよくとれていなかった。やっぱり、油脂は、とろすぎたんじゃないかと思った。

2. 食生活改善の目標

足りないところをおぎなって、とりすぎなところは、へらして、バランスよく食べる！！

3. 具体的な実践計画（夏休み中に自分で挑戦できること）

- 必ず、朝食はとります！
- 3食バランスよく食べます！
- 必ず、3食に、野菜をつけます！

「めざせ！！ Healthy Life」

(2) 年 () 組 氏名 ()

★ 実践した日と実践内容

月 日	実践しての感想・反省	家族からのアドバイス
7/28	野菜の大きさがバラバラだった。でも、おいしかった。	久しぶりに色々な野菜を切ったから、おもしろいかな？
8/1	野菜の大きさは、均等だったけど、味がこかった。	よく煮込むと味がのびるの？ 味見をよくしなるといいかな？
8/17	豆丁の持ち手が、うまくなった。だんだん速く出来るようになった。	練習を重ねるとうまくなるよ。誰でし最中があるんかな？
8/20	味がうすかった。同じようなかんじの料理になった。	煮物は、野菜と豆を一緒に煮るといいかな？ 味がのびるかな？
8/26	バランスよく作る事ができた。今までが一番よかったと思う。	野菜もよく煮るといいかな？ 味付けもよかったです。

★ 実践したことの中から1つ紹介(調理実習など)

料理名 < ひいきと大豆の煮物 >

材料名	分量	作り方
干しひいき	20	①ひいきを水に戻して、ざるに上げる。大豆も上げておく。
ニンジン	40	
サラダ油	大さじ1/2	②ニンジンは、3cm長さのせん切り、油あげは、3cmの大きさに切る。
油あげ	20	
大豆水煮	60	③ゆばに、サラダ油を熱して①、②を炒め、だし汁を入れて煮、④を加えて味加しみてまぜる。⑤でさあがり
濃口醤油	大さじ1	
砂糖	大さじ1	

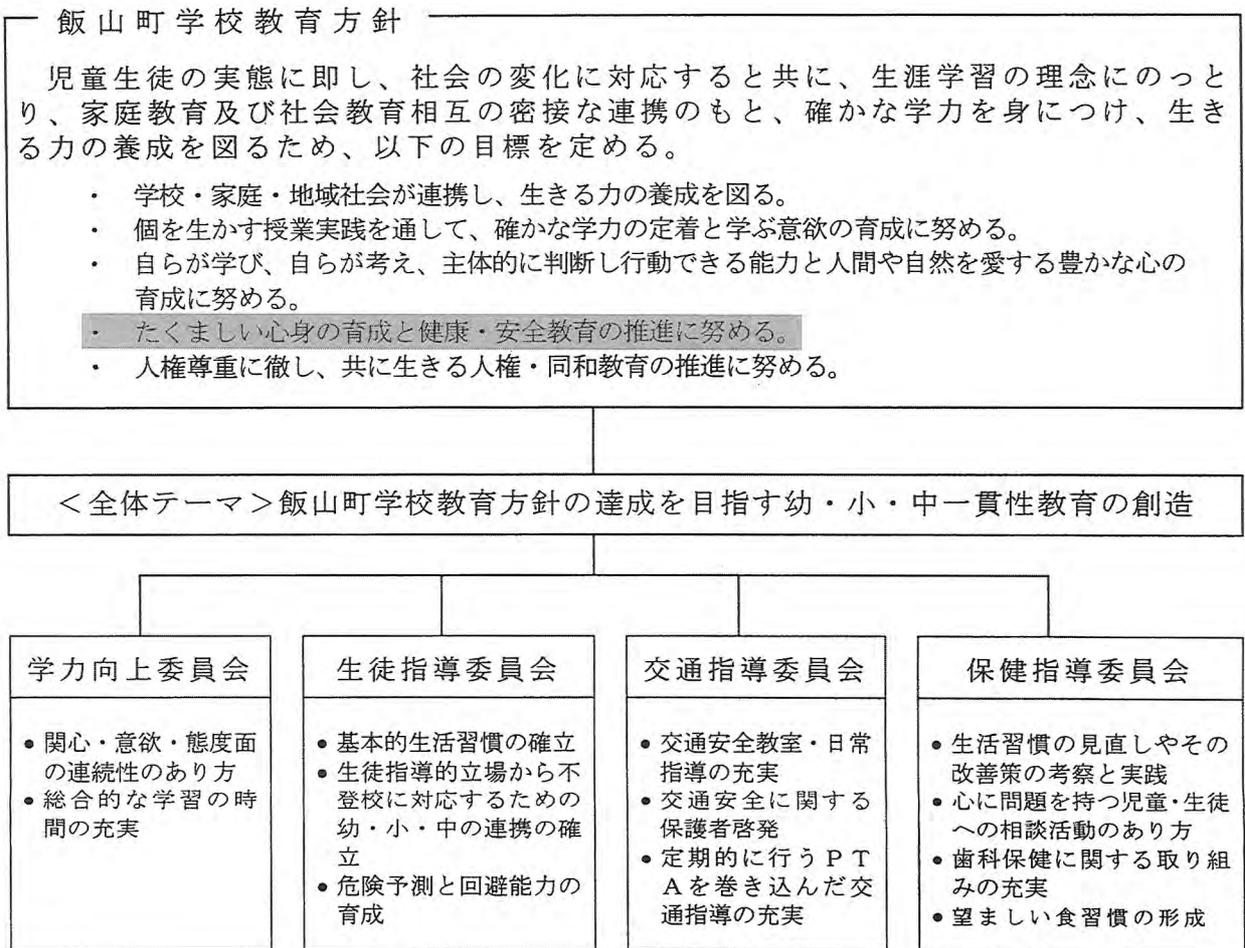
★ 調理実習以外に実践したこと

- 洗いもの
 - 後片づけ
 - 母と一緒に買い物
- ★ 9月1日に提出すること！

4) 保健指導・保健学習

- ① 保健指導については、個別的指導や全体指導を通して、生徒自身が自分の健康問題としてとらえることができるように配慮している。
- ② 保健学習については、体育科を中心に系統的・計画的なカリキュラムに基づき、発達段階を考慮しながら実施している。特に性・エイズ教育をはじめ生活習慣病や喫煙防止教育については、その年度の重点を決め、生徒集会時などに学校医や専門医による指導講話などを計画的に行っている。
- ③ 保健委員会が中心となって、朝の健康観察や毎週月曜日のフッ素洗口、月1回生徒の目から見た校内安全点検、冬季のかぜ予防のための紅茶うがいや教室の換気等さまざまな活動にも積極的に取り組んでいる。

5) 飯山町一貫性教育の実施



上記の全体テーマを受けて、4委員会が重点目標や研修計画を立て、年3回の研修を行っている。この研修を通じて町内の幼・小・中学校がお互いに連携をとり、児童生徒の実態や発達段階に応じて一貫した保健安全指導を系統的・計画的に行っている。また、う歯治療など、同一目標をかかげて実践することによって町内の学校教育の充実に努めている。

6) 家庭・地域社会との連携

① 町の保健福祉課や町食生活改善推進協議会との連携

「ヘルスサポーター21事業」＝「健康日本21」の目標を達成するための応援者（ヘルスサポーター）を育成するための事業とタイアップした夏期休業中の講習会に参加している。ここでは、正しい食の知識を身につけたり、調理実習を通して自らの健康づくりへの理解を深めたりするため、次の実践をしている。



- (ア) アイデア朝食メニューの作成（町の「健康まつり」に応募）
- (イ) 管理栄養士による朝食の重要性や生活リズムについての説明
- (ウ) ヘルスマイトによる栄養バランスや食べ物の役割、調理のコツなどの指導
- (エ) 参加生徒全員のBMI測定と、各自の測定結果による自分の発育状況の認識
- (オ) 調理実習と試食会



平成16年度

料理講習会に参加して

1年 組 なまえ()

★ きょうの料理講習会に参加しての感想を書きましょう。



初めて料理講習会に参加して、私は、たこ巻の 作り方を知ることができました。たこ巻の作り方が、 簡単だと思いました。3.3.30 運動の事や、 ヘルスマイトの人が、優しく教えてくれた事がありました。 今度の事を家で、一生かしてみたい。
--

平成16年度

料理講習会に参加して

2年 組 なまえ()

★ きょうの料理講習会に参加しての感想を書きましょう。



料理を作ってみて、とても楽しかった。失敗した所もあ ったけど、そこを反省して家でもつくってみたいと思 った。ヘルスマイトの人が、優しく教えてくれたので、 分かりやすかった。



② 学校保健委員会の開催

学校保健の課題を解決するために学校医（耳鼻科及び眼科を含む）・学校歯科医・学校薬剤師・町教育委員会・保健師・学校栄養職員・町福祉センター管理栄養士・PTA役員・教職員・生徒代表が集まり、年2回開催している。学校から生徒の健康安全に関する課題について説明するとともに、それぞれ専門的立場からの指導助言をいただいたり、活発に意見交換をしたりすることにより、生徒の健康保持・増進に生かしている。

③ PTA健全育成懇談会の実施

昨年度は、「食からみた学校生活について」というテーマのもと、学校医・栄養士・養護教諭がパネラーになり、それぞれの立場から食や健康問題について提案した。その中で、保護者の方に生活習慣病の予防や成長期である子どもたちの食生活の重要性を訴え、家庭の協力を呼びかけた。



4 成果と今後の課題

- 1) 3年前から町の保健福祉課と連携し、さまざまな健康教育に取り組んできた。生徒と地域や関係機関などとの幅広く温かい交流の中で健康づくりの実践ができたことは、生徒に地域の一員であり、地域社会に支えられているという自覚を促した。今後も、このような地域社会との連携を生かした支援の充実を図っていきたい。
- 2) 食生活調査の結果から、生徒一人一人が自分の食生活について見直し、自らの課題に気づくことで、食生活改善に向けた具体的な実践計画を自分なりに立てることができた。また、改善策の中で生徒が考えたアイデアメニューなどを全校生に紹介し、学校給食の献立にも取り入れることによって、食と健康への関心が高まった。
- 3) 昨年度から学校医の指導のもと、健康に問題のある生徒とその保護者を対象に、健康相談活動を行っている。ほとんどの該当者の参加があり、子どもたちの健康についての理解が深まったようである。今後とも、関係者（学校医・管理栄養士・スクールカウンセラー等）とチームを組んで、親子健康相談を継続したいと考えている。
- 4) 保護者や地域への情報提供に努めるとともに、外部からの学校評価を導入し、学校の健康安全教育への支援体制づくりを推進したい。また、地域学校保健委員会の設置を進めたい。
- 5) 全職員が健康教育についての共通理解を図るとともに、幼・小・中学校と一貫した校種間の連携を推進して、系統的・計画的な指導を継続していきたい。

丸亀市立飯山中学校
経営の全体構想

〈学校への期待〉

- ・安心して学べる学校
- ・温かく安らぎに満ちた学校
- ・確かな学力の向上に努める学校
- ・豊かな心とたくましく育む学校
- ・生徒一人一人の持ち味を伸ばす学校
- ・熱意のある取組の見える学校

〈教育目標〉

- 未来を指向し、よき個人、よき社会人として心身ともに健全で人間性豊かな飯中生徒の育成 —
- 1 自ら求め、進んで学習する生徒
- 2 自ら考え、正しく行動する生徒
- 3 自ら挑み、互いに鍛え合う生徒

「磨く」「磨き」「磨き」

〈学校課題〉

- 「自由と規律」の調和した校風のなかで、「自立と貢献」のできる生徒を育てる。
- 1 確かな学力の定着を図る「磨き」学習の充実
- 2 豊かな心と健やかな体を育む「磨き」活動の充実
- 3 志を持ち、たくましく生きる力を育てる「磨き」活動の推進
- 4 開かれた学校づくりの推進と外部評価の活用
- 5 教職員の資質の向上

「確かな学力」の定着を図る「磨き」学習

- 教育課程の工夫 — 基本教科時数の増進
- ・ 全教科の学習基盤の国語力向上、英語、教科シラバスの配布と検討・更新
- 基礎学力の確実な定着 — よく分かる授業
- ・ 習熟度別少人数授業の推進 (英語・数学)
- ・ 香川型教材の活用
- ・ 補充学習の実施 — 到達度テストとドリル学習
- 得意分野を伸ばす発展的学習
- ・ 朝学習の工夫 — 朝読書と読書の拡大
- ・ 選択学習の履修幅の拡大
- ・ 長期休業の活用 — おもしろゼミナール
- ・ 総合的な学習の時間の工夫 — サイエンス探究 (桃源タイム)
- 授業評価の実施
- ・ 生徒による授業評価と改善報告
- 評価を生かした指導方法の工夫・改善
- ・ 自尊感情を高める評価の工夫 (加点主義)
- ・ 学期末懇談の工夫
- 家庭学習の習慣化 — 個別指導の徹底
- ・ 図書館や情報機器の積極的活用
- 図書館や情報機器の積極的活用
- ・ 家庭との連携
- 図書館や情報機器の積極的活用
- ・ 家庭との連携

〈15の春を泣かさぬ〉

自由と規律の調和

自主・力行・創造・敬愛・感謝 → 自立と貢献

豊かな心と逞しい心身を育てる「磨き」活動

- 支持的雰囲気のある学級・学校づくり
- ・ ふれあい活動の充実
- ・ 基本的な生活習慣の徹底
- ・ 「堅持」(継続)「転換」(刷新)「進歩」(発展)「言議」(議論)「規範意識」の育成 — 温かさのぬかに毅然とは調
- ・ 自尊感情の醸成 — 自己を大切に
- 教育相談態勢の充実 — 「カウソウ」(月一) (月一) (月一)
- ・ いじめ、不登校の解消
- 「共に生きる」体験の重視
- ・ 道徳の時間や福祉体験の重視
- ボランティア活動や福祉体験の推進
- ・ 生徒会活動の活性化
- キャリア教育(説明)の推進
- ・ 職場体験学習(年)や高校訪問(年)
- 人権・同和教育の充実 — 日常生活に根ざして
- 健康教育の推進と安全指導の日常化
- ・ 生活リズムの確立 — 睡眠、起床、運動、読書
- ・ 学園早期治療、フックアップ
- ・ うつ予防治療、望ましい食生活の推進
- ・ 生活リズムの確立 — 睡眠、起床、運動、読書
- ・ 性教育、薬物乱用防止教育の徹底
- ・ 交通安全(ヘルメットの着用)指導の徹底
- ・ 危険予測と回避能力の育成

〈誠実な対応でオンリー1を〉

各関係機関との連携

- ・ 校種間の協力体制の推進
- ・ 丸亀市立中学校研究会
- ・ 校区内小学校一貫性教育
- ・ 少年育成センター
- ・ 教育支援センター
- ・ 坂出警察署 (飯山交番)
- ・ 児童館や人権センター
- ・ 地区公民館(ピッチ・カレッジ)
- ・ 総合福祉センター
- ・ 学校医、薬剤師 など

P T A 活動

- ・ 学校経営と連携して
- ・ 新委員会、代議委員会、部会 など
- ・ 各部会の活動
- ・ 学校保健委員会(年回)
- ・ 給食試食会(年回)
- ・ 交遊、座談会
- ・ 部活動への支援
- ・ 各部育成会の結成 など

研修の充実

- 教科部会の充実
- ・ 少人数指導(少人数)の形態や香川型教材の活用
- ・ 教科シラバスの作成と実証的な検討
- ・ 評価・同和教育研究の充実
- 人権・同和教育研究の充実
- 校区内の小中学校一貫性教育 — 交流の推進
- 「丸亀教育」の飯山型を模範

生徒の主體的な活動の支援

- 生徒会活動 — 生徒の発案・創意の尊重
- ・ 生徒会行事(体祭・樹祭・運動会など)
- ・ 委員会活動の活性化(部活動の)
- ・ 生徒集会(月一回)
- ボランティア活動(「磨き」活動)への積極的な参加
- ・ 地域との連携(「磨き」活動)への積極的な参加
- 部活動奨励 — 一人一人を主役に
- ・ 得意技を磨き、自信と誇り

開かれた学校づくりと学校評価の活用

- 積極的な情報提供 — 家庭・地域に
- ・ 家庭との連携 — 齊学校開放日、学校だより(月一回)
- ・ P T A 代議員とこぼしSOS箱 — 校外生活の情報収集
- 学校評議員会
- 学校支援ボランティアの積極的活用
- 地域、保護者からの学校評価の公開 — 「学校だより」

〈謙虚に学ぶ教師〉

〈家庭・地域とともに〉

地域と生徒保健委員会との共同健康教育への取り組み

山口県立山口高等学校

1 学校紹介

本校の歴史は、文化12(1815)年創設された私塾山口講堂（後の山口明倫館）が、明治3(1870)年改称されて山口中学になったことに始まる。その後変遷を経て昭和25(1950)年県立山口高等学校となる。

現在全日制生徒数1109名で29学級。他定時制、通信制の課程を有している。教職員は120名である。



開校以来134年以上の歴史があり。県内でも早く2学期制65分授業を実施し授業時間の確保に心がけている。基礎学力や発展的・応用的な学力を身につけるとともに、生徒の主体的な学習促進に努めている。高大連携教育等積極的な推進をおこなっている。

運動部及び文化部などの部活動に全校生徒の60%余が加入し、平成16年度、運動部文化部共に県内でも上位の成績を上

げ、中国大会や全国大会にも出場している。生徒個人でも全国高校読書体験記コンクールの受賞や全国日本学生児童発明工夫展で受賞した。

校訓「至誠剛健」のもとに「自由な気風」「進取りの気風」「文武平等の気風」で学校行事も積極的に実施している。6月の「山高総体」、7月の「合唱大会」、9月の「銀鐘祭」、11月の「マラソン大会」、12月の「クラスマッチ」、3月の「萩往還」等がそれである。これらの行事は生徒が自分たちで工夫し作り上げていくものである。



2 学校経営方針と教育（平成15年度）

1) 本校教育目標

- ① 道義心の高揚（徳育） ② 実力の養成（知育） ③ 健康の増進（体育）

2) 本年度の努力目標

- ①勢いのある学校づくりの推進 ②実態に即した定時制・通信制教育の研究と実践 ③能力・適

性等に適合する学習指導の充実と自己教育力の育成 ④自律的
生活態度の育成 ⑤個に応じた進路指導の充実 ⑥人権教育の
深化と充実 ⑦国際理解教育の推進 ⑧情報教育の推進 ⑨環
境教育の推進 ⑩社会の変化に対応した学校運営等の推進 ⑪
環境の整備



3) 本年度のチャレンジ目標

学習指導、生徒指導、進路指導、人権教育・教育相談、保健・安全、情報教育、図書指導、保
護者との連携それぞれにチャレンジ目標を決めて生徒に密着した内容で指導している。

★健康・安全…運動に親しむことのできる体力を養おう。

「山高健康の日」を設定し、推進する。(健康について考える力を培う)

★保護者との連携…ホームページなどを活用し、保護者への積極的な情報提供に努める。

P T A委員会・総会への保護者の出席率をアップする。

4) 本年度学校保健・安全目標

① 日常生活全体を通して、自他の健康や生命について考える力を身につける。

② 学校環境に関心を持ち、自分を取り巻く健康で安全な環境について考える力を育てる。

3 教育計画をよりよく実践するための取り組み

1) 学校保健委員会(2月)

教員全員に学校保健委員会内容について報告。(学校保健委員会だより作成)

2) 各分掌の部長及び養護教諭の学年会議参加

平成9年度から教頭、教務、生徒指導、進路、環境保健体育、教育相談及び養護教諭が学年会
議に出席し生徒の情報交換を行うことにより、学校全体の共通理解を図る。

3) 養護教諭の生徒指導委員会参加

養護教諭は、保健室での情報を伝え処罰としての指導に陥りがちな生徒指導委員会で教育相談
的な指導がなされるよう助言する。

4) 教育相談委員会の実施

5) 体育の授業での運動に親しむ内容実施

6) 山高総体実施(維新100年記念公園を利用し全校生徒で実施)

7) 総合的な学習の時間を利用して健康教育実施（1、2年生と3年生の希望者）

4 生徒の健康課題

生徒は向上心が強く、勉強も部活動も一生懸命行い、教師や親の言う事には素直に従うが、自立心に欠ける。好奇心は旺盛であるが、警戒心は少ない。

1) 塾通いで夕食の時間や内容が安定していない。

中学校まで成績上位の生徒が多いため、順位や点数にストレスを感じる生徒が多い。また、人間関係（友達との関係）に悩む生徒が多い。

2) 全般的に責任感が強くまじめな性格傾向にあるため体調不良になっても、休養を上手に取ることが苦手である。また、家庭で勉強の環境が整えられているためか、学校での環境（暑さ、寒さ）に耐えられない生徒が多い。

3) 進学のための勉強には関心があり、健康に関する知識はあるが、日常生活に反映されていない。

4) 生徒の中には運動は通学と体育の授業のみという、運動から縁遠い生徒もいる。

5 課題解決へ向けての取り組み

1) 安全管理

① 学校への不審者侵入危機管理マニュアルを作成し、不審者侵入を想定した避難訓練を実施した。

2) 健康管理

① 学校医と生徒の実態について話し合い、健康診断の内科検診にメンタルヘルス用を含めた問診票を作成し、平成15年度から実施した。

② 精神的な面で配慮を要する生徒もかなりいるため、4月に担任が決まると担任・養護教諭と保護者の面談を行い生徒の近況を知り、今後の学校生活における配慮事項を確認する。保護者の許可を得、主治医との面談も実施する。

③ 心臓・腎臓検診精密検査については出席停止扱いとしている。個人指導は養護教諭が行い検診の意義を生徒に確実に伝え、早い時期の精密検査実施を行った。

④ 大規模校で個々の生徒の状況がつかみにくいため、新クラス担任へ、始業式までに健康状態を伝え、危機管理を図っている。

3) 環境管理

① 整備委員会を中心にゴミ分別収集を実施している。銀鐘祭（文化祭）のゴミについても各クラスやテーマ発表班へ分別収集の徹底を図っている。

② 学校周辺の整備活動にも生徒会が中心になって実施している。

4) 生徒保健委員会

- ① 生徒の主体的な活動を中心に内容を決定する。そのため、月ごとのテーマはあえて決めていない。(別紙：学校保健委員会年間計画参照)
- ② 総合的な学習の時間で、「山高健康の日」を設定し、健康について1・2年生全体で考える。単なる1日の授業でなく1年間を通して健康について考えられるように、生徒保健委員全体で働きかける。

＝ 1年間の活動記録 ＝

4月 昨年度の反省をもとに、今年度の山高健康の日へ向けて活動開始

6月 健康の日について3年生へアンケート

7月 1、2年生へのアンケート実施

9月 新役員決定、引継ぎ、1、2年生全員へ講座希望アンケート実施

10月 後期保健委員会…昨年度のビデオ視聴

…講座担当者決定、保健委員予定表配付

講師への電話依頼開始 生活習慣アンケート作成(10、11月)

11月 県保健センターへ訪問、講師依頼 課題学習記録用紙、作成

16日(火) LHR実施…生活習慣アンケート実施、集計、課題学習記録

12月 課題学習記録をもとに講師と打ち合わせ

1月 山高健康の日当日の仕事割り当て、最終打ち合わせ

27日(木) 山高健康の日 開催

2月 冊子について検討 保健委員反省、体験記

3月 冊子作成 講師訪問、お礼



「山高健康の日」ホームページから抜粋

http://www.yamaguchi-h.ysn21.jp/zennichi/gyoji/kenkou/index_kenkou.htm

◆山高健康の日について

日時 平成17年1月27日(木) 生徒及び講師移動 午後1時5分～1時20分

テーマ別で授業 午後1時20分～2時45分 感想 午後2時45分～3時25分

平成16年度保健目標 “日常生活全体を通して、自他の健康や生命について考え、健康な生活を実践する力を身につける。” というテーマのもと学校、家庭、地域、他機関との連携を図りながら、生徒各自がそれぞれの健康課題について考えることを目的に16年度「山高健康の日」が開催されました。

「山高健康の日」は平成15年度に引き続き今年で2年目になります。各クラスの保健委員を中心にして生徒の健康について考え議論し、専門の先生に話し合ったことについて指導・講義を受けるという1、2年生を対象にした生徒活動です。

今年度は、保護者の会も開かれました。15年度の学校保健委員会で、保護者にもこのような時間があるといいという意見がでて、PTA委員会で話し合いがおこなわれ実施の運びとなりました。高校生をもつ保護者の悩みや問題点を山口大学保健管理センター所長平田牧三先生をお迎えして講演や意見交換がおこなわれました。

事前学習

11月16日（火）LHR・・・

昨年11月16日ロングホームルームの時間を使って各希望分会に分かれて会議をもちました。担当者、担当教員の確認もおこない、『生活習慣アンケート』を実施し、問題点を浮き彫りにしています。このアンケートの集計をもとに講師に依頼する内容の検討をしました。



各分会では活発な意見交換がおこなわれた。

12月8日～12月13日・・・1、2年生は各自で課題学習をおこない提出しました。12月下旬から自分達が見たい内容、講義の形式などについて講師と話し合いを行ない、準備しました。1月講師の助手をするために研修にも行きました。（歯と健康）

目的 ① 「山高健康の日」に向け各自の参加する講座及び教室の確認。

② 生活習慣アンケートの実施。アンケート結果をまとめ講師へ持参し山高生の実態を把握してもらうための資料とする。

③ 事前にまとめたアンケート（知りたいこと、学びたいことのアンケート結果）をもとに講師に依頼する内容について明確にする。

④ ①②③を実施する過程をとおり健康について考える機会とする。また、「山高健康の日」は保健委員を中心として自分たちで作り上げていくものであることを確認する。

課題講座15項目（参加予定人数）

1. 頭痛、腹痛について(56) 2. 眼と健康(73) 3. 耳と健康(38) 4. 歯と健康(38) 5. 薬と健康(37) 6. 食生活と健康(55) 7. 睡眠と健康(77) 8. 喫煙、飲酒と健康(29) 9. ストレスと健康(44) 10. 腰痛肩こり(57) 11. スポーツと健康(74) 12. 応急処置(44) 13. 思春期と性(55) 14. 男女交際(38) 15. (保護者の会)思春期のメンタルヘルスー学校保健の立場からー

スポーツと健康



頭痛、腹痛について



保護者の会



「ストレスと健康」受講生の感想より

ストレスをとるためには“生きる力”が大切だということが分かった。あと、ストレスは自分に悪影響を及ぼすものでしかないと思っていたが、先生のお話をきいて、見方をかえれば“よいストレス”になるストレスもあるんだということに気がついた。

6 反省と評価

ある日3年生の保健委員長が、「僕たち大学に行って一人で生活できるのだろうか？」という独り立ちへの不安な言葉と「高校は独り立ちへの準備期間であり、健康な生活について考える機会が必要だ。」養護教諭の思いが一致し「山高健康の日」が誕生した。

初めての実践であるため、何からどう手をつけてよいか分からなかったが、保健委員長・副委員長・書記・学年幹事と保健委員有志で考えた末、生徒保健委員会に提案した。「分からない事が出来たら考える」という形を取ったので時間はかかったが、問題解決のための話し合いは何度も行われた。部活動、課外、塾へ通う生徒が多数いるため保健委員が集合し、活動できるのは昼休みの時間だけであった。弁当持参での話し合いもあったが、生徒の発想で主体的に進めたため順調であった。活動は地域の中にある山口高校として位置付き、山口市や山口県の保健センター等、地域の人材を利用した講座開設は、講師も好意的であった。生徒たちは講師の寛容さや熱心さに驚き、講師のためにもまとめた冊子を持ってお礼に行きたいという感謝の気持ちが出てきた。保健委員の中には地域の中で生きている自分というものを感じた生徒も多かった。

「山高健康の日」は、ひとり一人の知りたいテーマを開設しておこなったため、生徒は楽しんで参加していた。健康を自分自身の問題と考え、自分にあった方法を選び行動を選択し、日常生活に反映できるようにならなければならないこと等、多くのことを学んだ。健康について学校全体で学ぶことができたのは大きな成果であった。

生徒は地域の多数の講師をお迎えすることにより、地域の人材の豊かさや暖かさを感じた。さらに自分の進路についても考えるきっかけとなり、健康面だけでなく生徒の進路決定にも役立った。また、校内の教師の協力は授業以外の教員の一面を発見し、生徒と教員の関係づくりにもなった。

7 おわりに

学校医・学校歯科医・学校薬剤師には計画の段階から相談を行い実施した。学校医は引き受けるテーマが無い場合は他の医師を紹介するなどとても協力的であった。

「山高健康の日」は生徒が作り上げる時間として学校全体の教員のサポートがあった。学校保健委員会では保護者から「保護者も参加できる会」という言葉も出てきた。平成16年度には保護者の協力を得てアンケートを実施し「保護者の会」も実現できた。

平成17年度に入り、3年生は「山高健康の日を」1、2年生に継続していくために3年生全体に感想を求め、新たな「山高健康の日を」創るための足場づくりをおこなっている。

平成 15 年度 学校保健安全計画

学校保健・安全計画

- (1) 日常生活全体を通して、自他の健康や生命について考える力を身につける。
 (2) 学校環境に関心を持ち、自分を取り巻く健康で安全な環境について考える力を育てる。

月	生徒保健委員会活動	保健管理(行事)	保健指導	環境衛生	安全管理指導
4		定期健康診断 身体測定・内科検診 尿検査・尿再検査 間接撮影(1年) 心電図検査(1年) 保健調査 職員定期健康診断 間接撮影・視力検査 尿検査	新入生保健指導 定期健康診断の事前指導 視力低下者の指導	校舎内外の環境衛生 清掃美化計画 保健室整備 机・椅子の点検・整備	施設設備の安全点検・整備 安全生活指導(オリエンテーション) 交通指導(登下校の安全) 交通ルールの徹底 防火組織の作成・避難訓練 防火防災施設の点検整備 スポーツテスト時の安全指導 春の交通安全健民運動
5	テーマの設定	日本体育・学校健康センター 加入名簿更新 定期健康診断 内科検診 歯科検診 眼科検診 耳鼻咽喉科検診 直接撮影 職員定期健康診断 内科検診・血圧測定 直接撮影・尿再検査	歯の衛生(早期治療) 疾病異常者の指導 尿検査要精密者の指導 心電図検査要精密者の指導	水飲み場・手洗い場の点検 月末大掃除	校内安全点検と整備 学校周辺の交通立哨 自転車の通学マナーの指導
6		職員定期健康診断 胃検診・血液検査 心電図・聴力検査等 定期健康診断 耳鼻咽喉科検診 修学旅行事前健康調査	う歯の予防指導 梅雨期の健康生活指導(食生活指導・食中毒予防) 定期健康診断結果通知	水質検査(プール・飲料水) 月末大掃除	校内安全点検と整備 自転車置き場の点検 山高総体前の安全指導 避難訓練(不審者進入)と安全指導
7		修学旅行事前健康相談 思春期に関する講演会	修学旅行事前指導 疾病異常者の治療勧告 夏季休業中の健康指導	月末大掃除 水質検査(プール・飲料水・降下水槽)	校内安全点検と整備 学校周辺の交通立哨 夏季休業中の安全指導
8		疾病異常者の治療状況把握 銀鐘祭食品バザーの衛生管理 運動部健康相談(学校医)	疾病未治療者の指導 規則正しい生活指導 運動部生徒の保健指導	排水管理定期検査 月末大掃除	校内安全点検と整備 学校周辺の交通立哨 秋の交通安全健民運動
9	テーマの内容・確認	薬物乱用ダメ、ゼッタイ教室	視力低下者の指導 視力保持についての指導	月末大掃除 照度検査 室内空気検査	校内安全点検と整備 交通安全教室 火気使用点検
10		校内マラソン事前健康相談(学校医) 山高健康の日事前集会 健康要注意者名簿作成	校内マラソン大会の要注意者指導	月末大掃除 薬品管理状況調査	校内安全点検と整備 自転車の安全点検
11	テーマ別の検討		冬季休業中の健康指導 インフルエンザの予防	換気指導 月末大掃除	校内安全点検と整備 クラスマッチ時の安全指導
12	テーマの実践	山高健康の日	インフルエンザの予防 冬季保健指導	教室空気検査 換気指導 月末大掃除	校内安全点検と整備 防火防災避難訓練及び安全指導
1		学校保健委員会 衛生委員会	健康手帳の整理 疾病未治療者指導	換気指導 月末大掃除	校内安全点検と整備 学校周辺の交通立哨
2	一年間の反省及び来年度の計画	年度末反省・次年度学校保健安全計画立案 記録諸帳簿の整理	春季休業中の健康指導 1年間の健康の反省	各種備品の点検・整備 カーテンの整備 年度末大掃除	校内安全点検と整備 学校安全の反省と評価 消防設備の総合点検

Ⅲ 特別奨励校

<小学校>

<高等学校>

心身の健全な発達を目指した健康的な生活習慣の形成をどう図るか ～自らの生活習慣を考え、改善できる児童の育成～

沖縄県糸満市立糸満小学校

1 学校紹介

本市は、沖縄本島の南端に位置し、昔から漁業のさかんな地域である。旧の5月4日にハーレー（舟の競漕）、8月15日には大綱引きと伝統行事が今も盛大に催されている。

本校は、創立123年になる伝統のある学校で、閑かな住宅街にある。校庭は緑の木々に囲まれ、花壇は年中花が咲いている。児童数は324名で、特別支援学級2学級を含む14学級、職員25名の適正規模の学校である。本校児童のほこりは、①元気なあいさつ、②時間のけじめ、③話の聞き方、④よく働くの4つである。



2 学校経営方針と健康教育

1) 教育目標を「心豊かで、未来を拓く、元気な子の育成」とし、目指す児童像に「①課題をもって、進んで学習する子、②明るく思いやりのある子、③健康でねばり強い子」と設定している。本校の重要課題として、これまでの健康教育の成果を生かし、健康教育の充実・発展を図ることを挙げたい。

2) 教育計画での位置づけ

- ① 全教育活動を通して健康教育を行うために、健康教育の全体構想図を作成し、系統的な指導ができるようにしている。
- ② マトリックスを作成し、意図的・計画的に実践している。 (資料参照)

3) 実践するための具体的な配慮事項

- ① 児童の実態把握をし、課題を明確にする。
- ② 実践事項を共通理解し、継続的に共通実践する。
- ③ 計画的に評価し、指導に生かす。

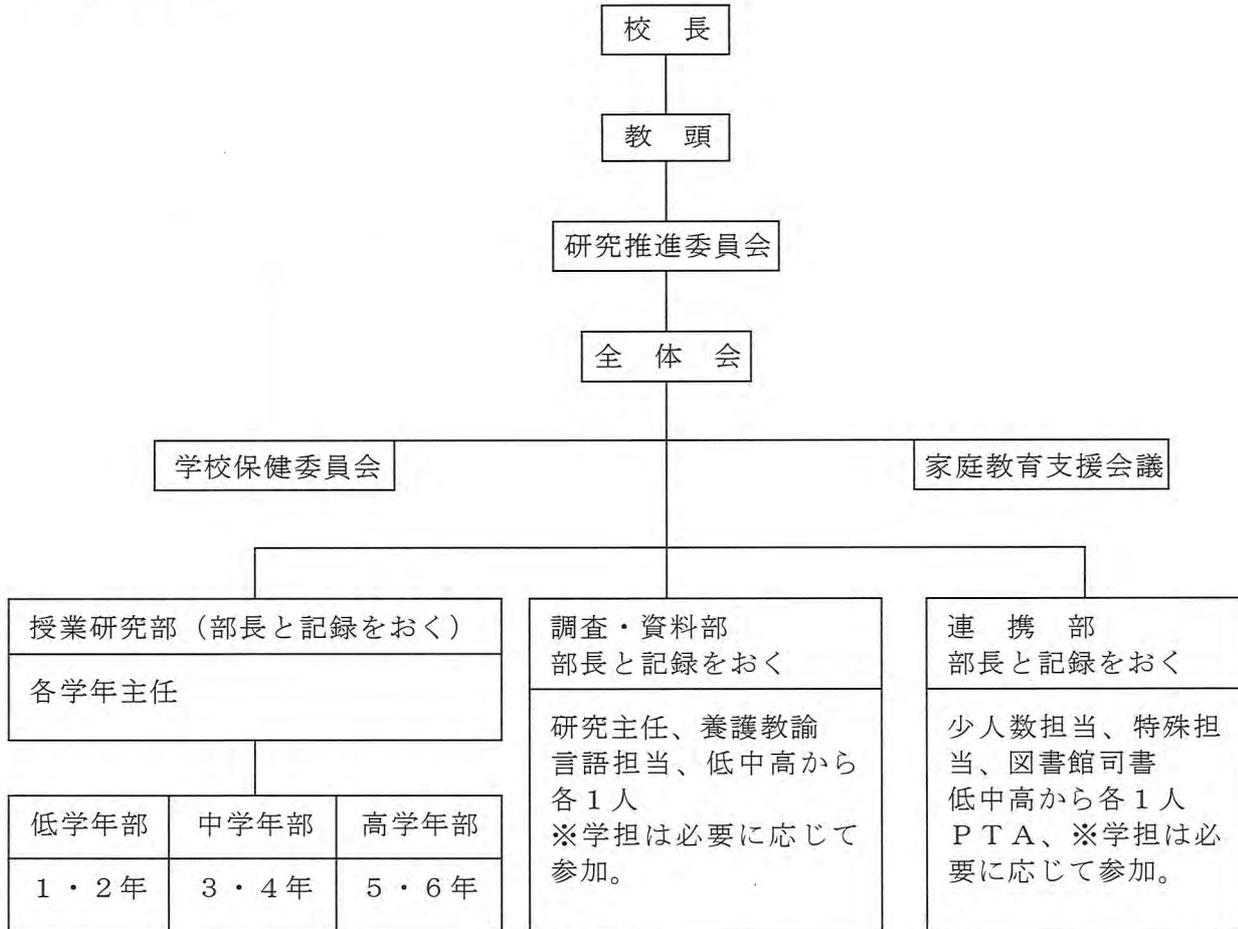
3 学校保健（安全計画）

児童の実態を捉え、課題を明確にして指導計画を見直した。
本年度の努力事項

- 1) 学校保健計画に沿って、児童の健康管理を効果的に行う。
- 2) 児童の健康に対する意識を高めるために、健康教育を実施する。
- 3) けがの発生を防止するために、安全管理、安全指導に努める。

4 健康教育の推進体制

1) 推進組織図



5 学校保健委員会

- 開催回数 年2回
- 協議題等

議 題	主な出席者	所要時間	主な成果
<ul style="list-style-type: none"> ・健康診断結果報告と事故対策 ・本校の健康教育の課題 	学校医、学校歯科医 学校薬剤師 学校職員 保護者代表	1時間	児童の健康の実態を共通理解し、虫歯予防活動の強化が図られた。 健康教育の課題が明確になり、連携をした取組が行われた。
<ul style="list-style-type: none"> ・拡大保健委員会「ストレスの解消法講演会」 	全児童、保護者 学校職員	1時間	ストレスについての理解と解消法を学ぶことができた。

6 健康教育の実際（15年度）

研究組織は調査・資料部、連携部、授業研究部の3つからなり、それぞれ連携しながら研究を進めた。各部の活動を紹介する。

【調査・資料部】

1) 生活リズム点検

- ・児童がよりよい生活習慣を身に付け、健康な生活ができるようにすることを目的とし、実施した。項目は①朝食、②登校時刻、③あいさつ、④家庭学習時間、⑤テレビ視聴時間、⑥就寝時刻の6項目で、毎月月初めの週を点検週間（5日間）とした。
- ・毎月、広報誌「かけはし」を発行して、健康教育の取組や児童の実態を保護者に伝え、子ども達が自分自身で生活を振り返ったり、家族と話し合う場を設けた。

2) 地域懇談会への資料提供

- ・学校で取り組む生活リズム点検の趣旨と生活リズム点検結果から見てきた子ども達の生活実態を地域懇談会で話題提供した。親、地域、学校の果たすべきこと等を話し合った。

3) 心のアンケート実施（7月・11月・2月）

- ・「学校は楽しいですか」の項目で、7月、11月、2月にアンケート実施した。「とても楽しい」「まあまあ楽しい」を合わせると96.7%という結果が出て、ほとんどの子は楽しく過ごしている。楽しくない児童が挙げている「勉強が分からない」「友達関係」「いじめ」について、学校全体の問題として取り組んでいく。

4) 保健指導

- ・「歯の衛生週間」の取組では、歯科衛生士による全学級へのブラッシング指導やむし菌なし児童の全体朝会での表彰、標語・ポスターの募集と対外行事への応募を行った。
- ・「さわやか週間」の設定。毎月第1週にさわやか週間を設け、給食後の歯みがき調べを行っている。
- ・「目の愛護デー」の取組では、全児童の視力検査の実施と低視力者への保健指導を実施した。「目」に関するビデオを全校一斉に視聴する。
- ・「いい歯の日」の取組では、虫歯未治療者への再治療勧告と治療状況の学級別グラフを作成・掲示し、実態を知らせた。また、全クラス歯垢染め出しジェルを使用し、歯みがきチェックを実施し、手鏡を見ながらきちんと磨けてない歯を再度磨いた。

【連携部】

1) 健康だよりの発行

- ・毎学期1～2回健康だより「元ちゃん」を発行して、学校・学年・学級や家庭の健康に対する取組等を保護者に知らせ、健康に関する意識を高めた。

2) FMたまん放送(9月~3月)

- ・健康教育取組の中で、児童の感想や作文等を収録して保護者や地域に放送し、糸満小学校の健康教育について紹介を行った。FMたまんの主宰者が本校のPTA会長を務めており、小回りの利くミニ放送局の特長を活用させてもらうことができた。



3) 我が家の健康教育

- ・各家庭の健康の取組に関するアンケートを実施、集計し、結果を「健康だより」の記事にして、各家庭の取組を紹介した。

4) 地域懇談会への資料提供

- ・学校で取り組んでいる「健康教育」活動の紹介、「テレビを見ない日」の設定・実施の協力を呼びかける。その日は、家庭団らんの日にあてるようにする。

5) 「テレビを見ない日」の標語募集

- ・せめて1週間に1日だけでもテレビを見ない日を設け、家族で学校生活の様子や友達関係、将来の夢や希望について語り合う時間の確保を啓発するための標語を募集した。優秀作品を壁掲示用に印刷して全校児童に配布し、実施を呼びかけた。その他の優良作品は学年毎に掲示し、実践意欲を高めた。

6) 健康教育講演会の実施

- ・「健康とストレス」についての講演会を県立看護大学講師が、全児童・保護者を対象に実施し、「心の健康」についての内発的学習意欲を高めさせた。また、PTA文化教養部と市保健婦が連携し「糸満市民の健康の実態とその改善について」の講演を行った。

【授業研究部】

- ・各教科・道徳・特別活動・総合的な学習の時間等で実践できる部分を明らかにし、実施計画を作成する。
- ・健康教育に関わる体験学習・問題解決的学習過程等を取り入れた学習指導を工夫・改善していく。

発達段階に応じた指導は、各学年が「健康教育」を多様な指導方法で授業実践することによって、児童の「健康」に対する関心を高め、自分の生活習慣を自分で考え、改善させたいねらいで授業に取り組んだ。紙面の都合で、低・中・高学年部から1学年ずつ授業実践例を紹介する。

(1年生の授業) 「ねるまでのすごしかた」 学級活動

授業指導者 担任、保護者

本時のねらい: 「学校から帰ってお家で寝るまでの生活を振り返り、どのように過ごせばよいかを考えることができる」

保護者に協力してもらい、パペットや紙芝居を活用して、下校後の生活を振り返り、自分の生活マップを作成する。友達的生活マップと比べてその違いに気付いたり、自分の良さや見直したい点に気づかせる授業を行った。成果として、午後9時までに寝る児童は5月が29%だったが、12月は47%にもなった。

(4年生の授業) 「生活リズムと健康」 総合的な学習の時間

授業指導者 担任、養護教諭、保護者

本時のねらい：「自分の課題解決のために支援者と共に考えることによってより深め、健康宣言をすることができる」

保護者や養護教諭が支援者としてグループの話し合いに参加し、児童の課題解決の質問に親や人生の先輩の立場からアドバイスをしてもらった。話し合ったことを基に自分にあつた解決策を入れた「健康宣言」をワークシートに書いて発表した。ワークシートを家にもたせ、父母に励ましのことばを書いてもらい、そのことが児童の励みにもつながった。

(5年生の授業) 「わたしが心と体の主人公」 総合的な学習の時間

授業指導者 担任、養護教諭

本時のねらい：「心身の健康を保つため、一要因となるストレスについて理解させる。日常生活の中で活用するための、ストレス対処法を見いだすことができる。」

養護教諭も加わり、授業を進めた。グループで文字カードを使った文字ゲームを行い、そこからストレスサー、ストレス反応という言葉を知り、ストレスを上手に解消する方法を学んだ。ストレスの解消法にはいろいろあるが、リラクゼーション(腹式呼吸)を体験する。すぐむかつくという子が増えているが、ストレスについて考えることで、自己の健康のあり方を見つめ直すことができた。

7 成果と課題

- 生活リズム点検を実施することで、児童の健康的な生活リズムへの意識が高まり、課題をもって現状をよりよくしようとがんばる姿が見られるようになった。
- 子どもの生活リズムをチェックすることで、保護者の意識の変化や取組に対しての理解が得られた。
- 生活リズム点検をして、集計、考察をすることにより、児童の実態を把握することができ、指導に生かすことができた。
- 地域の専門的な人材の活用や家庭・地域との連携を図りながら取り組んだことで、児童の学習が深まり、保護者の生活習慣に対する意識が高まった。
- 各専門機関等と連携し、人材を活用した指導のより一層の充実を図る。
- 授業実践を通して学習してきたことを日常化できるための効果的な指導方法の充実。
- 健康的な生活習慣を形成するための保護者や地域への「健康教育」の意識の啓発。

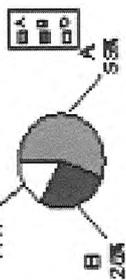
かけはし

第2号 新潟小学校
平成14年5月31日

教育調査部

あひさつ

あひさつは、悪好と思われるが、悪縁としては、
B、Cが半分を占めている。悪んであひさつとして
いない子が約半額にのぼる。

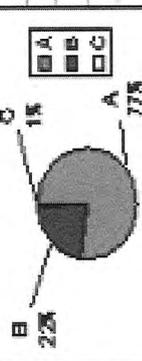


今半度、第1回生徒リズム調べが終わり、新潟小学校の児童の状況が明確になっ
てきた。生徒リズムは生徒層の態度を回り、個別的な身体をつくる基礎になるもの
である。月初めの第一週目に行われる生徒リズム調べを、児童が自分の態度について考
える機会とし、将来の自分の身体づくりにつなげていってほしいものです。

以下に5月歳の生徒リズムの状況を身呈してきた。A、B、Cについては、「かけ
はし」裏1面を参照のこと。

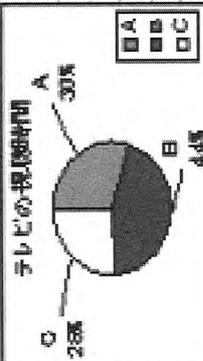
登校時間

約1%の児童が遅刻であり、33%の児童が朝
の自主活動の開始時間間に合っていない状況で
ある。



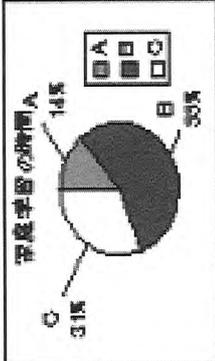
TV視聴時間

全体的にテレビの視聴時間が長い。3、4、5、
6年はCが多い。
半度が進むにつれて視聴時間が長くなっていく。
このことは家庭学習、家庭時間に影響している。



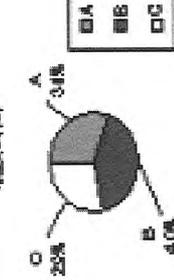
家庭学習時間

Cの段階は学年が上がるにつれて増えている。
Cの中には家庭学習をやっていない児童も含まれ
る。当面はCを減らすのが課題である。



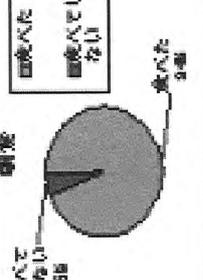
寝る時間

夜更傾向で、全体的に寝る時間が遅い。学年を違
て全体的に遅いといえる。
子どもたちが夜更生活に導く傾向があり、健康
害が種々多岐。



朝食

欠席児童が男と多く、しかも各学年にいる。
一日のエネルギー不足でもあり朝食をとりさせるには家
庭の協力が必要である。



保護者が保護者会から

先日、小中学校で保護者会が開かれた。首級先生の「生徒層を把握させるためには
保護者はどうかわければよいか」という話の中で何故も引き合いに出されたのが井上
さんの言葉だった。保護者さん自身も保護者会という活動に参加するということも
押さえておきたい。保護者には児童が卒業を期するまでの大きな責任がある。毎日の
生活リズム、生徒層をまじめと懸念してあげることが親々大人から子どもたちへ送る
プレゼントである。

保護者層

学校・通学・家庭への関係の関心を高めるということでも保護層を把握した。児童の
保護への思いが深められた保護の中からの次が保護者として選ばれた。この機会に
学校でも保護について考えてみましょう。
低学年：「しょうぶなからた びんあひさつ」 1年2組 きんしょうけい
中学年：「早ね早ね保護者一日のスタート」 4年1組 吉原綾子
高学年：「保護はからたをつくるプレゼント」 6年2組 武田潤人

12 健康教育と各教科のマトリックス表

※領域 (①心の健康 ②生活習慣 ③食習慣 ④薬物乱用 ⑤防災教育 ⑥保健 ⑦安全 ⑧給食 ⑨その他)

教科	1年	2年	3年	4年	5年	6年	
国語	どうぞよろしく① 手紙を書こう① 好きなものしらせるね① ずっと大好きだよ① アルバムを作ろう①	たんぼのちえ② スイミー① スーホの白い馬① お手紙① (夢や希望を持つ内容)	みんなこどもだった② 動物とくらす① 標識と言葉④ 調べたことをはっぴょうしよう④	友達っていいな① 生活を見つめて② (4年1組生活白書) 体を守るしくみ⑥ 十歳を祝おう④ 一つの花④	新しい友達① 地球環境について考えよう④ 海にわたる未来④	森へ① 海の命① 平和のとりで楽しく①	
社会			児童そう、わたしたちのくらし② まちではたらく人たち②	安全な暮らしとまちづくり⑤⑦ 健康な暮らしとまちづくり④	これからの食糧生産③ 環境を守る④ 公害ゼロを目指して④ 自然を生かしたくらし② ふるさと料理をつくろう④	戦争から平和へ歩みを見直そう① 世界の人々とのつながりを広げよう①	
算数			時間と時刻②				
生活	どうぶつをかおう① おじいさんおばあさんとあそぼう① いえでもたのしみたいね① いきかえりのみち⑦ 楽しかったことをつたえたいね①④ やさいをそだてよう①③ びゅうびゅうかぜとあそぼうよ①②	2年生になったよ① やさいをそだてよう②③ 木となかよし① なかよくなろう① (養護学校との交流) 町のなぞりしたいね⑦ 冬と遊ぼうよ①② すてきな自分をしてほしい①⑤					
理科			植物を育てよう④ 昆虫を育てよう④	あたたかくたって、暑い季節、すずしくなった、寒さのなかでも④	魚や人のたんじょう⑥	生き物と自然① 物の燃え方と空気④	
音楽	みんななかよし① みんなであわせて①	みんなあつまれ① うたえバンバン① なかしマーチ① 大きなうた①	こどものせかい① 友だち① せかいじゅうの子どもたちが①	みんなでのしく① 様子を思い浮かべて① みんなであわせて① わになれ歌声①	朝の気分(鑑賞)① 生命のいぶき⑥	曲のまとまりを感じて① きれいなびきで① 曲の気分をとらえて① 音楽の特徴を感じて①	
図工	お母さんの絵① どうぶつだいすき①	母の日の絵①	母の絵① ゆめのけしき① 歯のポスター	母の日の絵① 歯のポスター⑥	自問を持って(ゴッホの鑑賞)① こころを動かされた場面(感想画)①	未来に生きるわたし(「平和メッセージ」作品作り)①	
体育	基本の運動①②⑦ ゲーム①②⑦	基本の運動①②⑦ ゲーム①②⑦	わたしたちの生活と保健①②③④⑤ リズムある生活を送ろう①②③④ 身の回りをせいけつに②⑤ かんきょうをととのえる⑥ 泳ぐ・泳ぐ運動⑦	大きくなってきた私のリズム①(2)⑥ おとなに近づく体⑥ 体の中でも始まっている変化⑥ 水泳⑦	こころの健康① けがの防止⑦ 水泳⑦	病気の予防①②③④ 水泳⑦	
道徳	でてくるちから① うかんだうかんだ① どんぐり① こぐまのらば① チャイムがなりました② ある日のできごと② おれたクレヨン② かぼちゃのつる② やぎさんのたんじょうび② あぶないあぶない②⑦ よいみち⑦ ムスターの赤ちゃん④ ほやほやにいちちゃん④	ぼく① ともだちだものね① そらをとべなかつたビーすけ① 学級園のさつまいも① 森のともだち① たんじょうび① 2年生② うれしい気持ち② わたしのしごと② あいさつっていいな② わすれものだいじ② どうしたのかなぼく②	幸江のしゅじゅつ① 大助が行く① あつしの計画表② 陸ちゃんをたすける① たまちゃん大すき① きまりじゃないか⑦ わたしたちの校医さん④ 月曜日の朝②	花咲き山① やさしい涙① 目覚まし時計② 僕の部屋② 対馬丸のそなん④ 病気の人を助けたい④ 人間愛の金メダル④	命いっぱい① こころのレジューブ① 友の命① オトちゃんルールはあたりまえのルール① もう一人のお友達① 遺児の子供たち② おくびょう者の長ズボン② わたしのひめゆり戦記②	お母さんへの手紙① 散らかし魔② 修学旅行の夜② 「すまへん」でいい① かたうでの名コーチ(障害に打ち勝って)④ 遺児の進歩道(将来への希望④) 江戸しぐさ① 言葉のおくりもの①	
特活	生活リズム点検② きれいな歯②④ きれいなくき④ ひなんくんれん⑤ きれいなからだ②⑥ 楽しい給食④ すききらいなく食べよう②③④ 学校の行き帰り⑦⑦ ろうかの歩き方⑦⑦ もうすぐ夏休み②⑥⑦ おうちでの勉強② お世話になった人へ① 楽しい冬休み②⑥⑦ 春休みの過ごし方②⑥⑦ 目を大切に⑥ かぜってなに⑥ 避難訓練⑤⑦	体と心の成長①② 歯をみがこう② 片づけ② すききらいなく食べよう②③④ ねる子はそだつ②⑥ 夏休みの過ごし方②⑥⑦ 目を大切に② おへその秘密② 夏休みの過ごし方②⑥⑦ 雨の日の過ごし方②⑦ 春休みの過ごし方②⑥⑦ 避難訓練⑤⑦	学級びらき① 二期になって① もうすぐ四年生① タバコと換気④④ 歯とさとう④④ 風邪とインフルエンザ④ 目のけんこう② ケガの手当てと清潔(エイズ)⑥ 廊下や階段の正しい歩き方⑦ 正しい給食②④ 夏休みの過ごし方②⑥⑦ 冬休みの生活②⑥⑦⑦ 春休みの過ごし方②⑥⑦ 避難訓練⑤⑦	むし歯を予防する② 夏休みの過ごし方②⑥⑦ 冬休みの過ごし方② タバコって何だ④ エイズについて⑥ 冬の健康② 廊下や階段の正しい歩き方⑦ 給食のきまりについて④ 給食と栄養②③④ 二分の一の成人式を祝おう④ 避難訓練⑤⑦	体と心の成長① たばこの害について知ろう① 虫歯の予防と治療④ 目を大切にしよう⑥ 学校給食と栄養について④ 給食時の衛生とマナー④ エイズ学習⑥ 水泳の予防⑥ かぜの予防⑥ 夏休みの過ごし方② 男女仲良く① 冬休みの過ごし方② 避難訓練⑤⑦	友達を大切に① 友達を知ろう① 見直そう家庭学習② エイズの理解・予防⑥ 健康な歯⑥ 目の健康⑥ 水の事故防止⑦ 夏休みの過ごし方② 男女仲良く① 冬休みの過ごし方② 避難訓練⑤⑦	
総合的学習			生き物と友達になろう① いきいき健康キッズ①②③④⑥⑨	生活リズムと健康②③	私が心と体の主人公①	環境シンポジウムをしよう②③④ 見つけよう平和への願い①②③ 生活リズムとストレス②③④⑤	
健康安全的行事	身体測定⑥ 視力検査⑥ 聴力検査⑥ 尿・ギョウ虫検査⑥ 歯科検診⑥ 耳鼻科検診⑥ 心電図⑥ 内科検診⑥ 交通安全指導⑦ 避難訓練⑤⑦	身体測定⑥ 視力検査⑥ 聴力検査⑥ 尿・ギョウ虫検査⑥ 歯科検診⑥ 耳鼻科検診⑥ 内科検診⑥ 避難訓練⑤⑦	身体測定⑥ 視力検査⑥ 聴力検査⑥ 尿・ギョウ虫検査⑥ 歯科検診⑥ 耳鼻科検診⑥ 内科検診⑥ 避難訓練⑤⑦	身体測定⑥ 視力検査⑥ 聴力検査⑥ 尿・ギョウ虫検査⑥ 歯科検診⑥ 耳鼻科検診⑥ 内科検診⑥ 避難訓練⑤⑦	身体測定⑥ 視力検査⑥ 聴力検査⑥ 尿・ギョウ虫検査⑥ 歯科検診⑥ 耳鼻科検診⑥ 内科検診⑥ 避難訓練⑤⑦	身体測定⑥ 視力検査⑥ 聴力検査⑥ 尿・ギョウ虫検査⑥ 歯科検診⑥ 耳鼻科検診⑥ 内科検診⑥ 避難訓練⑤⑦	
家庭科					どのように生活しているかな② 身の回りを気持ちよく② 快適な住まいの方のくふう② 作っておいしく食べよう②	よりよい生活を目指そう①② 生活を見直そう②③ 生活に生かそう②	

自ら考えて判断し行動できることを目指した性教育 ～自分たちのSexualityをもっと知ろうよ～

大阪府立箕面東高等学校

1 学校紹介

本校は、大阪の北摂地域で、その中でも北の方に位置する箕面の山の麓にある。平成17年度からは生徒数約720人、職員数60名くらいの中規模な全日制の高等学校から、クリエイティブスクール（多部制単位制）として新入学生240名を迎え新たにスタートした。クリエイティブスクールとは、個々の生徒の興味・適性・学力・進路希望・生活スタイルに応じた体制（I部・II部）・多様な授業（「ワールド」選択科目・一般選択科目）を展開し、ひとりひとりの個性を大切にすることを基本とした学校である。今、4月からクリエイティブスクール1期生となる新入学生は、期待と希望に胸を膨らませ学校生活を送っている。また本校は山に近く自然に恵まれ、毎年2月には山の中を、2時間程ハイキングしてスケートをする学校行事を続けてきた。また、新しくワールドの授業では身近な植物を観察する授業も始まる。



このように緑豊かで、近くの保育所のこどもたちも校内を散歩していくようなのびのびとした環境の中で、愛嬌のある生徒たちが、とても元気よく学校生活を過ごしている。

2 実践記録

1) 健康教育としての課題

東京都幼・小・中・高・心障学級・養護学校性教育研究会の調査（平成14年）によると、高校3年生の性交経験率は約4割となり、厚生労働省の調査によると、10代の人工妊娠中絶率は増加し、クラミジア等の性感染症・HIV感染者の割合も増加傾向にある。保健室に来室する生徒たちに接していると、本校も決して例外といえない状況にある。

保健室における重要な役割である「健康相談活動」において、近年、性に関する相談が増加し、日常の生徒の言動から、性行為に至るハードルの低さを養護教諭が実感するようになった。相談の内容は、生徒の性に関する知識の無さ、無防備に行われている性行為などによる妊娠・中絶・性感染症の問題等が多くあげられる。相談の中には緊急を要する事態や深刻な事例もあり、学校現場が困惑させられることもあった。時には生命にかかわるような不幸な結末を迎えることもあり、この現状を何とかしなければならないという危機感を抱くようになった。このような現状から、従来の保健室での個々の生徒への個別指導とともに、集団への性教育の必要性を感じた。性教育を根付かせるためには学校の教育活動全体を通して健康教育として、組織的・計画的な体制

を整備し、対応していく必要がある。このように、保健室における日常的な「健康相談活動」の実状から、健康問題として認識し、組織へ発信して、性教育を学校教育における健康教育の課題としてとりあげ、組織的に計画して、継続的に実施するに至った。

2) 活動のねらい

- 生きる力を培う・生命の尊厳を広義の目的とする。
- 性についての科学的な知識を得るとともに自ら考えて判断し、意思決定の能力を身につける。
- 自分・相手を尊重した行動選択を取れるようになること。
- 同世代において性についての正しい知識が広く波及するようになること・相互に尊敬しあう雰囲気が醸成されること。
- 性についての題材を通じた委員会活動をすることによって、所属意識・達成感を実感し、周囲の大人に評価されることによる自己肯定感を培い育む機会とすること。

3) 活動計画・実践

- ① 保健室から組織的な対応に向けて（性教育に取り組むまで）
 - 健康問題として性についての問題を捉える。
 - 生徒の実状を組織（保健部）へ情報提供。保健主事・保健関係者へ性教育の必要性を提案。
 - 組織活動として性教育に取り組む必要性を検討。
 - 本校での現状より、可能な実施計画を立てる。

生徒・職員講演会の実施、生徒保健委員会活動等

② 実践内容・経過

- 講演会の実施（対象別）

・生徒対象講演会

「地球オンステージ」 2003年10月6日 全学年対象

講師：桑山紀彦氏（精神科医・NPO法人「地球ステージ」代表理事）

（平成14年度から三回目の講演会で、今回は生命をテーマにした）

- 職員対象保健講演会

・「若者の性行動」 2002年11月8日

講師：大石 仁美（平安女学院 養護教諭）

- 生徒保健委員会活動

・性感染症について 学習会2回実施

地域保健師講師

・文化祭展示発表

テーマ「自分たちのSexualityをもっと知ろうよ PART II」

性感染症について



- ・研究発表大会への参加

第51回 大阪府学校保健研究大会 2004年 1月15日

第43回 大阪府立高等学校保健発表大会 2004年 1月28日

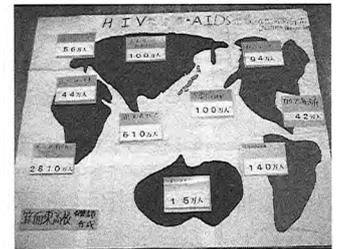
- ・地域中学校へ資料提供

(HIV/AIDS感染者世界地図作成)

- 保護者との連携

- ・保護者へ性教育の必要性を説明

(保健部長より合格者説明会にて)



PTA保健フォーラム (平成14年度実施)

- ・講演「今どきの思春期の性について」 2002年 2月 2日

講師：石川 英二氏 (石川クリニック所長)

- ・保護者に向けて生徒保健委員の発表 2003年 2月13日

保護者への寸劇にて参加

- 家庭科授業教科との連携

家庭科授業で助産師とのTT授業 2003年 6月 1年生対象 3時間

性教育シリーズ "Sexualityをちゃんと知ろうよ"

1時間 妊娠・出産について……家庭科教科の授業 (知識度アンケート調査)

2時間 性感染症について……家庭科教科の授業

3時間 "Sexualityをちゃんと知ろうよ" …TT授業 助産師、養護教諭

(授業後アンケート)

授業後 プリント配布 (質問事項回答・相談連絡先等)





○ 地域との連携

- ・地域保健師・助産師との連携による保健委員会活動
- ・助産師との連携による授業

③ 実践内容の特徴的なこと・工夫点

○ 生徒保健委員活動について

各実践が単発的にならないように、次の活動に関係性をもたせ連動させるような形で進めていった。

具体的には、生徒対象講演という単発的な教育で終わるのではなく、平成14年度に実施した講演後に性について学習したい内容についての調査を生徒全員に実施し、その結果関心が高かった「HIV/AIDS」に続いて「性感染症」についてとりあげて保健委員活動として取り組むことに繋げた。

そして、地域の保健師と連携して学習会を開き、その学習した内容について、さらに文化祭の展示発表・府立高等学校研究発表大会への参加などの場へと活かしていった。これらの一連の取り組みによって、生徒は自ら発表するというを通して正しい知識を自分の中に取り入れ、相手に理解できるように工夫した自分の言葉で伝えることができるようになった。

また一連の活動を実施することによって、管理職をはじめ教職員に理解を得ることができるようになった。

○ 家庭科教科と連携した助産師・養護教諭のTT授業について

平成15年度には関係教科と連携して、授業をすることに至った。工夫点としては、従来の知識伝達の授業という形態ではなく、「どうしたら生徒に伝わるのか」ということにポイントを置いて授業内容を検討した。

4) 活動の成果・効果

① 生徒保健委員の活動として

保健委員会活動のはじめのうちは、「こんなんするの、めんどくさい。」など言っていた生徒たちではあるが、テーマにそって学習会をして、文化祭の展示発表の準備をし、大阪府立高等学校保健発表大会にむけての作業をしていくうちに次第に興味が湧くようになっていった。

そして、研究発表大会でその成果を認められ誉められることによって、本校の一部の生徒ではあるが、これらの生徒保健委員会の活動を継続して実施することによる、自ら「楽しかった。やってよかった。」という達成感を実感することができ



た。また、大勢の人前で発表し、良い評価を得たことによってその経験が自信になり、自尊心を高めることに繋がっていった。充実した活動を経験したことで、さらに生徒たちは保健委員活動に取り組むことに意見を出し、積極的な姿勢がみられるようになっていった。平成14年度・15年度と連続して研究発表し、生徒たちの自主性が芽生え次年度には「先生、発表したい。」という声があがり、引き続き活動を続けていくこととなっていった。

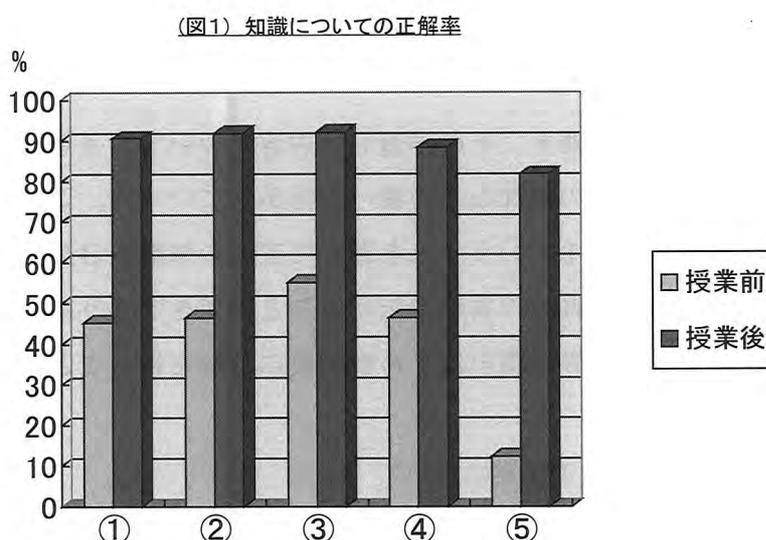
保健委員以外の生徒たちにとっても文化祭展示発表等による保健委員の活動を通して、性についてきちんと受けとめ学ぶ機会となった。

② 家庭科と連携した性教育の授業の効果

性教育の授業の効果については、授業前と後にアンケート調査を実施し、その結果を比較してわかるようにした。日頃、生徒たちは学習に対して無気力になっており、授業をきちんと座って受ける、人の話を聞くという姿勢を保つだけでも容易ではない。このような状況で、どう

したら生徒が興味・関心をもって授業を聞くという内容が展開できるのかという生徒の視点にたった授業構成に努めた。これらの工夫によって、知識度の正解率が授業前に比べて非常に高くなった。

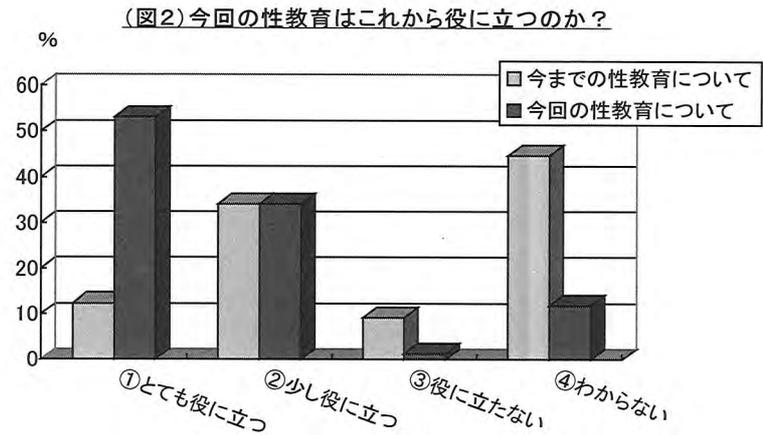
このことは生徒中心に授業を展開したことが効を奏し、客観的に生徒が授業に集中していたことを示しているのではないかと考えている。中には性について恥ずかしいと生徒たちが顔を伏せるような場面もあった



が全体的に真剣な表情が見られ、自分のこととしてきちんと受け止めようとしているという感触が得られた。また、今回の授業について「とても役に立つ」と答えた生徒は53%「少し役に立つ」と答えた生徒を合わせると85.2%であったことから性についての授業を多くの生徒が肯定的に捉えてくれた（小・中学校までの性教育については「とても役に立つ」は約10%）と評価している。また、授業自体の評価だけでなく、養護教諭が授業をすることで多くの生徒が、養護教諭・家庭科教諭に性について、より相談しやすくなった雰囲気が醸成されたという効果が見られた。

3 まとめ

わたしたちにとって、性についての問題は、知識の普及だけでは解決することはできないが、性については生命にかかわることであり、未来の社会に繋がることである。そのため、これからももっと大きな視野にたって学校教育のなかだけでなく、地域とともに連携した健康教育を充実させていく必要があると思われる。



21世紀・新しい時代の健康教育推進学校の実践

— 第3集 —

平成17年7月15日 発行

発行者

財団法人 日本学校保健会

〒105-0001 東京都港区虎ノ門2丁目3番17号

虎ノ門2丁目タワー6階

☎03(3501)3785・0968

印刷所 株式会社 日新社

☎03(3834)7090



撮影／ 原田正文

定価1,000円