21世紀・新しい時代の 健康教育推進学校の実践

-第7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 7 集 -

発刊にあたって

近年の都市化、少子高齢化、情報化、国際化などで社会環境や生活様式の変化は、子どもたちの心や体に様々な影響を及ぼしているという指摘があります。中でも生活習慣の乱れ、いじめ、不登校などのメンタルヘルスの課題、アレルギー疾患、性の問題、薬物乱用、感染症などの健康問題をもたらしていると言われています。

平成20年1月には、中央教育審議会答申「子どもの心身の健康を守り、安全・安心を確保するために学校全体としての取組を進めるための方策について」において、「子どもたちの現代的な健康課題の解決を図るためには、健康に関する課題を単に個人的な課題とするのでなく、学校、家庭、地域社会が連携して、社会全体で子どもの健康づくりに取り組んでいくことが必要である」(一部要約)と家庭や地域社会との連携の視点が今後の学校保健の在り方を考える上で重要な視点として示されました。

財団法人日本学校保健会では従来からこの様な国や関連団体からの答申や提言の具現化に向け、子どもの健康を願う関係者の皆様と協力して我が国の「学校の保健センター」的役割を担うべく推進してまいりました。これらの観点から学校が行う健康教育の取組のより一層の充実、推進を図り、活性化に寄与することを目指して本会では平成14年度に小学校から特別支援学校に至る全ての校種を対象とした「21世紀・新しい時代の健康教育推進学校表彰事業」を創設しすぐれた健康づくり活動を推進している学校を表彰するとともに、その成果の普及に努めているところです。

本事業は、各都道府県・政令指定都市学校保健会の協力により、年ごとに充実した活動内容の学校が推薦されております。平成20年度は各都道府県等学校保健会から91校の推薦を受け、この審査は書類審査を経て訪問審査に及び、委員の先生方には4ヶ月もの間、精力的に活躍していただきました。その結果、最優秀校5校、優秀校10校、奨励校3校、優良校73校を決定し、平成20年2月に日本医師会館で表彰式を行いました。

このたび、学校における健康づくり活動の一層の推進に資するため、これらの受賞校のうち最優秀校及び優秀校の実践の歩みをまとめた「21世紀・新しい時代の健康教育推進学校の実践」(第7集)を刊行いたしました。

本書が健康教育関係者に広く活用され、学校保健の機能を活かした健康学校づくりの推進に役立てていただくことを心から念願する次第です。

おわりに、本書の作成にご尽力いただきました関係各位に厚くお礼申しあげます。

平成21年3月

財団法人 日本学校保健会 会 長 唐 澤 祥 人

平成20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、生活習慣病の兆候や喫煙・飲酒・薬物乱用、いじめ、虐待、不登校、性の問題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、成果を上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

文部科学省·厚生労働省·他日本医師会·他日本学校歯科医会·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・他日本PTA全国協議会・他全国学校栄養士協議会・朝日新聞社・毎日新聞社・読売新聞社・日本経済新聞社・産経新聞社

4. 協 賛

P&G

5. 表彰式の期日及び場所

平成21年 2月18日(水) 日本医師会館

6. 表彰の対象

国公私立の小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校

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上げている学校。

但し、過去3年間連続して推薦された学校にあっては、1年間をおいて推薦するものとする。

8. 推薦書等の提出

平成20年8月末日までとする。なお、活動状況は前年度までの実績によるものとし、また、審査の参考にするため、実践例のビデオ等の提出を求めることがある。

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会事業報告会において、(財日本学校保健会会長が表彰状を授与して行う。表彰式に併せて研究発表を行うほか実践事例集を刊行し、学校保健活動の普及・充実を図る。

発刊にあたって

) 財日本学校保健会会長 唐澤祥人

平成20年度 健康教育推進学校表彰事業実施要項

平成20年度 表彰校の実践の歩み

I 最優秀校		
<小 学 校>		
• 岩手県雫石町立南畑小学校		
• 群馬県高崎市立大類小学校)
• 熊本県熊本市立砂取小学校	12	,
<中 学 校>		
• 愛知県豊川市立音羽中学校	18	;
<高等学校>		
• 大阪府立貝塚高等学校	24	E
Ⅱ 優 秀 校		
II 優 秀 校 <小 学 校>		
・ 群馬県前橋市立荒牧小学校····································	29)
	35	
鳥取県鳥取市立福部小学校····································		
山口県岩国市立神東小学校····································		
• 栃木県日光市立猪倉小学校		
<中 学 校>		
• 栃木県真岡市立真岡西中学校)
• 富山県射水市立奈古中学校		3
• 熊本県熊本市立藤園中学校	72	2
<高 等 学 校>		
• 青森県立八戸商業高等学校		3
<特別支援学校>	93	-
• 東京都立小金井特別支援学校	84	4

I 最優秀校

〈小 学 校〉

岩手県雫石町立南畑小学校 群馬県高崎市立大類小学校 熊本県熊本市立砂取小学校

〈中学校〉

愛知県豊川市立音羽中学校

〈高等学校〉

大阪府立貝塚高等学校

生命尊重を基盤とした薬物乱用防止教育と学校保健活動の推進 ~学校・家庭・地域・他機関等との連携を生かした健康教育~

岩手県雫石町立南畑小学校

1 学校紹介

本校の所在する南畑の地形は、奥羽中央山脈と南昌山山系の間に細長く、盛岡市の西南約2.4km、 雫石役場より西南約6kmに位置する。観光地としての鶯宿温泉郷は、湯の香り立つ温泉街はもと より、大型レジャー施設を有し、県内外からの当地を訪れる地域に一角を持つ児童数40名の小規模 校である。

学区民は、教育に対する関心が高く学校における教育活動等への協力体制が整っている。校舎に 隣接する日赤鶯鳴荘(老人養護施設)とは、本校児童と高齢者との交流があり、児童の心情を育む 思いやりの心を大切にした活動を継続している。今年度は、その活動が認められて日本赤十字社よ り「銀色有効章」をいただいた。また、歯科保健活動では、学校歯科医との連携により岩手県学校 歯科保健優良校を3年連続で受賞している。

平成16年~18年度の3年間において、雫石町が文部科学省より薬物乱用防止教育支援整備・活用モデル推進事業の指定を受けた。18年度は、町内の中学校(1校)と高等学校(1校)を会場に全国公開授業研究会が開催された。本校は、協力校として実践研究を進めてきたが、小規模校とは言え抱える健康課題は多々ある。

そこで、この機会を生かし、校内体制を整備して本校の健康教育の充実をめざした。

また、この取り組みを通して、児童・保護者・地域・教職員が一枚岩となり、地域等の協力を得ながら児童の自尊感情・自己肯定感の向上、教科体育の授業改善等により心身の健康の保持増進がさらに推進され、今後のライフスタイルをより豊かなものに築けると考え指定後も実践を継続している。

2 学校経営における健康教育について

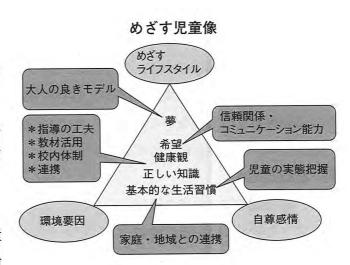
(1) 学校経営方針と健康教育

今年度の学校経営方針の重点の中で、健康 教育の充実を取り上げている。

う歯予防・肥満傾向児対応・薬物乱用防止 教育・食育等に焦点を絞り計画及び実践を積 み上げている。

(2) 学校保健(安全)計画

学校保健計画においては、保健管理、環 境管理、保健指導において学校医・学校歯



科医・学校薬剤師との連携と協力により実施している。

(3) 健康教育の推進体制

健康教育においては、保健指導に限らず保健学習や他教科等との関連を持たせながら実践している。また、校内体制による教職員との連携を生かし養護教諭や他機関等と協力し、より充実した教育を目指している。学校保健委員会も大きな役目を担っている。

(4) 学校保健委員会

開催回数は、原則年2回としている。学校保健活動の推進の土台となる学校保健委員会が充実し、年々関係者の薬物乱用防止教育への理解や他の健康教育への関心が高まってきている。また、小規模校の利点を生かし、保護者、地域の方々、行政関係者が多く集まる学校行事等に、学校保健関係の行事を合わせて開催し、「つながり」「連携」を重視して、健康課題の協議と児童の健康つくりの推進を図る機会を意図的に設定している。



*本校のために自分は何 が出来るか…、という スタンスの発言が嬉し い。



*児童会や保健委員会の 取り組みの様子を発表 して、感想・助言をい ただく。



*本校全ての児童に豊か な心と健全な体つくり を願ってのPTA・地域 の方々の参加

3 特徴的な活動【薬物乱用防止教育を中心とした学校保健活動の推進】

(1) 健康教育の重点課題

- ①薬物乱用防止教育の推進 ②肥満傾向児対策 ③歯科保健教育の推進
- ④教科体育の授業改善と体力・運動能力の向上 ⑤不登校対策と自尊感情・自己肯定感の向上
- ⑥食育の推進 ⑦安全教育の推進

(2) 課題解決のための活動のねらい

本校は、小規模校である。雫石町が平成16年~18年度の3年間における文部科学省より薬物乱用防止教育支援体制整備・活用モデル推進事業の指定を受けている。

この指定を生かしながら、本校における健康課題解決への糸口を見いだし、今後の教育活動及び学校保健活動の推進をめざしたいと考えた。

(3) 計画と実践

① 薬物乱用防止教育の推進

ア 全学年による指導継続

授業実践においては、年間計画に基づいて実践している。

*警察との連携によるキャラバンカーで薬物の見学



平成18年度に開催した、本校130周年記念学習発表会で岩手県立雫石高等学校の保健劇や 全学年における授業実践が地域への啓発となり、この教育がさらに推進されている。



*児童の発表場面



*GTとのロールプレイングの場面

*H18 町指定公開授業研究会 6年生「飲酒の害」: 学級担任 と養護教諭のTT





*5年生「喫煙防止」学級担任と養護教諭のTT



*学級担任・学校薬剤師・養護教諭のTT



イ 教材活用と地域との連携強化

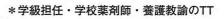
低学年の指導において、岩手県薬剤師会の協力を 得、紹介の教材を活用して実践した。

*奈良女子大学 禁煙プロジェクト

未成年喫煙防止教材開発ワーキング委員会制作

「グッバイ!モクモク王様」





また、「世界禁煙デー」のポスターを、学区内6カ所に配付し掲示の協力を得た。

ウ 町内養護教諭部会との連携

岩手地区の健康教育研究大会に向けて研究を重ねていた町内養護教諭部会との連携を図 り、教材活用及び作成の幅を広げながら授業を展開した。

- *岩手地区健康教育研究大会 養護教諭部会実践 発表 (薬物乱用防止教育)
- エ PTA活動との連携

PTA総務厚生部会の活動に、薬物乱用防止教育 の取り組みを入れながら、保護者への啓発を行った。





* 雫石高等学校保健劇のまとめを編集

*学校保健会の資料をダウン ロードして参考にした。



- *H18 作成した「大切な南畑っ子へ」のパンフレット には、「体・心・食・薬物」の内容を入れ、親の思い も添えて全校児童に配付した。
- *H20 内容を低学年用に再編集して再度作成し、クリ アーファイルと同時に配付した。

オ 各種研修会での実践発表

平成19年度は、指導継続とともに各種研修会で発表する機会を得た。 本校の取り組みや研究の流れ等の再確認をする貴重な機会となった。

- 岩手県薬物乱用防止教育研修会 実践発表 (養護教諭)
- 岩手県薬物乱用防止教室講習会 実践発表 (学校薬剤師)
- 奈良女子大学 日本禁煙科学会 実践発表 (養護教諭)
- 全校禁煙アドバイザー講習会 講師 (養護教諭)

② 肥満傾向児対策

ア 毎月の身長・体重測定と結果通知の工夫

毎月、身長・体重測定を実施し、結果通知はローレル指数と保健指導のコメント、裏面には身長と体重のバランスグラフを掲載し、保護者と児童が一緒に見ることが出来るように工夫している。学期末には肥満度30%以上の児童対象に養護教諭が保護者面談を行い、長期休業中の生活指導を行っている。

また、児童実態により学校医と連携し、学校医による健康相談を実施し効果を上げている。その他の児童については、学級担任から指導する。

イ 教職員との連携

学級担任や教職員との連携により、体力向上と肥満対策を意識して「全校体育」を設定している。(5月~10月校庭で5分間マラソン 11月・12月体育館で縄跳び)

③ 歯科保健教育の推進

ア 歯みがきタイムの設定

毎日、給食後に児童会保健委員会の活動に入れながら、取り組んでいる。

毎日交代で、「歯みがきのコメント」を話したり、1年生への歯みがきサポート・保健集会での保健クイズの問題作成などに取り組んだ。



*金曜日は鏡を使用

学校歯科医の推薦によるCD (8020運動) を活用し、養護教諭がミニ保健指導を行っている。 歯みがき指導は、学級担任も積極的に指導している。

イ 学校歯科医との連携

学校保健委員会の推進により、歯科保健活動もさらに充実してきた。 毎年、児童実態等により指導の工夫をしながら取り組みを行っている。 20年度は、3・4年生に加えて、歯周病予防のテーマで6年生も指導した。







ウ 学級担任との連携



*1~3年合同学習



*4~6年合同学習

学級担任との連携により、養護教諭と のTTを工夫して指導した。自分の歯の 様子を確認している場面である。

*カラーテスター使用

エ PTAとの連携

毎年、冬休みに「う歯予防啓発」として、PTA親子はみがきを実施している。

④ 教科体育の授業改善と運動・体力の向上

- ア 個の伸びや内容を大切にした指導 スポーツテストを全学年、年2回(5月・11月)実施し比較して指導の参考にした。
- イ 個を配慮しながらの計画的な全校取組

肥満傾向や運動の苦手な児童への配慮をしながら取組を進めた。 「マラソンカード」「縄跳びカード」の活用や体育科の授業研究会の 実施

「運動大好き岩手っ子育成事業訪問指導研修会の実施」

⑤ 不登校対策と自尊感情・自己肯定感の向上



*保健集会:じゃんけん大会



*いいところみーつけたの木

*開かれた学校・ 学級・保健室・ 職員室等温かな 空間作りを全教 職員でめざして いる。

養護教諭が教育相談担当ということを生かし、「予防的指導」を意識して指導している。 ア 6月学級内の取組 2月上学年へのメッセージ イ 学期ごとの心と体の調査実施

⑥ 食育の推進 *町栄養士による指導 ⑦ 安全教育の推進

給食時のもぐもぐタイ ムの設定や教育振興運動 との連動で「早寝・早起 き朝ごはん」の推進をした。



観光地でもあり、夜の安全教室を開催し た。また、PTA・学区民の協力によりスク ールガードの活動や見守り活動・学区内安全 マップを作成した。

(4) 成果と課題

薬物乱用防止教育においては、継続指導とスキルトレーニングにより、ライフスキルの向上が 見られた。また、生命尊重を重視した教育は、他教科や教育活動全般に相乗効果をもたらした。 学校保健委員会の充実も保健活動等を大きく支えた。そして、何よりも教職員のチーム力が向上 したのは大きな成果であった。今後も、あらゆるマンパワーを存分に生かし、指導を継続すると ともに連携を大切にしながら実践研究を進めていきたい。

みんなの健康 みんなでつくろう ~学校・家庭・地域が連携した健康教育の推進~

群馬県高崎市立大類小学校

1 本校の概要

本校は、明治8年に創設され、今年で135年目を迎えた伝統ある学校である。高崎市の東部に位置し、遠く赤城、榛名、浅間、妙義の山々を望む田園地帯で、3世代の家庭が多く、落ち着いた雰囲気の学校である。全校児童は289名、13学級、教職員数は30名の中規模校である。



2 学校経営方針と健康教育

学校経営方針は、「認め合い、励まし合い、高め合い」の三つの合い(愛)の風を校内に吹かせ、 児童が希望の登校、満足の下校の毎日になるよう努めることである。めざす学校像は、「楽しい学 び合いのある学校」「安全・安心な学校」「一人ひとりを大切にする思いやりあふれる学校」であ り、本校の特色「地域の教育力有効活用推進事業」を継続・発展させ、家庭・地域の絶大な支援を いただきながら健康教育を推進している。

今年度の健康教育活動の中心テーマは、「かけがえのない命を大切にする」である。

子どもたちが健やかに、生き生きとした学校生活を送ることを願い、「**みんなの健康、みんなでつくろう!**」を合言葉にして、保健・安全・食育・体育・性(エイズ)教育を中心に全ての活動が連携連動した健康教育活動に取り組んでいる。

3 健康教育の推進体制

健康教育の推進に当たっては、校長のリーダーシップの下、健康教育全体計画に基づき保健主事、養護教諭、安全・体育・給食・性教育・特活・生徒指導の各主任や栄養士が、それぞれの役割を認識して活動の原案を作成し、更に保健部や安全部、給食部等、各部会で討議したものを職員会議に提案し、全ての教職員が共通理解を図った上で進めている。

健康教育の中心的推進者は保健主事で、学級担任(以下「担任」という)の目で学校全体を見据え、職員間の連絡調整を図り、健康教育活動が円滑に遂行できるよう努めている。また、養護教諭は、子どもの声に耳を傾け、担任や関係者・関係機関との連携を図りながら進めている。

校内研修では、学び合いを通して自分の考えを深めることや学んだことを生かす活用力を育むことをテーマに、思考力や判断力、表現力を培う教育実践に取り組んでいる。

4 特徴的な活動

(1) 子どもと教師との信頼関係づくり

① 毎朝10分間「**健康観察の時間**」を特設し、担任が一人ひと りの子どもに声をかけ、子どもたちは自分の生活のようすや 体の調子を報告し合い、担任と子どもとの触れ合いの時間を 大切にしている。



- ② 4月の学級活動は、構成的グループエンカウンターなどの仲間づくりプログラムが繰り返され、誰とでも気持ちのよい呼び方とあいさつができることを重視している。
- ③ 11月の人権教育月間では、「友達のよいところ探し」などの自己肯定感を高めるプログラムを取り入れている。また、道徳の授業を全学級で公開して行い、家庭や地域の方々に参観していただいている。
- ④ 毎月12日をいじめ撲滅の日に設定し、「いじめちょこっとアンケート」を行い、子どもの心の痛みを把握し、いじめの早期発見・撲滅に努めている。
- ⑤ 年度末の学級編成を全職員で検討して、学級の人間関係が円滑になるよう配慮したり、生徒 指導支援カードを作成して新旧担任が引き継ぎを行ったりして、児童理解を深めるための情報 交換を組織的に行っている。

(2) 生活に活かす学校保健委員会

健康教育を効果的に進めるには、組織の力を活かすことであり、その中核をなすのは学校保健 委員会である。

① 学校保健委員会の構成員と特徴

[常時出席者] 児童保健委員、児童会代表、校長、教頭、教務主任、保健主事、養護教 諭、栄養士、安全・体育・給食・性教育・生徒指導の各主任、PTA本部 役員、PTA保健委員、学校医、学校歯科医、学校薬剤師

[特徴] ・年5回のうち1回は拡大学校保健委員会を開催し、6年生が全員参加する。

- 年5回のうち1回は大類中校区地域学校保健委員会に参加する。(小3校・中1校)
- 専門家を招き、実技指導やスキル学習を取り入れ、毎日の生活に活かす。

② 平成20年度に実施した学校保健委員会のテーマ

*今年度の大テーマ「かけがえのない命を大切にしよう」

第1回「だ液は、口の中のガードマン」、「組織つくり等」

第2回「けがの予防とけがの手当てを学ぼう」

第3回「コミュニケーション力を高めよう」大類中校区地域学校保健委員会

第4回「よりよい自分をめざそう」6年生全員参加の拡大学校保健委員会

第5回「いのちのバトンをつなげよう|「今年度の反省と来年度の課題|

③ 平成20年度実施の学校保健委員会(事前・本時・事後・評価)

教職員・学校医

事前活動

- 健康教育部会の 開催
- 運営案の作成
- 学校医と相談
- ・児童への指導等

学 級

- 学級活動で事前協議
- 「友達のよいところ探し」 カードの作成
- 6年理科「消化と吸収」
- 性の授業「命のつながり |

児童保健委員

- 調べ学習(本・ネット等)
- 歯・だ液の実験
- アンケート調査の集計(けが)
- 聞き取り調査 写真撮り
- 資料、パワーポイントの作成



溶ける実験、たくあん・ごはんを噛んだ回数とだ液の量)

- 実験結果の発表(歯が酸<酢・スポーツ飲料・希塩酸>に
- 調査結果の発表(けがの人数とけがの理由)
- 実技指導(けがの手当ての仕方<学校医・薬剤師より>) 足の指を鍛える運動(タオルとり競争)



後活

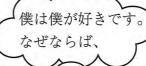
- 仲間づくりゲーム、シナリオ劇
- グループ協議とその発表
- エクササイズ「私は私が好きです。なぜならば…」
- PTA会長さんや教頭先生の子どもの頃のお話
- 「いのちの旅」をパワーポイントで発表
- 性教育主任のお話「本校はこんなことを学んでいます。」
- 学校医の先生方の指導助言(学校医・学校歯科医・学校薬剤師)
- ※5回の委員会すべてに協議の時間を確保



- 職員用伝達資料の作成、職員朝会で伝達
- 児童集会(劇・インタビュー・実技・パワーポイント)
- ・学校保健委員会だより「げんきまる」の発行(PTA保健 委員さん作成)
- 学級指導において担任からのわかりやすい伝達
- 保健室前廊下に啓発ポスターの掲示











アンケート調査の実施

- 学校評価(児童·教職員·保護者·学校評議員)
- 学校保健委員会の反省と来年度の課題

評

価

④ 学び合い・高め合う大類中学校校区地域学校保健委員会 保健委員会

本校は、平成16年度から大類中学校区の地域学校保健委員会を開催している。

5校の共通した課題

生活実態調査の結果、人と交わるよりテレビや携 帯電話など、機械と接する時間が多くなっている! 友達や親子のかかわり方を考えてみたい。



大類中

大テーマ「私たちの生活を見直そう」

~人とのかかわりを中心に~

平成16年度 「生活実態調査を通してわかったこと」

平成17年度

「人とのかかわりを深めよう」

平成18年度

「学校生活を有意義に過ごすために」

平成19年度 「自分の気持ちを伝え合おう」

平成20年度 「コミュニケーション力を高めよう」

城東小

京ケ島小

成果

大類小

- ①子どもたちは人と交わることが好きになり、仲間づくりゲ ームをクラスでも実践するようになってきた。
- ②中学生から、勉強や部活、先輩後輩の関係等について話を 聞くことができ、具体的に目標を持って生活する児童がで てきている。小学生にとって中学生は大きな存在であり、 この会議に期待を持って臨んでいる子が多い。
- ③他校のよりよい実践を学びあい高めあうことができ、学校 保健委員会の内容に深まりが見られるようになってきてい る。
- ④親子関係啓発ポスターを見て、親子関係の改善に努めるよ うになっている。
- *子から親へ「あのね」 *親から子へ「ねえ きいて」



中居小

「あのね…」

- *できたら ほめてね
- *顔を見て 話してね
- *一緒に遊んで 考えてね
- *人と比べないで 私をみてね
- *イライラ 暴力はやめてね

「ねえ きいて」

- * 「ありがとう」「ごめんね」を言おうね
- *なんでも話してねいつも応援しているよ
- *あきらめないで やってみよう
- *自分がされていやなことは しないでね
- *自分の命も 人の命もひとつ 大切だよ

(3) 安全・安心な学校づくり

学校・家庭・地域が連携・協力して多彩な活動を展開し、子 どもたちが安心して学べる環境をつくっている。

① 安全教育の取り組み

見て触れて、動いて分かる安全学習、消防署や警察署と連携した避難訓練(不審者対応・火災・地震)、ヘルメットをかぶって全員が自転車に乗って学ぶ交通安全教室、安全主任による講話、教職員による登下校指導等

② 安全管理の取り組み

通学路の安全点検、大類小「お役立ち安全マップ」の作成、危機管理マニュアルの作成、防犯カメラの設置、緊急体制の整備とAEDの設置等





③ 学校体制づくり



児童の安全確保を第一に考え、全家庭との電話緊急連絡網・携帯 メール連絡網の作成、子どもを守る家や店の拡充、犯罪抑止力向上 のための大類小保護者の家ステッカー、PTA・育成会・青少年問 題協議会・てくてくパトロールボランティアの方々による校内・校 外の安全パトロールの実施等

(4) 地場産野菜で作った安全でおいしい自校給食

単独自校方式、また完全ドライ方式の給食室である。味はもとより様々な料理が適温で提供され、衛生管理面においても安心できる。

1校1栄養士配置で、栄養士は、TTで特別活動やクラブ活動などの学習指導にも参加している。食物アレルギー児童への個別対応もきめ細かい。また、安全のため地域の食材を多く取り入れている。地域の農業やそこで働く人への思いを高めると共に、食への興味は飛躍的に高まっており、給食の野菜の残量も激減している。保護者や学校評議員に試食の機会を設け、意見を聞いている。

(5) 体づくり・仲間づくり

- ① 毎週1回行う体育集会は、ラジオ体操、持久走、縄跳び、馬跳び、四股踏みなど季節に合わせた運動を学年を越えた縦割り班活動で行っている。
- ② 市主催の体操演技会・陸上記録会・水泳記録会は、地域ボランティアの 支援をいただき全職員で指導にあたり、県大会でも好成績をあげている。
- ③ 社会体育も盛んで、野球、バレーボール、サッカー、バスケットボール などに積極的に参加し、体力の向上・仲間づくりに努めている。



栄養士のTT授業



体操ボランティア



(6) 地域の教育力を活かした授業実践等

古くからの三世代が多い本校は、地域から絶大な支援をいただいている。特に学校支援ボランティアは平成16~18年度に地域福祉協力校や地域の教育力有効活用モデル校の指定を受けて以来、学校内の様々な教育活動に人的支援をいただき、特色ある教育が実践されている。毎週水・木曜日の朝は算数ドリルの





○付け先生や読み聞かせの人がきてくれる。授業支援は、ミシン・体操・調理・マーチング指導である。そのほか、地域の方と一緒に育てるコスモス栽培、東京大空襲から逃げてきた人の戦争体験談や聴覚障害者による手話体験、昔の遊びやもちつき大会・しめ縄づくりなどの伝統文化の継承もあり盛りだくさんである。

(7) 生き生きとした児童会活動等

- ① 「朝のあいさつ運動」「1年生を迎える会」「6年生を送る会」「異学年集団による縦割り班活動」「各専門委員会が行う児童集会」等々は、子どもたちが主体的に取り組み、生き生きとした姿が見られる活動である。
- ② 歯みがきの定着を目指し、給食後はクラスごとに「はみがきビデオ」を見ながら、毎日5分間の歯みがきを行っている。
- ③ 「ウインターコンサート」には、1年間お世話になった地域の方々をお招きし、歌や合奏、手紙で感謝の気持ちを届けている。





4 成果

- ① 朝の健康観察で、基本的な生活習慣形成を促したため、朝食内容が充実し早寝早起きができるようになったり、規則正しい生活習慣が身についてきたりしている。
- ② 朝のあいさつを自分から大きな声でする児童が多くなり、友だちのよいところを認めえる関係ができつつある。
- ③ 全校児童が給食後、保健委員自作のビデオを見ながら歯をみがくため、磨き残しが少なくなってきた。1年生でも給食後の歯みがきテストではA(大変よい)の子が多く、歯肉炎の児童は一人もいなくなった。
- ④ 子どもたちが保護者や地域の方々と多くの活動を共に味わうことで、地域を誇りに思う児童が 多く、大類のよさを実感している子どもが多い。

子どもから高齢者まで一緒になって取り組む本校の健康教育活動は、地域みんなのよりよい心と体づくりに繋がっている。今後も地域に広まる健康教育を推進していきたい。

生命かがやく砂取っ子の育成

熊本県熊本市立砂取小学校

1 はじめに

本校は、熊本県第二師範学校附属小学校として大正6年に開校され、昭和8年に熊本市砂取尋常小学校となり、本年度は92年目を迎える。児童数546人、19学級、職員34人である。熊本市の中央部に位置し、熊本県庁や県立図書館、市立体育館に囲まれ、湧水あふれる水前寺成就園や江津湖を有する恵まれた環境である。



2 学校教育目標と健康教育

学校教育目標 喜んで登校し、生き生きと学び、生命かがやく子どもの育成

目指す子ども像 「やさしく思いやりのある子ども」

「よく考え、よく学習する子ども」

「ほがらかで元気な子ども」

長年健康教育推進校としての伝統を受け継ぎ、「知・徳・体」の調和のとれた子どもの育成に取り組んできた。学校教育目標を「喜んで登校し、生き生きと学び、生命かがやく子どもの育成」とし、目標の実現のために健康教育を中心に位置づけている。また、本校の健康教育において常に貫いてきているのは、「自ら健康をつくりだす子ども」であり、主体的に健康づくりに取り組む子どもの育成である。

3 健康教育の推進

(1) 推進体制

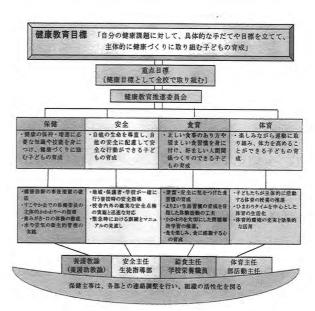
健康教育の推進は、全ての教育活動の中で、日常的に取り組むことができるように計画的・組織的に行うことが大切である。

① 校内の組織体制

保健・安全・食育・体育の4つの部会が中心 となって、全職員の協働体制を図りながら取り 組んでいる。

② 校内研修

本校は、長年健康教育を校内研修の主題とし



〔校内の中心となる組織体制〕

て取り組んでいる。平成18・19年度は、「生命かがやく砂取っ子の育成」として、食育・体育を中心に、自分の課題に気づき、主体的に解決していく子どもの育成に取り組んだ。

③ 家庭・地域との連携

本校区では、子どもの健全育成や地域社会の活性化を図ることを目的として、様々な活動に取り組んできている。「ほっとネット砂取」は、自治会・民生児童委員・幼稚園・保育園・小学校・中学校・児童養護施設・派出所などの代表による子どもの健全育成に取り組むネットワークづくりを行っている。交通安全協会や防犯協会では、子どもの登下校に合わせた交通指導やあいさつ運動、防犯パトロールなどを実施し、直接子どもへの安全指導を行っている。PTAでは、すこやか会への参加や健康教育に関する講話等を実施したり、朝自習の時間の読み聞かせなどに取り組んだりしている。

(2) よりよく実践するための具体的配慮事項

- ① 職員間の共通理解を図り、全職員で計画を推進し、担当者がリーダーとなって積極的に取り組むことができるように協力協働体制を整える。
- ② 子どもの実態にあった計画をたて、これまでの実践にとらわれずに、よいと思われることは取り入れていき、次の実践に進化・発展させるようにする。
- ③ 学校で育てるべき力の育成を第一に考え、学校や子どもの努力する姿や変容から、家庭や地域の理解・協力を得、連携を深めていく。

4 健康教育の具体的な取組

(1) 健康教育をリードし、子どもの主体性を 伸ばす学校保健委員会「すこやか会」

本校の学校保健委員会「すこやか会」は、『すこやか会までに学ぶ、すこやか会を生かして学び、実践する』というように、3つの学びをつなげて健康づくりを行う、継続・実践型の学校保健委員会を目指している。年間のテーマを設定し、校内研究と関連させながら、全ての教育活動を通して取り組む本校の健康教育推進の核となる取組である。

① 年間3回を実施し、4・5・6年全児 童、全職員、保護者、三師会、地域来賓 など400人ほどが体育館に集まり、テー



[平成19年度第1回 給食委員会による食育クイズ]



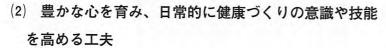
[「わたしの健康目標」の発表]

マについて話し合う。

- ② 年度初めに全校児童・全家庭へのアンケート調査を実施し、テーマに関する実態の把握を行い、取組に生かすようにしている。
- ③ 総合的な学習の時間の年間計画に、すこやか会の学習や実施の時間を位置づけていることで、子どもたちは学級や学年で、テーマについて学習をしたり実践したりして、課題意識をも

って参加することができ、主体的な態度を育成することができるようにしている。

④ すこやか会で発表することは、教科等の学習と相互に生かしあい、表現力・コミュニケーション能力を向上させることにも役立っている。「感想交流」の場面では、代表の児童や保護者のあとに自由に手をあげて感想や意見を発表する時間を確保するようにしている。多くの子どもたちが手をあげ、大勢の前で堂々と話すことができる。下級生にとって上級生の発表は、よいお手本となり、「次のすこやか会が楽しみ。」「6年生のような発表をしたい。」という感想が書かれ、すこやか会を楽しみにしている。



健康に関する知識・理解を高めたり、自分自身の健康についての課題解決の意欲を高めたりする活動を教育活動全体を通して、毎日の生活の中で取り組むことが大切であると考えた。

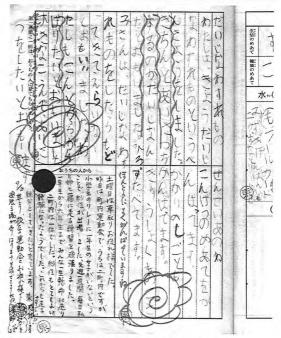
すなとりノート

すなとりノートは、学校や家庭で毎日活用できるように作成した本校オリジナルの生活ノートである。毎日の生活記録やメモとして使ったり、健康目標や生活目標の自己評価をしたりして朝の会や帰りの会の時に使うなど、学校生活の中にしっかりと定着している。また、保護者からの連絡の欄や学校生活のきまりを載せるなど、学校と家庭との橋渡しの役目も果たしている。保健・安全・食育・体育の4つの内容だけでなく、道徳や委員会活動・縦割り班活動などにも使うことができるように毎年見直しをしている。



〔感想交流で手をあげて、感想や意見を話す6年生〕



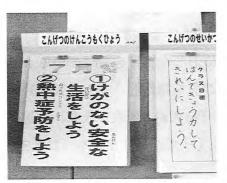


[6学年分のすなとりノート・ 道徳の授業の感想、保護者の返信]

② 健康目標

これまで保健目標としてきた目標を保健・安全・食育・体育の4つの重点的目標から集めて「みんなの健康目標」として、全校で取り組む月目標とした。「わたしの健康目標」として個人の健康目標を全校児童一人一人が設定して取り組んでいる。すなとりノートには、全校・個人のどちらの健康目標もページを設けている。「わたしの健康目標」(個人)は、保健・安全・食育・体育の4つの領域から自分にぴったりの目標を家族と相談して決める。目標と設定理由・具体的手だてを記入するようにしている。学期ごとに振り返りをして、子ども・保護者・担任

が記入したり、すこやか会で毎回代表者が取組の様子を紹介したりすることで意欲を高めるようにしている。







[みんなの健康目標 (月目標)・わたしの健康目標 (学級掲示)・わたしの健康目標 (すなとりノート)]

③ 日課の工夫

	火曜日	金曜日			
始業前	砂	ボラ			
朝自習	にこにこ タイム	読み聞かせ			
1					
2					
業間		りタイム 交運動)			
3					
4		1			
給食	歯みがきタイム				
昼休み					
掃除					
	目の体操				
5					



[砂ボラでのあいさつ運動の様子]

全校で一斉に取り組むことができるように日課を見直 し、健康教育の推進を図っている。

◇砂ボラ

「砂ボラ」は、6年生が中心になって学校やみんなのためになることを自主的に行っている正門付近のあいさつや清掃等のボランティア活動である。6年生以外の子どもたちも手伝うようになり、落ち葉掃きや花の水やりなどにがんばっている。

◇にこにこタイム

火曜日の朝自習の時間に、テレビ放送を使って、伝え あう力の育成をねらい、全校で発音や発声・話し方につい ての練習をしている。6年生代表の6人がリーダーとなっ て、全校で一斉に大きな声で音読をするなど、テレビ放送 のよさを生かして、楽しく取り組んでいる。

◇3つの読み聞かせ

金曜日の朝自習の時間には、PTA主催の読み聞かせ「本の森」や保護者による「いのちを大切にする読み聞かせ」、







[にこにこタイム]

[ひまわりタイム]

[目の体操]

教師による読み聞かせを行い、豊かな情操を育てている。

◇ひまわりタイム

2・3校時の業間を、外に出て運動をする時間「ひまわりタイム」として、教科体育と関連させながら、体力の向上を目指している。年間3つの活動を実施し、1学期から10月までは、様々な種目を取り入れたサーキットで、新体力テストの結果に応じた種目を設けている。11月・12月は、「リズム縄跳び」を行い、運動場でいろいろな跳び方を練習し、一人一人が昇級を目指して、他の休み時間の練習にも広がっている。3学期は「持久走」を取り入れ、放送に合わせて自分の心拍数を考えながら走るペース走としている。「リズム縄跳び」や「持久走」は、すなとりノートに記録・評価しながら進めている。

◇目の体操

5時間目の始まる前の5分間を全校一斉の「目の体操」の時間として、毎日の日課の中に位置づけて取り組んでいる。視力低下を防ぐための実践力や規則正しい生活態度の育成をねらって実施している。

(3) 家庭・地域との連携の工夫

① 健康家族新聞

この健康家族新聞は、夏休みを利用して、「健康」 をテーマとした新聞に家族でまとめることで、子ど



[掲示された新聞を読む子どもたち]

もだけでなく家族みんなが健康を意識した生活を送ることができることをねらっている。家庭での実践を学校が知る手だてとなり、新聞で実践した料理を給食の献立に取り入れるなど家庭と学校とが相互に生かし合うことができるように工夫している。

- ・新聞の記事の内容で一番多いのは、「ヘルシークッキング」で、 提出された新聞の51パーセントが自分で調理を体験している。
- 新聞に取り組んだのは、4・5・6年児童の75パーセントである。



[祖父が栽培した野菜を使って 兄妹でヘルシー料理に挑戦]

[平成20年度の健康家族新聞の提出数と記事の主な内容]

記事の	自分で	家族との	自然との	スポーツ	環境	命・病気	栄養など	健康目標	その他	提出計
内容	調理	ふれあい	ふれあい			の予防				
6年	45	21	11	14	6	1	18	4	1	74
5年	48	21	6	14	3	2	12	2	0	66
4年	50	19	19	3	7	8	12	4	1	72
3年	2	2	0	0	1	0	0	0	0	5
2年	1	2	2	0	0	2	1	0	0	5
1年	4	2	2	1	0	1	0	0	0	6
合計	150	67	40	41	17	14	43	10	2	228

② 砂取っ子見守り隊

校区では、地域や保護者・学校職員が通学路で行う「砂取っ子見守り隊」活動が長年続けられている安全協会や防犯協会をはじめたくさんの地域の方々が、子どもの安全を守るための活動に積極的に取り組んでいる。また、PTAも全家庭から輪番制で危険箇所に立っての指導を続けている。さらに、学校職員も学校周辺での指導を毎日行っている。

また、発達段階に応じた交通安全教室と自転車乗り方教室を夏休み前に実施している。学年ごとの実態に合わせて 実施し、警察署や校区の安全協会の指導を受けている。



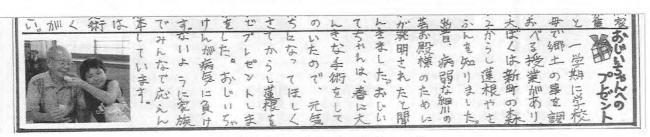


〔砂取っ子見守り隊の活動〕

5 おわりに

6年男児の健康家族新聞には、総合的な学習の時間に「から

し蓮根」について学習し、病気のお殿様のために考えられた食べ物と知り、病気の祖父に持って行った話が載せられていた。おじいさんが、涙を流しながら「からし蓮根」を食べられたことを「すこやか会」で発表し、参加者はあたたかな心のふれあいに感動した。感想交流の場面で「食はおいしさだけでなく、人を喜ばせるいいものだ。」という感想が子どもの中から出された。この姿こそ「生命かがやく砂取っ子」の姿ということができるのではないだろうか。これまで健康教育に取り組んできた成果として、「欠席が少ない、ガラスが割れない、給食をよく食べる、外で元気よく遊ぶ」学校となったことをあげることができる。今後は、健康教育をさらに深化・発展させ、子どもたちに「生きる力」を育む健康教育の推進に努めていきたい。



[6年男児が書いた健康家族新聞の一部]

"わたし"大好き "仲間"大好き "音中"大好き ~健康を推進する「力」をつけ「心」を育てる~

愛知県豊川市立音羽中学校

1 学校紹介

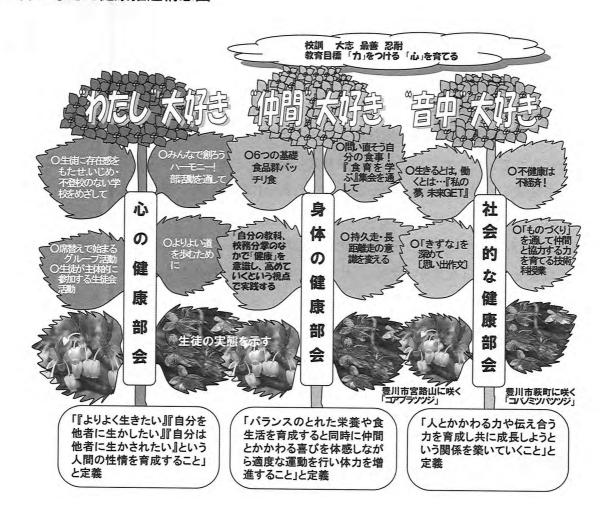
本校は、西に旧東海道、東に音羽川の清流と接し、宮路山麓の豊かな自然に囲まれている。校地の中央部を自然の小川が流れ、カワムツが群れ絶滅危惧種のドンコも生息している。また、校地には35本のソメイヨシノ、145本のツバキが植えられ、旧東海道松並木の松も1本残っている。教育目標は平成17年度から「力をつける 心を育てる」を掲げ教育活動を行ってきた。研究実践では、以前から数多くの研究委嘱を受けている



春の音羽中学校

が、特に愛鳥活動には歴史と伝統がある。平成18年度からは県健康推進学校の委嘱を受け研究実践 を続けている。現在、生徒数255名、学級数10の学校である。

2 皆で考えた健康推進構想図



『心の健康』 実践例「生徒が主体的に参加する生徒会活動」

心の健康部会では、心の健康を「『よりよく生きたい』『自分を他者に生かしたい』『自分は他者 に生かされたい』という人間の性情を育成すること」と定義した。そしてこの部会では、次のよう なことを実践によって検証しようとした。

- ① 思春期の心の発達を理解するために必要なことは
- ② 自己存在感のもたせ方は、自己決定のさせ方は
- ③ 人間関係づくりの力を育成するためには

(1) "大好き" にさせたいものは

本校の生徒会活動は、校訓(大志、最善、忍耐)をもとによりよい伝統と校風の樹立をめざ し、自治活動を盛んにすることを目的としている。「生徒が自主的に取り組む力」と「人間関係 づくりを高める力」をつけることで、「わたし、仲間、音中」を大好きにさせたい。

(2) 「生徒が自主的に取り組む力」を育てる。「人間関係づくりを高める力」を育てる。

生徒会として、「どんな音 羽中学校にしたいかしについ て話し合い、スローガン 『EFFORT』を掲げた。「ど んな活動をいつ自分たちで取 り組んでいくのか」を考えさ せ、右表の活動内容と実施月

E…expression (表現) F…full (充実) F…friendly (友好的な) R…radiant (光り輝く) T…together (共に)

『EFFORT(努力する)』

【新入生歓迎会(4月)、文化祭(11月)】 【生徒会誌発行(公約)(6月、10月)】 【部活動会食(公約)(10月)】 O…oneself(自分自身で)【スピーチ活動(毎週水曜日の昼放送)】 【新入生歓迎会(4月)、文化祭(11月)】 【委員会活動(委員会は月2回)】

H19年度前期生徒会スローガン

が決まった。また、生徒会役員の公約も計画の 中に入れることができた。

生徒会役員のA女は、「他学年と交流する機 会を増やすしという公約をもって役員選挙に当 選した。公約の実現にむけ、「①活動の計画 (原案) ②話し合い(生徒議会、執行部会、学 級会)、③実行(部活動会食)、④まとめ(振り 返り)」といった段取りを実行過程の中で身に つけられるように支援した。

A女は生徒議会で、「部活動会食を通して、 1・2年生は、先輩に新人戦や文化祭に向けて の抱負や悩みを話す。3年生は、後輩に大会や 活動に向けてのアドバイスをする。このことで 他学年との交流を深める」と、ねらいや方法を 具体的に提案した。10月6日金に部活動会食を 行うことができ、新キャプテンと旧キャプテン



部活動会食の実際 10/5

引退した先輩たちといっしょにお話したり 会食したりしてよかった。先輩たちと食べ るのは楽しみだった。大会のアドバイスや 応援をしてくれて本当にうれしかった。ま た、先輩達と話せる時間がほしい。

(弓道部2年B女) 2年生から大会に向けての意気込みが聞け て、3年生からは一人一人が「がんばって ください」など応援やアドバイスを言えて 良い会食だったと思った。

(ソフトテニス部3年C女)

部活動会食の振り返り

を中心に司会、進行を行い、語り合いながらの楽しい会食となった。前頁の振り返りにあるように、部活動会食は、時期もよく、交流を深めるよい機会になったと思う。

(3) 実践を振り返って

生徒会として自治力を育てるためには、見通しをもった計画づくりが大切になってくる。「① 活動の計画(原案)②話し合い(生徒議会、執行部会、学級会)、③実行、④まとめ」といった 段取りを実行過程の中で身についていくように支援し、生徒の自主的に取り組む力をさらに育て たい。

(4) 『心の健康』その他の実践例

- ① 講演会「Just for Today -思春期の生き方—」近藤真庸先生(岐阜大学教授) H19. 2.22 休 "いのち・健康・性を考える" 第2回学校保健委員会関連集会
- ② 全校保健集会「続『いのち』を考える集会 1+1=1」H19.6.4 (月) "生命誕生の奇跡に迫る" 第1回学校保健委員会関連集会
- ③ 誕生月の生徒たちへの抹茶プレゼント (学校長・地域の方) H20年度毎月実施"コミュニケーションを大切にした積極的な信頼関係作り"
- ④ 全校保健集会「ストレスとうまくつき合おうpart1 & part2」H20. 10. 15 (水) H20. 11. 26 (木) "ストレスとうまくつき合おうね!"

4 『身体の健康』 実践例 「問い直そう自分の食事! 『食育を学ぶ』集会を通して」

身体の健康部会では、身体の健康を「バランスのとれた栄養や食生活を育成することと同時に仲間とかかわる喜びを体感しながら適度な運動を行い体力を増進すること」と定義した。そしてこの部会では、次のようなことを実践によって検証しようとした。

- ① 音羽中学校「食育」概念を育成するには
- ② 最適な生活リズムを確立するためには
- ③ 体力の向上と疾病予防のあり方は

(1) "大好き" にさせたいものは

生徒にとって食育は生涯にわたる健康づくりの基礎として重要である。「毎日朝食を食べているか」という質問に対して、毎日食べる生徒は83%であった。「時間がない」「食欲がない」などの理由から朝食抜きで登校している生徒も少なくなかった。また、本校の



『食育を学ぶ』集会の流れ 6/27

給食は栄養士が献立を考えた単独校方式の温かい給食であるが残食もある。このような今までの食生活を問い直し、「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活の意識を高めるため第1回学校保健委員会関連活動を企画した。『食育を学ぶ』をテーマにした集会を通して、「自分の健康は自分で守る」という自分の基本的生活習慣の向上をめざす「わたし」を大好きにさせたい。

(2) 「朝食」「お菓子」「給食」をキーワードに

集会で、「朝食」「お菓子」「給食」を切り口に、クイズ、ビデオ、劇、講演などを行った。まず朝食を抜くことの危険性や給食の残食の量などをクイズ形式で行い、食育への興味関心を高めた。そして身につけたい5つの力「食べ物を選ぶ力」「味がわかる力」「料理をする力」「食べ物の命を感じる力」「元気な体のわか



キーワードを意識させたクイズ 6/27



食育に関する実践報告

る力」について学習

した。その上で、朝食を抜くことの危険性をビデオで確認したり、「お菓子の食べ過ぎの問題点を劇で知ったり、栄養主任の 学校給食に込めた願いを講演で聴いたりした。

家庭においても「食育」について話題にし、より実践してい く力が高まることを願って、左に示す保健だより「食育に関す る実践報告」を全家庭に配付した。

(3) 実践を振り返って

「朝食」「お菓子」「給食」のキーワードで、自分の食生活を問い直すことができた生徒は多かった。今後はさらに、栄養主任との連携を図り、家庭科の教科や学級活動の中で意識が実践につながる手だてを進めて、「食育」実践を推進していきたい。

(4) 『身体の健康』その他の実践例

- ① 田植えや草取り、音羽米でおにぎりづくりをした農業体験・音羽米給食 H18. 6. 1 (金) H19. 5. 24 (木) "こんなに手間がかかるのか、音羽米は" H19. 1. 25 (木) "やっぱり音羽米おいしいね"
- ② 単独校方式による給食を体験するPTA給食試食会 H18. 6. 22 (木) H19. 5. 23 (木) H20. 5. 30 (金) "バランスのよい食事体感"
- ③ 全校食育講座「食を楽しむ 食を学ぶ 食を考える」青木いなみ先生(静岡県) H19.10.29 (月) "生徒の望ましい食習慣の充実を図る"
- ④ 食育を親子で考えるPTA和菓子作り&PTA料理教室毎年恒例企画 & H19. 10. 27 出 "楽しいグッドモーニング料理"

5 『社会的な健康』 実践例 「きずな」を深めて… [思い出作文]

社会的な健康部会では、社会的な健康を「人とかかわる力や伝え合う力を育成し共に成長しようという関係を築いていくこと」と定義した。私たちは、どんな授業を行ったら、「社会の中で健全に生きる力になるのか」を模索してきた。そしてこの部会では、次のようなことを実践によって検証しようとした。

- ① 友だち、先生、家族に自分の伝えたいことがきちんと伝えられる、相手の話が理解できる力を育てるためには
- ② 授業が楽しい、部活が楽しいなど学校生活に『やりがい』をもたせるためには
- ③ 安全意識を向上させるためには

(1) "大好き"にさせたいものは

身近な人との忘れられない思い出を作文にまとめる [思い出作文] を通して、身近な人との「きずな」について考えを深めさせた。仲間と関わり合う学習を通し生徒の社会性を育て、「仲間」を大好きにさせたい。そして、そんな仲間と共に学び合える「わたし」を好きになってほしい。単元を終了後、生徒の「きずな」へのイメージがどのように膨らんでいるか。そこに、家族や仲間を思う気持ちがより深く記され、生徒相互の交流の深まりを見取ることができれば、生徒がより社会的に健康になったと言えるのではないかと考えた。

(2) 「人間のきずな」…… [思い出作文] 作り

2年生の国語には「人間のきずな」の単元がある。その発展学習として、「身近な人との忘れられない思い出」を作文にまとめさせた。その作文を、まず自分で読み返させ、そして、仲間と読み合わせ、各班で秀作1点を選び、それを協力して推敲し、代表が朗読する発表会を開いた。発表会後、改めて「きずな」という言葉から思い浮かぶことを書かせた。

(3) 実践を振り返って

生徒は教材を読み味わう中で、 家族との「きずな」について思い を深めていた。また、教材中の巧 みな表現を自分の表現に生かそう とする姿も多く見られ、多くの心 温まる [思い出作文] を目にする ことができた。

- ○笑いもあり涙もあるからこそ「きずな」だと思った。
- ○絆の強さとは悲しいもの。生きているうちは分からなくて、その人がいなくなって初めて胸に押し迫ってくるもの。
- ○どんなに遠く離れていても、切れない何かで結ばれているもの。
- (仲間の作文を読んで) みんな家族のことについて、 よく知っているのだと思った。一緒に過ごす時間がい ちばん多い家族とは、深いきずなができると思う。

単元終了時の振り返り 11/2

(4) 『社会的な健康』その他の実践例

① 人権全校集会「生まれること 死ぬこと そして生きること」迦陵頻伽さん H18.12.7 (木) "いのちの詩が心に響く" 人権週間関連行事

6 研究の成果 「咲かせたいのは白い花でした」

"わたし"大好き"仲間"大好き"音中"大好きのスローガンの下、「心の健康」「身体の健康」「社会的な健康」の3領域から健康を推進する「力」をつけ、「心」を育てる実践に取り組んできた。「食育」を考える学習で、生徒たちはバランスのよい食事の大切さにも気づいてきた。健康推進には、心、身体、社会的な意思が双方向に関わりあうので、どれひとつ欠けても中途半端なものになる。私たちは3領域での実践を通して、バランスのとれた指導の大切さをあらためて実感した。「心」「身体」「社会的な面」の健康推進と、教科等・行事・総合的な学習の時間とのかかわり

を全教職員が意識し実践することが重要である。あわせて『学校保健』と『学校安全』そして『食育』の年間計画にきちんと位置づけ、地道であってもじっくりと本物の体験を着実にさせることが健やかな生活づくりの第一歩であり基本であると感じた。

下図のように『学校保健』による青い花。『学校安全』による緑の花。『食育』による赤い花。この3つの花をバランスよく咲かせると、生徒の笑顔の白い花が咲くことが見えてきた。



生徒の心に伝える健康教育の推進 ~生徒保健委員会活動をはじめとした組織的な取り組みと継続~

大阪府立貝塚高等学校

1 はじめに

本校は、平成16年に総合学科に改編し、平成23年には創立70周年を迎える歴史ある学校である。 だんじり祭りで有名な岸和田市に隣接する大阪府南部泉州地域の貝塚市にあり、市役所、中央公民 館、図書館、体育館等の施設が近隣している文教地区に位置し、卒業生の多くが泉州地域で活躍し ている。規模は平成20年12月1日現在、各学年7クラス、教職員82名、生徒数は男子281名、女子 520名、計801名である。

本校には、農業科の流れをもち、食品加工や緑化関係を扱う「自然と環境」系列、「福祉」「保育」「看護」理系進学を含む「人間と共生」系列、「食物」「被服」を含む「生活と創造」系列、「情報」「ビジネス」中心の「情報と産業」系列、文系進学をはかる「文化と表現」系列という5つの系列がある。また、平成18年度より「知的障がい生徒自立支援コース」が開設され、各学年に2名の知的障がいのある生徒が在籍し、「ともに学び、ともに育つ」という理念のもと、元気に活躍している。

2 学校教育目標と健康教育

学校教育目標 一 自主的、自立的人間の育成

二 創造的な人間の育成

三 社会的な人間の育成

めざす生徒像 ・ 他者の意見を聞くことができ、自ら考え、判断し、行動できる。

他者を思いやる豊かな人間性が備わっている。

学校教育目標とめざす生徒像の育成を柱に、生徒保健委員会活動を活性化させてきた。そのために、保健委員が主体的に活動できるよう配慮し、指導している。健康増進を図り、食生活をはじめとする生活習慣の改善についての方策を発信する力を保健委員に身につけさせることで、全生徒に健康に対する意識の向上と生徒自ら生活習慣の改善ができるよう、健康教育を推進している。

また、講演会や教員が取り組む集団指導においても、生徒が自ら気づき、考え、行動できるように、指導内容・方法を工夫しながら行っている。

3 具体的な取り組み

(1) 生徒保健委員会活動

① 文化祭の活動

総合学科生が3学年揃った平成18年度に、5年前に実施していたものと同じ食事調査を全校

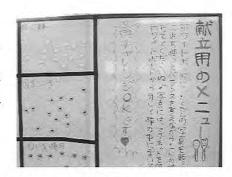
生に実施し、集計・分析を行い、その結果を文化祭で展示発表した。

この調査結果から、5年前より朝食を食べる人は増加しているが、食事バランスが崩れていることがわかった。そこで、平成19年度には、食事バランスの大切さを伝えることを目的とし、食事バランスガイドを利用した活動を行った。

3年目を迎えた今年は、1食だけでなく、1日の3食の食事バランスの大切さを訴える活動を行い、今年度の活動内容をまとめて展示するとともに、食事バランスの啓発活動として昨年と同じ参加体験型の取り組みを行った。

【献立を考える】

昨年作った料理の写真にマグネットを付け、ホワイトボードに貼る。参加者は、その写真を、小さいホワイトボードに貼った用紙に付けて、朝・昼・夕3食分の献立をたてる。そして、献立ができたら、保健委員のところに行く。



【食事バランスガイドチェック】

参加者がたてた献立は、保健委員が食事バランスガイドによるチェックを行い、「 \underline{o} (SV) *」の数を記入、食事コマの所に「 \underline{o} (SV)」の分だけ色を塗り献立内容のバランスを見る。保健委員から、食事バランスガイドについて及び今回の結果について説明する。また、バランスが

悪い場合は、注意のポイントについて説明し、再度献立をたてもらい、結果をチェックし、前のものと比較する。

*主食、副菜、主菜、牛乳・乳製品、果物という5つの料理区分と それぞれの料理区分における量的な基準を「つ(SV)」で表し、 1日の食事バランスを把握することができるようにしている。



【測定コーナー】

自分の体を知るために昨年と同様に身長・体重・血圧の測定ができるコーナーを作り、BMIの計算もできるようにした。しかし、今回は献立を立てることに重点を置いたので、測定は自由参加とした。

【食事バランスチェック結果】

1日分の献立を考えるということで、参加してくれた人が



昨年と比べると少なかった。また、参加者の結果を見てみると、食事を取りすぎて「コマ」の部分を大きくはみ出している人は少なく、全体的にバランスよくできていた。参加者は、献立を考えるなど、自分がどんな食生活をしているのかということに関心があり、一生懸命取り組み、保健委員の説明をしっかりと聞いていた。

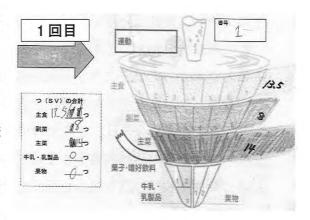
【参加者の立てた献立例 (チェックを受けた後、再度行った例)】

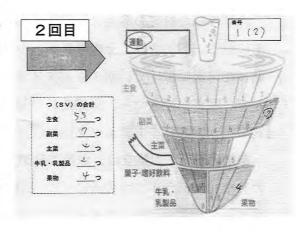
1回目は、主食、副菜、主菜すべてが取りすぎにもかかわらず、牛乳・乳製品、果物がまったく摂れていない。この人は食事バランスガイドのチェック、説明後に2回目を行った。

2回目は、バランスを意識し、考えて取っているので良くなった。しかし、意識しすぎたのか、果物を取りすぎてしまった。また、乳製品も2つ(SV)入っているが、2つともヨーグルトだった。このことに気がつき、もしかすると牛乳が嫌いかも…と考えて聞いてみた。やはり牛乳が嫌いでどうしても乳製品を摂らなければいけないのであれば、牛乳ではなくヨーグルトになってしまうということがわかった。この人は、「エー、牛乳が嫌いっていうことまでわかるなんて、すごい」と、驚いていた。

献立を考えるといっても、自分が食べるもの、 食べたもので考えているようで、自分が嫌いなも のは避けるようである。

参加することで、自分の食事内容の傾向がわかってよかった、面白かったという感想が多かった。





② ゴミの分別

【体育祭でのペットボトル分別】

体育祭では、PTAの方々によるジュース販売があった。そのペットボトルを分別するため に販売所の横や各クラスの控え場所にペットボトル専用のゴミ箱を設置した。

【貝塚市役所訪問】

ブリックパックやペットボトルなどの資源ゴミを再利用したいという思いから、資源ゴミの分別、回収、再利用等について具塚市役所へ行って、説明を聞いた。

【ゴミアンケートの実施】

生徒保健委員に対して、ゴミの分別についてアンケートを 実施した。その結果について、話し合いを行った。

- 教室に分別用ゴミ箱を置く:分別しやすいようにゴミ箱に「ブリックパック」、「ペットボトル」と書いたフタをつけ工夫する。
- 分別の呼びかけのポスターを作る。

など様々なアイディアが出た。また、「分別せず普通にゴミ 処理した場合、一人当たりに使われる税金は年間なんと2万円だよ!」「分別は当然だね。」「校内の資源ゴミをリサイク ルに出そう!」という話になった。



【後期始業式での説明】

ゴミの分別がテーマで、新しいゴミ箱とブリックパックの捨て方について実演しながら説明した。







分別用ゴミ箱のフタ

【ペットボトルリサイクル工場見学】

捨てるとゴミになるペットボトルが、リサイクル工場では資源になることを勉強した。

③ 学校保健委員会での活動報告

生徒会保健委員会では、毎年学校保健委員会において活動報告を行っている。

今年度は、後期中間考査中ではあったが、12月4日に開催された学校保健委員会の冒頭において、岸和田保健所の職員、学校三師、校長をはじめ教職員、保護者の方々を前にして緊張しながらも、活動報告を行い、終了後には大きな拍手をいただいた。

EDITATE CARROLL AND ADDRESS OF THE PARTY OF



④ 保健ニュースの発行

- 4月「健康診断」「学校生活の活力は朝ご飯から」
- 5月「保健委員会の紹介」「健康に過ごすための5つの力」
- 6月「食中毒の予防」「歯科関連」「ゴミ分別について」など

夏休み「熱中症予防」「AED講習会」「委員会活動報告」

10月「文化祭に向けて(食中毒予防)」「校内ゴミ分別」

11・12月「風邪予防」「文化祭活動報告」など

冬休み「新型インフルエンザ」「冬休みの過ごし方」など

夏休み・冬休み号は全員配布した。他の月はA3でカラープリントし、教室掲示した。カラーにすることで生徒の関心を引くことができた。

⑤ 大阪府立高等学校保健研究発表大会への参加

大阪府立高等学校保健会が主催し、府立学校の保健委員が研究発表を行う大会が毎年1月に 開催されている。

平成18年「貝高生の食生活はどう変わった?」

平成19年「ランチバイキングへようこそ!」

平成20年「あなたの食事コマ回ってる?」

上記のように本校は3年連続、食に関するテーマで発表を行った。





(2) 講演会等の集団指導

- 1年:中学校までは地域を中心に生活しているが、高校生となると、行動範囲や交友関係が広がる。そのため、携帯電話による出会い系サイトや街中に潜む危険から自分の身を守る大切さについての講演会を行った。
- 2年:生徒保健委員会の食に関する活動が3年目を迎えたので、食に関する理解が深められるように、食育講演会を実施した。また、学年団の取り組みとして、京都大学大学院社会疫学分野准教授 木原雅子氏が提唱しているWYSHプログラムに沿った「性に関する教育」を実施した。
- 3年:卒業を前に、今まで行った学習の復習もかねて産婦人科医師よりエイズを含めた性感染症 予防を中心に性教育に関する講演会を開催した。また、虐待治療プログラム、コモンセン スペアレンティングの中の虐待予防プログラムを実施した。

以上のように、講演会等の集団指導は、学年ごとにテーマを設定し保健部と学年団が協力しながら行っている。実施に当たっては、HRや総合的な学習の時間を利用して2時間の設定で行った。入学から卒業後を視野に入れて計画を立て、事後の感想・アンケートを行い、結果を学年と講師へ送り、次回への参考とする。また、振り返り・事後指導のHRなども行い、集団指導の定着を図っている。

(3) 学校医の健康相談を中心とした個別指導

学校医による健康相談を検診時等定期的に設定し、生徒・保護者に対し健康相談、指導を行っている。また、生徒の指導に際し学校医の指示を仰ぎながら養護教諭が保健指導を行うなど、学校医との連携を密に取りながら個別指導を行っている。

4 成果と課題

性に関する問題、食育、薬物乱用、生活習慣病、メンタルヘルスなど、生徒たちが有する健康問題は多岐にわたる。生徒たちの多くは、小中学校9年間に、これらの課題に対する保健教育、保健指導は受けてきているものの、その知識が自分自身のこととして認識されておらず、日常の行動につながっていないことが見受けられた。

しかし、これまでの保健委員会の積極的な取組みによって、保健委員会の活動に興味を持ち自分も参加しようという生徒が増えてきた。地道な活動ではあるが、着実に生徒に影響を与えており、成果があらわれている。

また、講演会などの集団指導、学校医による健康相談の実施については、まだ始まったところであるので事前準備、事後調査、評価を丁寧に行うことにより本校の健康教育として定着させていきたい。

今後、このような保健委員会活動をはじめとした組織的な取組みを継続させ、生徒の心に伝わり、生徒の気づきにつながり、自ら考えるきっかけとなる健康教育の推進に努めたい。

Ⅱ 優秀校

〈小 学 校〉

群馬県前橋市立荒牧小学校 埼玉県川口市立新郷小学校 鳥取県鳥取市立福部小学校 山口県岩国市立神東小学校 栃木県日光市立猪倉小学校

〈中 学 校〉

栃木県真岡市立真岡西中学校 富山県射水市立奈古中学校 熊本県熊本市立藤園中学校

〈高等学校〉

青森県立八戸商業高等学校

〈特別支援学校〉

東京都立小金井特別支援学校

自分の健康状態に関心を持ち、健康な心と体をつくる児童の育成 ~食育に視点をあて、組織活動を生かした健康教育の実践~

群馬県前橋市立荒牧小学校

前橋市立荒牧小学校

1 本校の概要

本校は、群馬県の県庁所在地である前橋市の北西に昭和48年 に設立された。地区内には利根川が流れている。近年、新たな 橋の建設に伴って、店舗や住宅地の開発が進んでいる。そのた め、開校当初は493名だった児童数は徐々に増加し、現在では 696名になった。また、群馬大学教育学部と隣接しており、教 育実習特別協力校として、毎年30名近い教育実習生を迎えてい る。



2 学校教育目標と健康教育

前橋市では「生きる力を育む学校教育の充実」のための施策として、「け健康・体力の増進や優 しい心の育成を基礎学力の定着の三本の柱で構成される"けやきの育み"を推進している。



このような前橋市の方針を踏まえ、本校では「みずから生活をきりひらく子ども」「①明るく元気ではっきりと②進んで勉強自分をのばす③やさしく強く清らかに④力を合わせて仲良く仕事」を学校教育目標として掲げ、さらに児童一人一人が学校生活のめあてをもって元気に生活できるよう、努力点としての合言葉「自分をきたえる」を示し、その実践に努めている。

健康教育は"①明るく元気ではっきりと"に位置付け、「食育の推進」「むし歯 0 (ゼロ)運動」の実施を学校経営方針の努力点として取り上げ、地域と共に校内組織を十分に生かしながら全校体制で取り組んでいる。

3 健康教育の推進体制

本校は、熱心な学校医や保護者に恵まれているため、地域ぐるみの健康教育の推進が実現されている。特に食育においては、学校と学校医・学校歯科医及び家庭と連携した「あらまき子どもの食事を考える会」と、児童の活動が中心となる「学校保健委員会」が健康教育の柱となっている。学校と地域が一体となって取り組む体制を整えながら、食生活に対する意識の向上と基本的生活習慣の確立を目指して、日々の実践を重ねてきた。

4 具体的な取り組み

(1) 学校保健委員会

平成18年度から「食生活から健康を考えよう」 を大テーマとして、朝ごはんや咀嚼などを取り上 げ、食生活から健康づくりを推進してきた。

平成20年度は「排便」に着目し、児童が興味を示すよう「ちょっといい"ウン"のつく話-排便と食生活-」という小テーマを設けた。

また、学校医・学校歯科医・学校薬剤師・学校 栄養士と連携を図るとともに、今年度からは5~



第2回 学校保健委員会

6年生児童を全員参加させて、全家庭に参加を呼びかけるなど学校保健委員会の活性化を図っている。

① 第1回 学校保健委員会(6月)

5~6年生を対象に排便習慣に関わる実態調査を行った。その結果をもとに、排便のしくみ や食生活との関わりについて考え、自らの課題を見つけた。

① 第2回 学校保健委員会(12月)

第1回学校保健委員会の協議の中で課題として残った「動物はどんなうんちをするのだろう」を糸口に、様々な動物(肉食・草食・雑食)の食生活や便・腸の長さなどを比較しながら、望ましい食生活について考えたり、日本の食事のすばらしさを探求したり、「朝うんちのための朝ごはん」を考えたりした。

また、事後活動として、全校児童の生活改善が図れるよう、学校保健委員会に参加しない1~4年生を対象に業前の15分間を利用して出前講座を設けている。児童保健委員が各教室を回って、学校保健委員会の内容を伝達しながら、自らの排便習慣や食生活について考え、課題解決に向けて実践する気持ちが持てるように働きかけている。



児童保健委員による出前講座

(2) あらまき子どもの食事を考える会

平成18年度の学校保健委員会で食についてテーマを設けたことがきっかけとなり、食育には《継続性》と《組織化》が重要であるという共通理解の下に、学校・家庭・地域で「食育の会」を発足することが決定した。①会の委員長はPTA会長が務めること②事務局は学校に設置する

こと③会議は1時間で実施することが確認され、保護者と児童を対象とした「朝食にかかわるアンケート」の実施(1月)と結果報告(3月)から活動がスタートした。

平成19年度には「あらまき子どもの食事を考える会」と改称し、各家庭から募った《簡単に作れる朝食の工夫》をまとめて、オリジナルレシピ集を刊行した。7月に第1集、9月に第2集を発刊、そして、1月に

は総集編を発刊した。総集編の表紙には保護者に向けた児童の言葉を添えたり、家庭からの意見や感想のコーナーを設け、配布だけで終わることなく、多くの家庭に利用してもらえるように工夫した。また、学級や家庭掲示用「朝食ポスター」を作成し、朝食の重要性を啓発した。

平成20年度には校内組織が拡大され、学校 医・学校歯科医・学校栄養士・PTA本部役 員・校長・教頭・教職員(給食主任・保健主 事・養護教諭)で再構成された。そして、新指 導要領を踏まえて前年度に方向付けられていた テーマを決定付けて「伝統食・行事食」とい う、日本古来の食文化を家庭に伝えるための活



朝食ポスター

「我が家の伝統食・行事食」より抜粋

[3月] 基基。				
诗期	行事等	料理名	作り方	₹の性
3月38	ひな挙り 機の飲句	ちらし党司	貯板に、味を付けて過たにかじ ん、しいたけ、かんぴょうなど を思せぬ者、焼糸町、でんぷ。 をぬさやなどを飾り盛り付け る。	まの子の幸せと権やかな成長 を願う・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
		子企り身可	ラップに刺身 1まだい、マガロ、 サーモンなど! 1 何 れおいて美 く 神ばし、すし観を丸めてのせ きゅっとし ぼって、てまりのよ うな料にする。	ves. (18h)
6	8	12:450 2404	はまぐりと≡つ差を入れたすま し分	2 枚の見がぴったり重なること から、良い格解や子に会えることを願って。
		2(565	あんこを包んだもちを堆積けし た板の差で整く。	
3月20日 域	事分の日	ほたもち、鉄の 時期 (統分の日)	もち来に半を残せて水と塩を入 れて炊く、熱いうちに熱煙を抑 えながら搾らしたすりこ本で半 分ほどつぶす。 なんごを作りう っプの上にうすくのばし、機型 にしたおもちを上にのせて、あ んで包む。	して、その前後3日ずつ、7 日間をさす。免扱の機能をす ると同時に、見守ってくれる ように折り、金人の折仏を続

動をしてきた。日本の食事のすばらしさについて考えるという学校保健委員会との共通点を大切にしながら、各家庭から紹介された料理を編集し、オリジナルレシピ「我が家の伝統食・行事食」を刊行した。

- ①家庭のページ (月毎の伝統食・行事食)
- ②子どもたちのページ (大好きな、おじいちゃん&おばあちゃんの料理)
- ③校医のページ (お勧め伝統食・行事食)
- ④栄養士のページ(給食献立の伝統食・行事食)
- ⑤PTA本部役員のページ(作ってみました) の5つのコーナーで構成し、全員参加型にする ことによってひとりでも多くの人が興味を持て るよう考慮した。

また、行事食献立《2月3日節分》に合わせて、北部共同調理場(学校給食センター)の施設見学と現地試食会を実施した。この調理場は、市町村合併によって学校給食が増食したため、平成19年に新築移転したばかりである。学校給食に対する興味関心だけでなく、衛生管理や食材の精選を始め、「食の安全」について保護者の意識が高まるよう計画した。参加した保護者からは、「清潔感があり、細部に亘る衛生面・安全面への配慮が伺えて、とても安心した」「美味しかった。行事食に対する思いを新



北部共同調理場見学と現地試食会





たにした」等々の感想をはじめ、施設見学と現 地試食会の定例化を望む声が上がっている。

平成20年度「あらまき子どもの食事を考える会」の活動と成果

6月11日	第一回 あらまき子どもの食事を考える会 ・テーマ決定 ・一年間の計画	・昨年度までの経緯と今年度 の活動について、共通理解を 図ることができた。	
6月23日	全家庭に「我が家の伝統食・行事食」を募集 全児童に「ぼくわたしが大好きな、おじいちゃんおばあちゃんの 料理」を募集	・家庭にテーマを知らせ、た くさんのレシピを募ることが できた。	
7-8月	レシピの作成と編集 ①家庭のページ (月毎の伝統食・行事食) ②子どもたちのページ (大好きな、おじいちゃん&おばあちゃんの料理)	・月毎にまとめたり、カット を工夫したりして、見やすく 楽しいレイアウトを考えられ た。	
9月3日	第二回 あらまき子どもの食事を考える会 ・レシピ検討 ・今後の活動確認	・全員参加型のレシピを作る ことがができた。 我が家の伝統食・行事食	
9-11月	実践及びレシピの作成と編集 ①校医のページ(お勧め伝統食・行事食) ②栄養士のページ(給食献立の伝統食・行事食) ③PTA本部役員のページ(作ってみました)	Trainforciatis - Seenching C. P.C.D., S. C. S. M.C. S.	
12月4日	第三回 あらまき子どもの食事を考える会 ・レシピ検討 ・調理場の見学と試食会の計画	CARRENCE CONTROL OF STREET	
12月22日	「我が家の伝統食・行事食」配布 表紙に設けた保護者に向けた言葉を記入する欄に児童全員が 「こんな日にはこんなお料理が食べたいなぁ」を書き込んでから 持ち帰るようにした。(学級指導)	・保護者の興味関心が深まった。	
1月8日	北部共同調理場の施設見学と現地試食会の案内配布	・衛生管理や食材の精選等 「食の安全」についての意識 が高まった。	
2月3日	北部共同調理場の施設見学と現地試食会の開催		
2月	アンケートの実施 ・レシピ「我が家の伝統食・行事食」について ・北部共同調理場の施設見学と現地試食会について	・食に対する保護者の思いや 「あらまき子どもの食事を考 える会」への要望等を把握 し、次年度につなげることが できた。	
2月25日	第四回 あらまき子どもの食事を考える会 ・アンケート報告 ・平成20年度の成果と課題 ・平成21年度のテーマについて		
3月	「平成20年度あらまき子どもの食事を考える会の報告」を家庭に 配布	・成果と課題を家庭に伝える ことができた。	

「あらまき子どもの食事を考える会| 各委員の分担

職名()は人数	主な活動内容			
PTA会長(1)	・委員長(全体会の進行) ・PTA地区教育懇話会での発表「食育への取り組み」			
PTA本部役員(6)	・レシピ編集 ・「作ってみました」の実践と報告 ・北部共同調理場(学校給食センター)の施設見学と試食会の運営 ・各種アンケートの実施とまとめ			
学校内科医(2)	・専門的立場からの指導 ・校医の先生のページ(お勧め伝統行事食)への協力			
学校歯科医(2)	・専門的立場からの指導 ・校医の先生のページ(お勧め伝統行事食)への協力			
学校栄養士(2)	・専門的立場からの指導 ・栄養士のページ(給食における伝統行事食)への協力 ・北部共同調理場(学校給食センター)の施設見学と試食会への協力			
校長(1)	・家庭及び地域との連絡調整			
教頭(1)	・家庭及び地域との連絡調整			
保健主事(1)	・校内の連絡調整			
給食主任(1)	・校内の連絡調整			
養護教諭(1)	·企画運営			

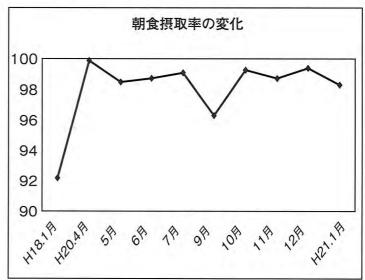
5 成果と課題

食に関する様々な問題が指摘されている今、「食育」は不可欠な人間教育となっている。だからこそ、学校における教科指導だけではなく、児童を取り巻く環境のすべてが食に対する思いをひとつにしていく必要性を感じている。

今回、食育を通じて家庭や地域社会と連携した取り組みを実践してきた結果、児童の朝食摂取率 や朝の排便率は向上してきた。

しかし、夏季休業や冬季休業といった 長期休業明けには生活リズム全般が崩れ るためか、朝食摂取率は減少傾向にあ る。また、「何を食べるか」といった栄 養バランスの点においてもまだまだ課題 も多い。

今後も食に対する意識の向上と基本的 生活習慣の確立を目指して、家庭や地域 とともに活動を充実させていきたい。



知・徳・体のバランスのとれた生きる力にあふれた新郷っ子の育成

埼玉県川口市立新郷小学校

I 本校の概要

本校は、東京に隣接する埼玉県南部の50万都市川口市の東部に位置している。また、植木で有名な安行に隣接し、市街化が進んだとはいえ、緑が多い地区である。その中の開校135年目の伝統校であり、児童数791名の大規模校である。

学校の特色としては、多くの樹木や草花に囲まれ、校庭が2つあり、体育館の広さも通常の1.5 倍ある等、教育環境に恵まれている。また、保護者や地域の方々も、都市部にありながら比較的移動が少なく、穏やかな方が多い。そして、学校にも協力的である。

Ⅱ 学校経営における健康教育について

1 学校経営方針と健康教育

現在、児童の「生きる力」の育成のために、「新郷ルネッサンス」に努めている。そして、「新郷地区の母体校として誇りのもてる学校づくりに励んでいる。本校における健康教育は、①学習指導や校内研修の充実、②豊かな心の教育の推進、③健康な体づくりの推進の「知・徳・体のバランス」を重視している。

さらに、教育計画をよりよく実践するために、月単位で達成目標を掲げPDCAサイクルを意識 した取り組みを行っている。その上で、PTAの保健給食部や地域の有識者による学校評価等も 得て、改善に取り組んでいる。

2 健康教育の推進組織

- ○健康な体づくり (保健部・体育部・給食部等)
- ○豊かな心づくり (道徳部・保健部・生徒指導部等)
- ○生活に役立つ知恵づくり (各教科部・保健部・安全部等)

3 学校保健(安全)計画

人生80年を見越した生涯にわたる生活習慣の基礎を培うべき、一人一人の児童が健康に対する 課題をもって取り組めるように、学校保健計画・学校安全計画を作成している。

計画作成の考え方や特に配慮した事項について

(1) 学校保健

目標として、自分の体力や健康に関心をもち、生涯を通じて積極的に健康の保持・増進に努めることができる習慣や態度を育てることとした。そして、児童の実態調査の結果、基本的な

生活習慣や食生活の乱れが顕著であることが明白となった。そこで、努力目標として①生活習慣病の予防、②基本的な生活習慣の定着化を図ることとし、取り組んでいる。また、手だてとしては、体育⇔食育⇔健康のサークル獲得のために、体育部や給食部等と連携して取り組んでいる。

(2) 学校安全

目標として

- ①自らの安全について考え、行動判断できる子の育成
- ②自他の生命の大切さがわかる子の育成 として取り組んでいる。

4 学校保健委員会及び各教科での取り組み

(1) 学校保健委員会

- ①開催回数 年3回
- ②概 要

年3回行われる学校保健委員会は、新郷地区地 域学校保健委員会の課題を踏まえながら、学校の



学校保健委員会

課題も加味して行われる。これには、全教職員と学校医等や保護者・保健委員会の児童等が参加している。会議開始前には、課題に対する児童や保護者のアンケートを実施する等、客観的な資料を用意する。運営にあたっては、参加型・体験型を多く取り入れた形態とし、課題に対しグループ討議を行っている。そして、話し合われた内容を代表が発表し、共通理解を図っている。

また、それをもとに、学級担任は直ちに指導に入る。その上で、大きな課題に対しては、 校長の指導のもと、保健部を中心に長期的な見通しを立てて課題解決に取り組んでいる。

③協議議題

議題	主な出席者	所用時間	主な成果
歯のけがに ついて	職員全員・PTA・学校医	1 時間	歯をけがした際の応急処置の仕方や 強い歯が必要なことを学び、歯に対 する意識が高まった
めざせ、早 寝、早起き、 朝ご飯	新郷地区の小・中学校の校長・ 養護教諭・保健主事・児童生徒 保健委員・PTA・学校医・保健 師・川口市教育委員会指導主 事・埼玉県立大学教授	1 時間15分	新郷地区の健康実態把握や各学校の 取り組み発表により、地域の実態が 明確になった。また、今後の地域と しての取り組みの道筋をつけること ができた。
視力検査の 結果と目の 健康	職員全員・PTA・児童保健委 員・学校医	1時間	近視・遠視・乱視についてや、目を 健康に保つための留意点を共通理解 できた。

(2) 教科研究と健康教育

本校は、平成20・21年度に「教育に関する3つの達成目標を踏まえた研究」で川口市教育委員会の委嘱研究を受けている。その中で、国語・算数・道徳・体育を中心に授業研究を行っている。

①体育における取り組み

地域学校保健委員会の児童の体力低下や基本的 生活習慣の乱れ等の報告を受け、「自分でめあて をもち、努力できる子」という目指す児童像を設 定して、保健部と密接に連携しながら実践に取り 組んでいる。

○体育における取り組み

- 「新GOタイム」(20分休みの3分間走や5分間走・縄跳び等)
- 体育朝会(独自の「新郷っ子体操」)
- 授業における学習カード

○保健指導

- 性に関する指導(全クラス授業参観日実施)
- 歯の指導「新郷っ子みがき」
- 6年「薬物乱用防止教室」

②道徳における取り組み

- 目指す児童像として「真心を伝えられることが できる子」を設定し、授業の指導過程の基本を作成したり、授業研究に取り組んでいる。
- その他、全教室に「道徳コーナー」の設置や「すくすく新郷っ子」による保護者・地域の 啓発活動を行っている。

③国語における取り組み

- 目指す児童像として「自分の考えや思いをわかりやすく書くことができる子」を設定し、 書く力の定着をめざし、実践に取り組んでいる。
- 系統的な指導事項の明確化や児童の的確な実態の把握・書き方の型の指導の徹底等で書く 力を高めている。

Ⅲ 特徴的な活動

- 1 励まし合う保健活動の充実
 - (1) 地域学校保健委員会をベースにした健康教育の充実
 - ①新郷地区地域学校保健委員会の概要

新郷地区には、小学校4校と中学校2校があり、3年前から本格的に「新郷地区地域学校



新郷っ子体操

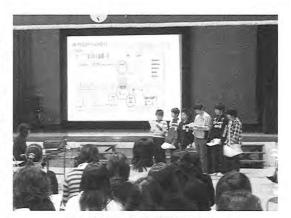


性に関する指導

保健委員会」が取り組まれている。

構成メンバーは、学校長・養護教諭・保健主事・PTA・学校医・川口市教育委員会指導主事等である。そして、論議の中で地域の問題点として基本的な生活習慣や視力・体力の低下等が認識された。その上で、各校共通の目標として、「めざせ、早寝・早起き・朝ごはん」が設定され、地域で取り組んでいる。

②本校の基本的な生活習慣確立のための保健部の取り組み



新郷地区地域学校保健委員会

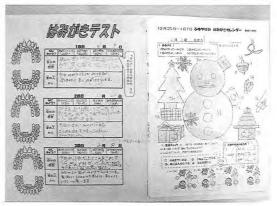
生活アンケート実施による就寝時間と起床時間、朝ごはん摂取の実態把握をしたところ、 高学年になるに従って就寝時間が遅い傾向があることから、改善のためクラス指導の他に、 保健便り、学校給食委員会での話等による保護者の啓発を行っている。

(2) 児童や保護者の関心を高める保健教育や保健管理

励まし合って健康な体をつくる子を目指すために、児童や保護者にわかりやすく関心のもて る活動を重視している。

- ①「体ノート」を作成し、6年間継続使用して、関係資料を綴じ込ませ、自分の体に関心を持たせている。
 - ・綴じ込む内容
 - ・年1回授業参観時に行われる「性に関する指導」の資料・体力テストの結果・縄跳びや持久 走カード・食育授業の資料
- ②学校全体での性の指導の取り組みを行う。
 - 資料は、指導案と共に保健室に保管し、すぐ活用できる体制を構築
- ③イラストや写真を多用して児童の関心を高め、わかりやすい掲示を行う。
 - 一目で児童や保護者にも理解できる記述とし、保健室や廊下に掲示
- ④健康診断をもとに改善を図る。
 - 複数本のう歯発生や歯垢・軽度の不正咬合の増加 全校児童が年間を通して使用する歯磨きノート・歯磨きカレンダー・ライオン歯科衛 生士による歯磨き指導・養護教諭による給食後の「新郷っ子みがき」の指導・年3回のカ ラーテスターの実施
 - ・アレルギー疾患の増加

外遊びの推奨・食生活や生活リズムの留意・環境衛生に関する最新情報を児童や保護者・職員に伝達



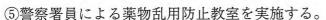
歯磨きノート

• 中学年や高学年の視力低下傾向の増加 視力B~D者への継続指導・姿勢指導・外遊び の推奨や食育との連携強化

情報部と連携してのパソコンと目の健康留意

• 低学年に対する基本的な衛生教育の徹底を図 る。

1年生は、給食後の歯磨き指導・2年生は手洗 い指導



- ロールプレイングによる誘われた時の断り方の実践
- 防止教室実施後、担任と養護教諭とのTT授業でさらに確認する。
- ⑥毎月の保健便りの発行及び保健室・校長室や職員室前廊下等の掲示により、児童と保護者の 保健に対する意識を高める。
- (7)参加意欲を高める児童保健委員会の活動
 - ハンカチ・ちりがみ・つめの衛生検査(毎月第1月曜日の始業前実施)
 - 冬季は、教室の空気環境の改善のために、数名1組で「換気隊」を結成し、休み時間に教 室の窓を開ける。
 - 児童集会の「保健集会」で、児童保健委員会の活動を劇化し、PRする。
 - 「風邪の予防」等のポスターを作成し、廊下に掲示する。

2 命をはぐくむ食育活動

本校は、①食に関する努力目標として正しい食事の 在り方や食習慣を体得する、②食事を通して好ましい 人間関係を育成する、として日々取り組んでいる。

(1) 児童の役に立つ学校給食

- ①「食育タイム」を毎月「食育の日」の昼休みに設 定し、栄養士が児童の食に対する疑問に答えてい る。
- ②小児生活習慣病予防対策として、各学期に1回、 肥満度30以上の児童とその保護者を対象に、養護教諭と栄養士が「すくすく教室」を開き、 改善を図っている。
- ③1・2年生を中心に、栄養士が担任とTTで食育の授業を行っている。
 - 児童に空豆やトウモロコシの皮むきをさせ、食への思い入れを育てている。
- (2) 豊かな食生活の定着を図る家庭や諸機関との連携
 - ①給食便りの毎月発行と、給食室前、職員室前、学級内の掲示



保健室掲示



- ②1年生保護者対象の給食参観と試食会(年5回開催)
- ③児童の食生活等の実態調査の実施と結果の活用
 - 新郷地区地域学校保健委員会・川口市体力向上推進委員会・埼玉県栄養士会
- ④PTA保健給食部によるクラスの配膳台カバーの作成

(3) 望ましい食事環境の構築

- ①ランチルームを、年間計画に従い給食実施日に1クラスずつ活用している。また、ランチルーム使用時は、磁器の食器を用い親しませるなどして食の指導を行っている。
- ②給食時には、常時箸を活用している。 低学年では、箸の正しい持ち方や使い方のポスターを教室に掲示している。

3 保護者や地域・関係諸機関と協力して推進する安全体制の確立と指導の充実

- (1) 安全指導の徹底
 - ①交通安全指導
 - ・川口市交通安全対策課による1年生横断歩道の渡り方と3年生自転車の乗り方指導
 - 保護者による登校時の横断歩道の立哨指導
 - ②地震・火災の防災指導
 - 2学期当初の大規模災害を想定した児童引き渡し訓練
 - 3学期川口消防署員による3年生起振車体験と4年生煙幕体験

(2) 不審者対策の徹底

- ①緊急時、保護者の携帯電話へ不審者情報等を配信できる体制を構築
- ②PTA校外委員会や保護者による毎日の巡回パトロールやスクールガードによる登下校時の 見まわり
- ③近くの交番の署員による見まわりと「交番便り」の掲示による啓発

N まとめ

ややもすると世論が「学力の向上第一」と声高に叫ばれるものの、本校では、以上の学校運営により「知・徳・体」のバランスのとれた健康教育を指向している。特に、首都圏に位置しながらも緑が多く、比較的閑静という地域の特性を生かした情緒豊かな人間を育てることにより、生きる力のあふれた全人的な健康教育を目指し、引き続き取り組んでいきたいと思っている。

学校健康委員会の活動と連動した歯と口の健康づくり

鳥取県鳥取市立福部小学校

1 地域、学校の概要

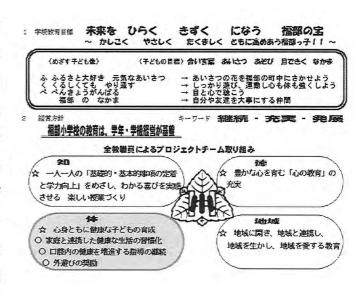
福部町は、平成16年11月に鳥取市と合併した鳥取県のほぼ東北端に位置する人口3,300人強の町である。東西南の三方は山に囲まれ、北は鳥取大砂丘を隔てて日本海に面しており、四季折々の自然が楽しめる。保育園、幼稚園、小学校、中学校各1校が近接し、協力的な保護者や地域住民のもと、保幼小中が連携を密にした教育が行われている。

福部小学校は、明治5年の創設の学校を元に地域の学校が時代と共に集まり今日に至っている。 現在児童173名が8学級で学ぶ小規模校である。子どもたちは純朴であり、豊かな自然、立派な校舎など、恵まれた教育環境のもとで学習し、明るくのびのびと学校生活を送っている。

2 学校経営方針と健康教育

(1) 学校教育目標の中の「健康」の位置づけ

学校教育目標「未来をひらく きずく になう福部の宝~かしこく やさしく たくましく ともに高めあう福部っ子!~」とし、健康を直接的にたくましさに位置づけている。ただ、健康を実現するためには知的なかしこさや、心の健康を進めるやさしさが必要なので、それらも明確に位置づけている。また、子どもたち自身がめざすすがたとして「しっかり遊び運動し、心も体も強くしよう」と明確に示している。



(2) 教育計画における健康教育の位置づけと実践の配慮事項

教育計画の推進にあたっては、4つのプロジェクトを立てて特に力を入れて取り組むようにしているが、健康教育が含まれる「体」のプロジェクトにおいて「心身ともに健康な子どもの育成」として明確に位置づけている。実践にあたっては、ミニマムエッセンスとして全校共通で達成すべき努力事項を「体」プロジェクトプランに明示して取り組んでいる。さらに、各学級の経営案に必ず位置づけ、それに基づいて実践するようにしている。



養護助教諭の歯みがき指導

3 健康教育の推進体制

(1) 教職員の推進組織と校内研修

「体」プロジェクトは保健体育主事(鳥取県)、養護助教諭を中心に進め、全校的なものについてはメンバー全員で企画・実施する。学級にあっては、全体計画を受けて、各担任が自学級の独自事項を加えながら、ともに指導・実践している。結果評価については、自己評価のほか、児童・保護者・地域へのアンケートを年2回行い、進捗と成果についてふりかえる。また、学校評価委員による評価、参観日アンケートなども実施し、点検を確実に行う。さらに、学校健康委員会との連携による健康事業の推進や研修を進める。性教育委員会や食育委員会も学校健康委員会と連動させるとともに、研修は常に、自校職員だけでなく広く呼びかけ進める。(心肺蘇生やAEDの講習会は、近隣教育施設職員にも呼びかけて毎年実施。また、同じ内容を水上安全講習会として保護者対象にも毎年実施。関係職員は結果的には年2回以上実技研修を行っている。)学校健康委員会において学校医等専門家によるミニ講演も継続して行う。

(2) 家庭・地域社会との連携

学校健康委員会を通じて、保護者のみならず、市行政(市教育委員会分室、市保健師)や関連教育機関(保育園、幼稚園、中学校、放課後児童クラブ等)と常に連携している。健康教育では福部町教育研究会と、安全に関わっては地域安全パトロールの会と連携するなど、健康安全両面において平素より地域諸団体と連携しているが、今後も一層の充実を図りたい。



水上安全講習会での研修

また、PTAと連携したノーテレビの取り組みとして、ノーテレビディナー⇒アワー⇒デーへと発展させるため、「知」プロジェクトの「親子トーク」と関連づけている。

4 具体的な取り組み

(1) なぜ、歯と口の健康づくりなのか

本校は、平成10年から12年度日本学校保健会の地域指定「児童・生徒等の歯・口の健康づくり」推進校であったので、給食後の歯みがき指導は継続されており児童もみがくことが当たり前となっている。しかし、本校児童のむし歯の罹患率は非常に高く、平成18年度検診実施時点で、全く治療歴のないむし歯なし児童は17.6%と少なく、全国平均および鳥取市の平均をも下回っていた。また、未処置歯のある児童の割合が49.7%と高く、さらに歯列・咬合・顎関節に関しては軽度の歯列不正などで1(要観察)とされた児童が多く見られる実態があった。また、治療完了率も低い実態も見られた。

そこで、このような児童の実態や今までの実績を踏まえ「歯と口の健康づくり」に焦点をあて、「体」のプロジェクトとして年間を通じて取り組む児童の健康課題とするとともに、学校健康委員会との連携を重視しながら同一歩調で実践に取り組むこととした。

(2) 福部小の学校健康委員会の特徴

本校では、平成16年度まで年2回の学校健康委員会を開催し、児童の健康課題について話し合ってきたが、年度始めと年度末だけの会では実効性不十分と反省し、平成17年度より年3回の開催に変更した。

この回数増を契機としてP:第1回:計画、D·C:第2回:実践・経過報告・中間評価、A:第2回以降継続や修正した実践、第3回:実践評価・次年度取り組みへの引き継ぎのP・D・C・Aサイクルを導入し、学校健康委員会を活性化し充実させる活動を目指した。

会の活性化のためには、先ず『人が集まること』が大切である。そこで学校関係者、保護者、地域行政機関(鳥取市教育委員会の福部分室長、市役所福部支所保健師)等のメンバー、また、休診日の異なる学校医や学校薬剤師もそろって参加が可能になるように、夜に、しかも1時間に限定する開催とした。短い時間でも能率的に協議するために、毎回会合の意図に沿った資料作りを十分吟味して行うようにした。また、事前に学校医や行政関係者に資料を送付し、指導・助言を受けておき、決められた時間内に会が終了するように工夫している。

(3) 平成18年度の具体的内容

プラン(P) 第1回

17年度第3回協議と児童の実態や学校のプロジェクト推進の要請を受け、「学校と家庭が連携し、口腔内の健康を増進する指導の充実」について実践を行うと決定した。

ドゥ(D) 第1回~第3回

<学校としての取り組み>

①給食後の全校歯みがき

全教職員の担当学年を決め、子どもたちと一緒に砂時計を使いながら3分間歯みがきに取り組んだ。

②生活自己点検

月に1週間の健康週間を設け、朝昼夜と1日3回の歯みがきの自己点検

③学級担任の保健指導(むし歯予防週間中)





夜開催の学校健康委員会



先生と一緒に歯みがきタイム



5年生への保健・食育指導



啓発用の児童玄関の掲示

- ④養護教諭による取り組み
- 下学年への歯みがきチェックと仕上げ歯みがきの実施
- 1、2、4年生への歯みがき指導
- 5年生へのTTによる噛むことの大切さの保健指導 歯肉炎、歯列不正、むし歯等の課題があった5年生に、 担任が実態を、養護助教諭が実態改善のための方法を、学 校栄養職員が改善のための食事について指導をした。
- 保健室での個別指導
- ⑤保健だよりや掲示による啓発(保健室前、玄関前)
- <家庭と連携した取り組み>
- ①毎月の健康週間における歯みがき調べ
- ②毎月1回の歯ブラシ点検
- ③歯の衛生週間中のみがき残し調べ(カラーテスターを使用)
- ④長期休業中の歯みがき調べ(歯みがきカレンダー)

チェック(C) 第2回

第1回以降の学校における歯の健康に関する取り組み報告を行った。また、口内の菌を写したインパクトのある映像を用いた学校歯科医のミニ講演により、口腔内の健康必要性の再認識を図った。(ミニ講演がPTA自主研修へと発展)

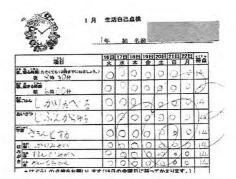
アクション(A) 第2回~第3回:学校の取り組みは継続 <PTAの取り組み>

- ①福部っ子まつりでの歯科パネル展示(歯科医師会から借用)
- ②家族参観日の事前研修会

前述のミニ講演をきっかけに、11月の家族参観日に向けて PTAの研修指導部の活動が活発になった。研修指導部が、 内容について学校歯科医に詳しく指導助言をいただいた。

③家族参観日での保護者向け歯みがき研修会

低・中・高学年に分かれて開催した。当日は、学校と



健康週間の生活自己点検表



学校歯科医によるミニ講演



PTAによる歯みがき研修会



歯みがき参観をする保護者

PTAが相談して、担任と一緒に行っている日頃の歯みがきの様子を参観する内容を取り入れたこともあり、134家庭中92%もの保護者が参加するほどの盛況ぶりだった。

④健康教育参観日の研修会

「5年生への歯の健康学習の資料」を活用した研修と、今年度の歯科治療状況や生活自己点 検の歯みがき状況(第3回学校健康委員会資料)をもとに学級で話し合いを持った。

<児童保健委員会の取り組み>

①健康・歯みがき集会(劇・クイズ)の開催

保健委員会の児童に保護者と同じ映像を視聴させ、歯みがきについての何か取り組みをして みないかと呼びかけると、劇をしてみたいという希望をもった。児童自ら台詞や衣装作りまで 進んで行い、自分たちだけで劇を作り上げた。また、クイズも作成するなど、委員会児童全員 が自主的かつ協力的に活動し45分の健康集会を作り上げた。

(2) 平成19年度の具体的内容

プラン(P) 第1回

平成18年度第3回健康委員会の「成果はあったが、1年で十分に定着したとは言えない。この取り組みを1年で終わらせるのはもったいない。今後も継続して同じテーマで取り組んでいきたい。」という意向を受け、引き続き歯と口の健康を重点として取り組むこととした。具体的な取り組みも昨年同様とし、それぞれの分野毎に取り組み項目の充実を目指した。加えてテーマ達成のため、19年度は以下の新たな取り組みを行った。

ドゥ(D) 第2回~第3回

<学校の取り組み>

①健康委員会の構成の拡大

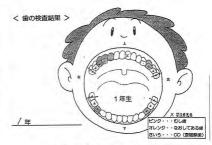
取り組みの拡大・充実のため従来の構成に加え、学校では教務主任、PTAでは庶務幹事を加わえた。さらに保育園、幼稚園、中学校へも参加を呼びかけ、同じ生活基盤に立つ園児・児童・生徒の口腔内の健康について共通認識の醸成と、前年度の課題でもあった保幼小中連携強化へとつながるよう改革を図った。

②保健室前の掲示の工夫

高学年のむし歯治療率の向上が平成18年度の課題としてあげられたことを受け、保健室前の掲示の工夫を行った。各学級の人数分の点を描いておき、むし歯のない児童や治療が完了した児童についてシールを貼り、名前を記入していった。全体の中でどれくらいの割合でむし歯のない児童がいるかが視覚的に捉え易く、児童のむし歯治療への意欲付けとしての効 /年果が大きかった。



歯みがきの星の掲示



1年歯みがき個人カルテ

③歯みがき個人カルテの取り組み

前年度学校歯科医より、その年の状況や傾向を輪切りで横に見る視点だけでなく、特定の児童が学年を経るにしたがってどのように変化してきているかという縦に見る視点も重要であるという助言を受けた。そこで、個人のむし歯の状況を記録し、経年の変化を把握するために「歯みがき個人カルテ」を作成した。これは、歯が並んだ口中の絵にむし歯の歯や要観察の歯

のある場所に色を塗り、歯列のどの部分を特に気をつけて磨けばよいか分かるようにしたものである。第1回を6月までに実施し、結果を個別懇談で伝えるとともに、夏休み中の家庭での歯みがきに活用していただくようにした。

チェック(C)・アクション(A) 第2回~第3回

<PTAの取り組み>

①個人カルテを活かした歯みがき参観

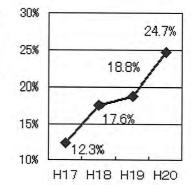
歯みがき個人カルテの取り組みを19年度第2回学校健康委員会で報告したところ、参加のPTA委員の中から「それを是非活用しよう」という声が上がった。これを契機に、家族参観日に個人カルテを使った歯みがき参観をPTA研修部が実施した。個人カルテは左右をひっくり返し、鏡を見て磨いているような感覚で使えるものであり誰にでも分かり易いので、保護者がむし歯になり易い所に改めて気づき、我が子の手を取りながら歯みがきを指導している場面が至るところで見られた。

5 実践の成果

本年も含め3年間で、学校健康委員会を接点として学校・家庭・地域が連携して児童の健康課題について取り組む態勢が構築され、具体的な実践が継続的に行われたこと自体が成果であった。中

でも年3回開催する学校健康委員会の活動と連動した「歯と口の健康づくり」を行った意義は大きい。取り組みの中間でのチェックが計画化されたことで、確実に検証や見直し・評価がなされ、歯と口の健康づくりの取り組みが深化・充実してきたと確信している。具体的には以下の点を成果として上げたい。

- ①未処置率低減=むし歯の治療率向上=むし歯なし児童の増加
 - 平成17年度末29.7%⇒18年度末21.4%⇒19年度末17.9%
- ②歯と口の健康についての児童意識の変容
 - 1日3回の歯みがきの定着と自分から進んで行う児童の増加
 - 歯みがきソングの変更で、楽しみながら歯を磨く児童の増加
 - 歯みがき集会による学校全体の歯の健康への関心の高まり
- ③保護者の歯みがきに対する意識の変容・向上
 - 保護者主体の研修会の開催、歯みがき個人カルテを用いての親子歯みがきの実施
- ④地域の乳幼児・園児・児童・生徒の歯みがき実態の共通理解と歯みがき推奨・推進
 - 地域の保幼小中や保健機関の情報交換による地域の子どもの歯の実態理解
 - 幼稚園:小学校に準じた歯みがきの時間や方法の工夫
 - 中学校では小学校の実態を受けてより一層の歯みがきの奨励



う歯のない者年次推移

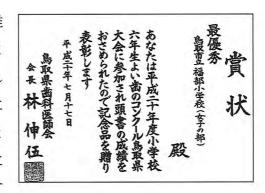
6 課題と今後の取り組み

以上の成果を継承しつつ、充実・発展させるために以下の課題に取り組みたい。

- ①むし歯治療率の更なる改善と歯列などの観察強化の取り組み
- ②6年間を見通した目標:むし歯なし児童の増加と12歳児のDMFT指数の減少
- ③歯の個人カルテを継続利用し、家族とともに自らの歯を守る取り組みの推進
- ④学校と地域の歯科医、歯科衛生士、保健師との専門的分野で連携を強化
- ⑤保幼小中と保護者が一体となって、地域ぐるみで子どもの歯の健康を守る活動の推進

7 振り返りから新たな一歩へ

本年度、数年ぶりに「よい歯のコンクール」への児童を推薦したところ、県で最優秀となった。本人の歯質や努力によるところが大きいとはいえ、近年学校・家庭・地域が連携して取り組んできた成果でもあると捉えている。これを励みにするとともに、今後も歯・口の健康について自ら考えることはもちろんのこと、大切な自分の体についての健康づくりに進んで向かっていけるような子どもを、学校が基点となって家庭・地域と一丸となって育てていきたい。



心身共に健康で自分から進んで健康管理のできる児童の育成をめざして

山口県岩国市立神東小学校

1 本校の概要

本校は、山口県の東、岩国市にある小規模校である。平成20年度現在児童数32名、学級数5、職員数11名であるが、朝から元気なあいさつがあふれている。

学校の後方には銭壺山、前方には瀬戸内海を臨み、自然に恵まれた環境にある。この環境を生か し、長年、愛鳥活動と花いっぱい運動にも力を入れてきた。

保護者や地域は教育への関心が高く、大変協力的である。

なお、平成20年度から山口県のへき地・複式教育センター校として、3年間の指定を受け、研修 を進めているところである。

2 学校教育目標と健康教育

「健康」は、人がよりよく生きるために、まず、大切にしなければならないことであり、心身の 健康の保持増進ができてこそ、自己実現を図ることができる。

そこで、本校では学校経営の中核に健康教育を位置づけ、児童が、より健康的な生活へと自ら改善していけるように、また、そのプロセスを大事にしながら支援していきたいと考えた。このように、ヘルスプロモーションの理念に沿った健康教育を推進していけば、おのずと本校の学校教育目標「心豊かで21世紀をたくましく生き抜く神東っ子の育成」を図ることができるのではないかと思う。

さらに、「健康の課題を認識し、自ら課題をみつけ、健康に関する知識を理解し、主体的に考え、判断し、行動し、より良く課題を解決する」という過程そのものが「生きる力」を身につけることにもつながり、ひいては、本校のめざす児童像「かがやく子 やさしい子 考える子 礼儀正しい子」に近づけるのではないだろうか。

このことから、家庭・地域・関係機関との連携と継続を念頭におき、日々、教職員が一体となって教育活動を進めている。

3 学校保健(安全)計画

連携を配慮した全体構想からさらに、学校保健、学校安全、学校給食の年間計画を立案し、学校保健委員会でも共通理解をしている。校内でもこの計画をもとに各学年の年間指導計画を立てて、計画的に実施している。そして、指導のたびに実態を再確認し、指導を重ねるようにしている。これらを、保健だよりなどで周知し、学校での様子が保護者や地域にわかるようにした。

また、児童保健委員会は学校の年間計画や実態を考慮しながら活動計画を立てた。委員会活動で毎週水曜日に放送しており、クイズの中で指導内容の復習をすることもある。

4 具体的な取り組み

(1) のびのびタイムや全校体育を通して鍛える心と体

業間時間を「のびのびタイム」とし、遊びながら運動に親しんでいる。そして、年間19時間程度の全校体育を設け、のびのびタイムに練習した一輪車などの検定を行う。すると運動会では、30分にも及ぶ一輪車の演技を全学年で行えるようになっていく。このような活動を通して互いに見習ったり、競い合ったり、励まし合ったりしながら運動に親しみ、継続して体力作りをしている。これにより、児童は、ふれあいを深めながら、協力することやあきらめないことの大切さも学んでいる。

月	内 容	時数
4月	体力をのばそう(スポーツテスト)	2
5月	一輪車検定	1
6月	一輪車検定	1
8月	校内水泳記録会	2
9月	運動会練習	10
10月	一輪車·竹馬検定	1
11月	一輪車・竹馬検定	1
12月	校内持久走大会	1
1月	一輪車・竹馬検定	1
2月	一輪車・竹馬検定	1
	ぴょんぴょん大会	







(2) 保健教育への取り組み

前年度末、学校保健活動や子どもたちの健康についての気づきなどをアンケート調査し、保護者からの反省・課題をまとめておく。その上で、翌年度始めに実態調査を行い、折に触れ把握していた実態・反省・課題との変化を見る。

これを学校保健委員会で検討し、その年度のテーマを設定した後、保健学習・保健指導で配慮しながら保健教育を実施している。

保健指導の際は、指導案の略案やワークシートを作成し、振り返りや評価をしやすいようにした。なお、ワークシートは各自のファイルに綴じて保存している。

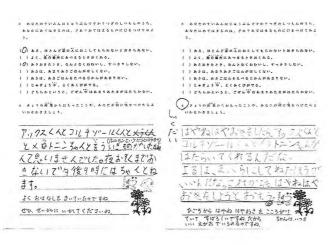
〈全学年指導例 学級活動〉

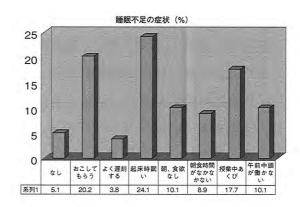
- 1 単元名 すいみんグー?
- 2 **ねらい** 睡眠の効果を知るとともに自分の生活を振り返って、より良い生活習慣に改善しようとする意欲を持たせる。

3 準備物 黒板掲示物 ワークシート

4 学習過程

過程	学習活動・学習内容	支援と評価 ○支援 ◆評価
つか	1 夜ふかしをした翌日の状態は どうだったかを思い出して発表 する。・眠かった・だるかった・食欲がなかった	○ 先日、子ども会の行事でお泊まり会があったので、ほとんどの児童が夜更かしを体験したばかりだと思われる。 経験的に感じたものから夜ふかしのマイナス面を思い起こさせたい。
t	・頭痛がした	○ 早ね、早起きの後の状態も思い出させ、その違いを認識させ
	状態はどうだったかを思い出し て発表する。 ・すっきりしていた ・ごはんがおいしい	たい。 ○ 夜ふかしをして寝ぼうをした時の状態との違いにもふれてお く。
	睡眠をきち	っんととると、どんないいことがあるのかな
ひろ	3 睡眠をきちんととったらどん ないいことがあるか知る。 ・意欲・集中力 ・すっきり目覚める ・心を静める ・若々しさを保つ ・成長する ・脳や体・目を休める ・痛んだ所を治す など	○ ホルモンの働きによる効果を掲示物によりわかりやすく示す。○ いままでの保健指導により、児童がすでに知っているものもあるので、既習の知識については児童に発表させ、知識の定着を図る。
げる	4 体内時計のリセットに必要なことは何か知る。 ・朝、日光や照明で明るさを感じること ・朝食を食べること	になっているが、実際の時間24時間に合わせるためにリセット
まとめる	5 ワークシートの質問に記入 し、自分の睡眠は十分か振り返 る。	





考察 • ワークシート項目の内2つ以上あてはまると答えた場合、夜遅くまで起きていることが原因である可能性がある。(参考文献東山書房保健指導・学習材)

この結果を見ると、75%の児童は、夜ふかしが原因となっている可能性があった。

- 項目の7つ全部あてはまる児童もいた。担任によると、特に月曜日は児童の調子が悪いと のことである。休日の過ごし方に問題がありそうだ。
- 症状として一番多いのは「朝起きた時、何となく眠いしすっきりしない」というものだった。また、「朝、ほとんど家の人に起こしてもらわないと起きられない」と答えた児童は20%おり、内訳を見ると低学年と高学年が半々だった。効率よく睡眠をとるために、帰宅後の生活を見直すことがさらに必要だと思われる。
- ・上記のことを考慮し、平成20年度拡大保健委員会では講師に指導内容を相談し、睡眠など 生活リズムの大切さについて指導していただいた。

(3) 組織活動

① PTA共育会保健委員会(役員会)

年間の見通しをもち、継続した活動にするため、次のように話し合い、共通理解をしながら 進めている。

- 4月 年間の学校保健活動について
- 6月 学校保健委員会について
- 7月 学校保健委員会の細部、夏休みの健康生活カードについて
- 9月 拡大保健委員会 (親子でやろう会) について
- 10月 拡大保健委員会の細部・役割分担について
- 11月 拡大保健委員会反省、冬休みの健康生活カードについて
- 1月 学校保健活動反省アンケート、性に関する教育について

など

② 学校保健委員会

学校保健の維持・向上を効果的に図るためには、児童の生活の全領域(学校・家庭・社会)を考え、連携した働きかけが必要である。

第1回学校保健委員会では、学校医や地域の関係者、PTA共育会保健委員会(保護者役員)

と共に児童の実態を踏まえ、研究協議、学校保健活動テーマの決定を行っている。

そして、このテーマに沿って各組織と相談・協力して活動を進めていく。

また、2学期には拡大保健委員会(親子でやろう会)を開催する。この会は全保護者に案内 し、各組織の協力を得て、児童と共に健康について学習する。毎年、ほとんどの保護者が参加 し、好評を得ている。

平成19年度は、テーマ「はやね はやおき あさごはん」を受け、次のような内容で行っ た。

お父さん・お母さん 学ぼう会 "いろいろはかっチャオ"

講師 岩国市健康福祉部 保健師 藤本 志保美様

大笑いしながら 楽しく学びました



各家庭の汁物の塩分 濃度測定♪



1日1人350gの野菜 ってどれくらい?



腹囲を測ってみよう!

子どもで作ろう会

講師 岩国市食生活推進協議会の皆様

子どもたちが作 ったかぼちゃや さつまいもも使 いました





手軽にできる物をなかよし班で料理♪

親子で食べよう会 立食パーティー

劇"知ってる会? 食品添加物"で、 食の安全を 投げかけた ビタミン委員会





おいしい! 嫌いな物も 食べちゃった

③ 児童保健委員会

毎年、児童がその名称を考える。そのため、年度ごとに「ビタミン委員会」「元気ハツラツ 委員会」など、名称が変わる。

この委員会では、健康などについて学習し、これをまとめて児童・保護者への働きかけを行う。毎週水曜日には給食時の放送で、健康について働きかける。

(なかよし給食での発表)

縦割り班のなかよし班で青空給食を行った際に、かむことの大切さについて、劇"正義のみかたかむんジャー"を演じて働きかけた。

| 拡大保健委員会 (親子でやろう会) での発表 |





ビタミン委員会で学習してき た食品添加物について、保護者 や児童に食の安全についても考 えてもらおうと、自作の劇を行 った。

給食週間にビデオの放送

食の安心・安全について学習した。そして、郷土料理である「おおひら」の調理実習を栄養士さんの協力を得て実施した。

これらを劇にし、ビデオに収録して、給食週間や給食試食会の時に放送した。

(4) 安全への取り組み

火災・地震・不審者侵入を想定した避難訓練や交通安全教室を、警察署の方と連携して行っている。

登下校を見守ってくださる安全ボランティアの方々への感謝会は、 毎年12月に行っている。

その他、地域の方々で構成する"神東地域振興協議会"の協力を得て安全マップの作成や、危険箇所表示札の設置をした。





5 成果と課題

各方面の協力を得て、平成19年度は、特に、食についてかなり前進で きた。しかし、投げかけや指導が少し途絶えれば、いつしか元に戻ってしまいやすい。いかにして、成果の定着を図るかは悩むところではあるが、さらに連携し、工夫して浸透させたい。

本校の健康教育の実践

~すすんで自分の健康づくりにとりくみ、よりよく生きる児童の育成~

栃木県日光市立猪倉小学校

1 本校の概要

本校は、日光市の南部に位置し、明治9年創立の歴史ある学校である。近くには田川が流れ、自然豊かな農村地帯であるが、近年は住宅地造成が進み新興住宅地から登校する児童も多くなってきている。

児童は明るく素朴であり、保護者、地域も学校教育にたいへん協力的である。

平成18年の市町村合併により今市市立猪倉小学校から、日光市立猪倉小学校と名称が変更になった。児童数は179名、学級数9、教職員21名の中規模校である。

2 学校教育目標と健康教育

本校の教育目標は、基本目標である「児童一人一人が変化の激しい社会に対応できる『生きる力』の育成を図る」を受けて

- ・進んで学ぶ子 [知育]確かな学力づくり
- ・元気で やりぬく子 [体育] たくましい体力づくり
- なかよく 働く子 [徳育]豊かな心づくり・仲間づくり の三育を掲げている。

「学力向上はまず健康から」の学校長の指針を受けて、全職 員が一丸となって健康教育を推進している。



3 学校保健(安全)計画

本校では、保健、安全、給食(食に関する指導)を含めたものを「健康」ととらえ、学校保健安全給食(健康)全体計画を立てており、それらを基に児童の発達段階に応じ、教育活動全体を通じて健康教育を推進している。教育計画の立案にあたっては、児童が自らの生活習慣や心身の状態などを見つめ直し、課題を自ら解決していく態度や安全に行動できるような能力を身につけることを重視している。

また、健康課題解決のために学校保健委員会を年間複数回開催し協議内容を発信して家庭、地域、学校全体に広げ、年間を通じての実践につなげることができるように努めている。性教育年間指導計画や喫煙・飲酒・薬物乱用防止に関する指導計画、食に関する指導計画をはじめ、今日的課題として携帯電話教室や金銭教育の指導も計画に取り入れた。また職員研修として、心肺蘇生法(AEDを含む)の実技講習や不審者対策研修、教育相談研修なども計画、実施している。

4 具体的な取り組み

(1) 学校保健委員会の複数回開催

第1回テーマ「健康上の継続観察を要する児童の健康管理指導について」

2回 / 「今、子どもにとって大切な食のポイント」

3回 / 「いのちはひとつ大切に」~いのちの大切さを学び深めるために~

4回 / 「薬物乱用防止について」

5回 / 「性に関する指導」~人間としての生き方、在り方~

学校保健委員会は、学校における健康の問題を研究協議 し健康づくりを推進する組織である。

本校は、校長、教頭、教務主任、保健主事(養護教諭)、 学級担任等、学校医、学校歯科医、学校薬剤師、PTA各 部会役員、学校評議員、市健康課保健師等で組織され、学 校医PTA等の積極的な参加により円滑に運営されている。 開催内容は上記の通りで、5回の開催により大きな成果を あげることができた。

学校保健委員会終了後は、その都度、協議内容を「ほけんだより特集号」として作成し各家庭、関係機関に報告している。学校保健委員会を年間複数回開催することによって学校保健委員会を保護者のより身近なものにすること、そして学校での取組を伝える、伝わる、そしてともに学び実践する、こうした学校保健委員会を目指している。

(2) けんこうあいことばの設定

本校では、健康づくり3つのあいことばを掲げている。

はやね はやおき 朝ごはん 手あらい うがい いのちはひとつ たいせつに

「はやね はやおき 朝ごはん」については基本的生活 習慣定着のために、「手あらい うがい」は学校保健の今日的課題である感染症予防のために、「いのちはひとつ たいせつに」であるが「いのくら」の「いの」は「いのち」の「いの」である。命を大切にすることは防犯、安







全、交通、食育、性教育などすべてにつながっている。この3つは、本校の健康指導の中核をな すものであり、全児童が暗唱し、それぞれの生活実践に結びつけている。

(3) けんこう発見カードによる親子生活チェック

生活チェックのねらいは、基本的生活習慣の定着 と親子のコミュニケーションづくりである。

これらのねらい達成のために、親や家庭が子どもを「きちんと見つめしっかり関わる」ことを意図し親子で実践している。この活動は本校の健康づくり3つの合いことばとも連動しており、月のうちの一週間を「けんこう発見カード」により健康目標を設定したり、自分たちの生活を振り返る週としている。従来のチェックカードを、これからは自分の生活を振り返ることで「自分の健康のひけつ」を見つけていって欲しいという願いから「けんこう発見カード」と名づけて意識の高揚をも図っている。

回数を重ねるごとに生活習慣の定着はもとより子 どもが家庭で「おてつだいをすること」家族と「お はなし」をすること、親が「子どもをほめる」こと への気づきやコミュニケーションづくりについての





意識が高まっている。生活習慣だけでなく心の項目親子ふれあいの項目を入れたところが本校の 大きな特色である。

また「けんこう発見カード」は一週間の実態把握とその変容の様子、保護者のさまざまな感想等から学校保健委員会の研究協議内容にもつながっている。

けんこう発見カード - 児童の感想から -

- 今度からお手伝いをしようと思う。
- ・姿勢がわるいということがわかった。もっと姿勢よく勉強しようと思う。
- ほめられてうれしかった。
- ・テレビやゲームの時間を守ることができた。テレビをつけっぱなしで勉強するのをやめて集中することができた。など

けんこう発見カード - 保護者の感想から-

- あいさつができるようになった。
- 子どもをほめるということがとてもむずかしいということがわかった。よいところを ひとつでも見つけてほめていきたい。
- 朝食をあと一品多く作れるようにがんばりたい。
- 子どもだけでなく私自身の生活を振り返ることができた。

など

(4) 健康マスコットの設定

本校では、楽しく歯・口の健康づくりをしようというねらいから、健康マスコット「ミガクンジャー」を設定した。当初、ミガクンジャーは一体であったが、多くの児童から「一体ではさびしい、もっと仲間をふやしてほしい」等の要望があり、「健康戦隊ミガクンジャー」の誕生となった。

命名については「歯だけではなく心も体も、そして校舎や地球環境等もきれいにみがいていこう」という趣旨で選ばれた。

よい歯の週間などには、ミガクンジャーの塗り絵大会が行われたり、シールや各種たよりのイラストとなって活用するなど、今では本校のなかよし健康マスコットとなっている。





(5) じょうぶな歯をつくる活動

本校の健康課題のひとつは歯・口の健康づくりである。 むし歯の治療率は、学校歯科医の指導、協力によりめざま しく向上した。学校歯科医、歯科衛生士による染め出し、 歯みがき指導も毎年実施している。来校時には特殊な電子 顕微鏡等を持参してくださり、口腔の生きた細菌などの観 察もするなど、学校歯科医ならではの指導が行なわれてい る。学校歯科医の来校回数は毎年5回を超え、学校歯科医 と児童との関係もたいへん良好で友好的である。

児童保健委員会が中心となって作成した「猪倉小いろ歯かるた」はよい歯の標語コンクールで入賞した児童の作品等を読み札として作成し、学年、学級はもとより家庭にも貸し出して啓発に努めている。

また、毎月18日を「猪倉小 いい歯の日」として設定し「よくかんで脳をきたえよう」をあいことばに、給食にか

みごたえのあるスルメやコンブ、豆などを出す工夫もしている。本校のじょうぶな歯をつくる活動は、食育とも深く関わっている。

また、全校児童を対象に毎週水曜日









にフッ素洗口を実施している。日常の歯みがき指導に加えて歯 の質を強化し、むし歯予防に役立てることがねらいである。

このように本校では年間を通じてじょうぶな歯をつくる取組をしているが、さらに親子で過ごす時間の多い冬休みに親子で行なう歯の染め出し体験を取り入れている。子どもはもちろん保護者自身の啓発をも兼ねており毎年好評で効果を上げている。



- ①学校歯科医・歯科衛生士による指導
- ②よい歯の学校長表彰・治療完了賞の授与
- ③猪倉小 いい歯の日の設定

- ④フッ素洗口を週1回実施
- ⑤猪倉小 いろ歯かるたの作成 活用
- ⑥冬休み親子歯みがきテスト

等

(6) 命を大切にする指導

平成17年12月今市では、小学校1年生の女の子が連れ去られ命を奪われるという、とても悲惨な事件がおきてしまった。二度とこのようなことがおきないように「猪倉小PTA安全安心パトロール隊」や「スクールガード隊」「保護者パトロール隊」が設立された。

本校の健康づくりあいことばの中に「いのちは ひとつ 大切に」を入れたことは意味深い。

命を大切にする指導は、健康、安全、防犯、食育、性教育などすべてにつながると考えている。本校の代表的行事である田植え、かかし大会、昔遊び教室、稲刈り、もちつき等については地域の方々の協力を得ての命の授業であると、とらえている。



下校のようす



生命誕生の授業

- ①交通安全教室の実施
- ②パトロール隊スクールガードとの連携
- ③心肺蘇生法講習会 着衣泳法の指導
- ④不審者対応防犯教室(警察との連携)
- ⑤性に関する指導・薬物乱用防止教室
- ⑥栄養士による食育の授業
- ⑦田植え かかし大会 稲刈り もちつき等
- ⑧プルタブ・エコキャップ回収運動

等



学校農園での田植え 5月



かかし大会 9月



稲刈り 10月

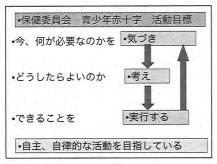
(7) 児童保健委員会の活動

児童保健委員会には、自分たちの健康問題についての課題を見つけ、その課題解決をめざした 活動が日常的に実践できるように指導している。そこで、「気づき・考え・実行する」の態度目標のもとに健康安全・奉仕・国際理解の3つの分野から活動を展開する青少年赤十字活動(日本赤十字社)に加盟・登録し活動のヒントを得るなど、視野を広くもたせるように心がけている。

プルタブ回収運動によって得られた車椅子は、小さな積み重ねが大きな実を結ぶことを、身を もって体験できた貴重な活動である。現在も児童、保護者をはじめ地域の方々からも集めた多く のプルタブが寄せられている。さらに、病気で苦しむ国の子どもたちの力になろうと、ペットボ トルキャップ回収運動も開始したところである。

また、児童保健委員会では、全校児童が健康に過ごせるための各種活動を行っているが、毎年、秋の学習発表会で発表の機会を与えられ、一年間の活動で学んだことなどを発表し、健康生活の大切さについて児童や保護者にアピールしている。これまで発表してきた内容は「たばこについて」「薬って何だろう(薬物乱用はダメ、ゼッタイ)」「よい歯でよくかみ元気なからだ」など、児童や保護者にもわかりやすく工夫して説明し好評を得た。この発表もまた親子で学べるよい機会にもなっている。

限られた回数の中での数少ない委員会であるが、児童は時間を見つけてはこつこつと学び、積極的に活動している。歯のクイズ、かぜ予防の標語募集など、こまめに各教室をまわっての活動も定着している。今、何が必要かを、自分たちで「気づき」、どうしたらよいかを「考え」、できることを「実行する」自主、自律的な活動を目指している。



児童保健委員会活動目標



プルタブ回収運動



学校保健委員会への参加

5 成果と課題

- 1) 教職員が一丸となって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もつ児童、また児童の健康や生活習慣に関心をもつ保護者が増えてきた。
- 2) 健康教育について学校長が折りにふれて方針を示し、PTAだより等で発信したことで、学校と家庭・地域等との連携により一層の充実を図ることができた。
- 3) 生涯をとおして健康な生活を実践していくことができる児童を育成するためには、さらにこれらの活動を充実継続させ、家庭や地域と連携を図りながら健康教育を推進していく必要がある。

自主的な健康生活ができる生徒の育成を目指して ~自分の健康は自分で守る~

栃木県真岡市立真岡西中学校

1 本校の概要

本校は、12学級、生徒数316名の中規模校である。

平成2年に真岡中学校の生徒増加に伴い分離独立してできた 創立19年目の中学校である。真岡市の西部に位置し、新設の北 関東自動車道真岡インターチェンジにほど近い、学校林もある 緑豊かな環境の中にある。地域の方々は、従来から居住してい た方々より、隣接する工業団地に勤務する関係で、全国から学 区内の新興住宅に移り住んでこられた方々が多く占めている。



2 学校教育目標と健康教育

学校教育目標「より思いやりのある生徒(情)・より学ぶ生徒(知)・より働く生徒(意)」 目指す生徒像「心身ともに健康で、誇り高い西輝が丘生徒の育成」

学校教育目標を受けた学校経営の方針「新しい時代に生きる心豊かでたくましく、思いやりのある生徒の育成を目指す」の九項目中三項目に、健康に関する努力点「思いやりや親切な心の育成」「環境教育の充実と緑化推進」「安全指導の充実と体力づくり」が掲げられ、全職員がその任務を深く自覚、英知を結集し、日々創意溢れる教育活動を行っている。

3 学校保健(安全)計画

学校教育目標の達成には、保健安全活動をより充実させ、生徒の健康の保持増進を図ることと、保健安全活動を活発にすることと考え、学校保健計画・学校安全計画の作成時から全職員の協力を得て、共通理解のもと実践できるように努めている。実施にあたっては、毎月の職員会議で具体的に説明確認しながら、確実に実施している。

4 具体的な取り組み

(1) 学校保健委員会

生徒の健康保持増進、保健安全 活動の推進を目的とし、学校・家 庭・地域社会が一丸となり、生徒 学校保健委員会 朝食作り つる。平成19年度は、次の

の心身の健やかな成長に寄与している。平成19年度は、次のように年2回実施した。

〈平成19年度〉

議題	主な出席者	所要時間	主な成果
「食と健康」 〜食と生活習慣の見直し〜 ・生徒の体力について ・生徒の健康状態について 健康診断結果 生活習慣に関する意識 調査結果 (本校と県東地区の比較と心と の関係) ・生徒発表「ファイトの始めは 朝ごはん」	学校医、学校薬剤師、 PTA会長、PTA副会 長、PTA監事、各学年 委員長、校長、教頭、教 務主任、各学年主任、給 食主任、体育主任、保健 主事、養護教諭、生徒保 健委員	1 時間30分	生徒の体力や健康についての 実態について共通理解を図ると 共に、食と健康についての見直 しを話し合い、よりよい学を考 ることが送れるための手だてを考 ることができた。 また、生徒自う朝ごはん作り を体験したものを発表し、作り まとめたものを発表しもよい まとめたものを発表ともにい たの健康について考えるよい機 会となった。
「環境」 ~教室環境の見直し~ ・学校環境衛生について 環境衛生の基準 学校環境衛生検査結果 ・教室の空気検査結果 ・教室の照度検査結果	学校薬剤師、校長、教頭、教務主任、各学年主任、給食主任、体育主任、保健主事、養護教諭	1時間	教室の空気検査結果・照度検 査結果を踏まえ、よりよい教室 環境について話し合うことがの きた。特にインフルエンザの流 行時期ということもあこと の大切さをいの内容を全職員に を達、共通理解を図ることに り、インフルエンザ予防等、生 徒の健康に役立った。

(2) 家庭・地域社会との連携

① 不登校対策連絡会

不登校対策連絡会は、真岡ライブリー教室の室長や教育相談員、教育委員会の指導主事、 学区小学校の先生方と一緒に年2回行い、児童生徒についての共通理解や細かな手立て等に ついて話し合い、かなりの不登校生徒の減少につながっている。

② PTA活動

- 登下校立哨指導・生徒と保護者による奉仕活動
- 教育講演会·広報誌発行
- ・芳賀地区フォーラムイン真岡西 「地域の子どもをみんなで育てよう運動」の一環とし

て、講演会とパネルディスカッションを実施した。

地区毎に集まり、それぞれの立場で率直な意見交換があり交流もはかれた。



芳賀地区フォーラムイン真岡西

③ こども110番の家

「こども110番の家」を地区の生徒と担当教師が年2回訪問

④ 学校開放(西の日)

毎月24日を「西の日」として、学校開放を実施

⑤ 各種たより

PTA広報誌、学校だより、保健だより、学年だより、学級だより等の発行

(3) 健康・安全の管理

健康教育を実践していくためには、広範囲でより専門的な内容を適切な場で実践していくことが大切であり、多くの外部指導講師をお願いし、生徒の健康・安全についての意識高揚や実践化を図っている。

① 月別保健・安全指導の徹底

- 月別保健安全指導の徹底
- 月別保健情報
- •保健だより(月2回以上)



② 保健指導の充実

保健指導の充実では、特に外部講師を招いた指導と個別指導に力を入れた。

性教育

外部講師を招いての思春期教室を、2年生「命の大切 さ」と3年生「命の大切さ、愛する人の生と性」を実施。 実施にあたっては、指導内容について事前に打ち合わせを 行い、内容を確認し共通理解のもと、TTで授業に取り組 んでいる。



生活習慣病予防指導

学期毎にグループ指導と個別指導を実施。

年3回「生活振り返り票」を利用し、現在の生活習慣の 見直しを図っている。貧血予防では、一週間の朝晩の食事 調査と生活についての調査を実施し、改善点を確認し見直 しを図っている。



歯科保健指導







個別指導の徹底(年3回)



啓発ポスター・作文募集

- 歯みがき強化週間(年3回)
- 治療勧告書配布(年3回)
- 歯みがきテスト実施(年3回)
- ※よい歯のコンクール県表彰(平成19、20年度)

薬物乱用防止教育

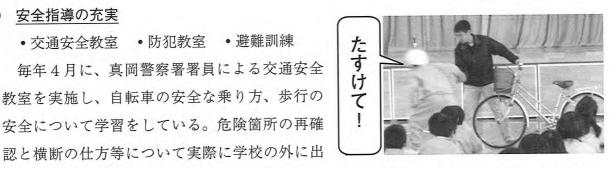
毎年栃木県警「きらきら号」による指導 昨年度は、本校体育館で演劇教室を実施



薬物乱用防止演劇教室

③ 安全指導の充実

• 交通安全教室 • 防犯教室 • 避難訓練 毎年4月に、真岡警察署署員による交通安全 教室を実施し、自転車の安全な乗り方、歩行の 安全について学習をしている。危険箇所の再確



て指導を受けた。また、防犯教室も行い、対処の仕方を訓練し、「自分の命は自分で守る」 ために、真剣に取り組んでいた。避難訓練は、毎学期実施している。2学期には、真岡消防 署の方においでいただき、消火訓練を行った。

④ 危機管理研修の充実

- 心肺蘇生研修(AED研修)
- 不審者対策訓練





点検・環境衛生検査



毎月の安全点検

安全点検に関しては、教師と生徒両方の目線でしっかり点検 を行い、結果については掲示し、注意を呼びかけている。衛生 検査結果については、集計結果を一覧表にまとめ教職員に配布 することにより意識を高め、指導の徹底を図っている。

⑥ 生徒の健康管理

毎学期の身長体重測定

- 結果を個人に配布、自分の体について考えるよい機会になっている。
- 基本的な生活習慣の指導の徹底と、病気等の早期発見。

視力管理

• 年2回検査を実施し、専門医での検査依頼書を随時発行、結果通知は全員に封筒に入れ 通知している。

定期健康診断結果

- 速やかに結果を保護者に通知し、早期治療を進めている。
- 結果通知は、プライバシー保護の観点から個別の封筒により通知している。
- 全校生徒に全検査結果を「健康の記録」にまとめ家庭連絡をしている。

⑦ 教職員の健康管理

- 職員健診の実施 (毎月健康カルテに記録)
- 教職員用保健だより「元気」発行



⑧ 食育指導

・家庭科の授業で、外部講師栄養教諭とTTで授業。



⑨ 委員会活動

保健委員会

- 毎年健康啓発演劇発表 (学校祭で発表)
- 啓発ポスター作成(歯・目・かぜ・耳等)
- 歯ブラシ点検と歯みがき調べ(年3回)
- 安全点検の実施
- 保健パトロール (石けん取り付け・流し見回り)

• 学校保健委員会の生徒発表(朝食作り実践と意識調査結果)

• 外部講師、栄養教諭による朝食摂取呼びかけの集会開催

給食委員会

福祉委員会

- 学区内にある「特別養護老人ホーム椿寿園」を訪問
- 学校祭において、身障者の模擬店販売のお手伝い
- 各種募金活動

環境委員会

・学校環境整備 ・アルミ缶回収※学校環境緑化コンクール優良賞 (平19)



演劇発表



(3) 心の健康管理

① 教育相談

教育相談週間を学期毎に設け、全生徒が担任との面談の機会を得て、励ましやアドバイスを受けている。相談内容によっては、学年教師や教科担任、スクールカウンセラーとの相談もあり、生徒の悩みを解消したり、また、担任がひとりで抱え込まないように配慮している。 実施後は、個人ごと記録表に記入し係に提出している。

② 日記指導

本校では、学級担任による日記指導を毎日行っている。教師と直接会話ができなくても心 と心の交流が図れ、生活や心の変化に気づくことができている。

③ 情報交換会

毎月1回実施している職員会議の生徒指導の中で、生徒の情報交換を行っている。配慮を要する生徒、いじめ、不登校などの問題について話し合い、常に全教職員で対応できるよう、また生徒理解や早期問題解決に心がけている。

④ 読書の時間

毎朝「朝の読書」を20分間実施し、読書に親しむことができるよう工夫している。1時間目の授業にも落ち着いてスムーズに入れるようになっている。

⑤ 心のノート

道徳の授業では「心のノート」を活用し、豊かな心づくりに活用している。

⑥ あいさつ運動

本校では、「あいさつ日本一」をめざし、「あ」明るく、「い」いつでも、「さ」先に、「つ」続けてを合い言葉に、心をこめたあいさつを励行している。一日の出発、健康で楽しい学校生活を送るためにも、自主的な活動として欠かせないものになっている。



登校時のあいさつの様子

5 おわりに

生徒の実態に合わせてタイムリーな様々な健康教育を実践することで、生徒一人ひとりが「心身ともに健康であることは、すべての基本である」ことを理解し、生涯にわたって「自分の健康は自分で守ろう」という意識が高まりつつある。

これらの様々な実践や成果を、今後も継続していくために、保護者や関係機関との連携をますます強め、学校・家庭・地域が一丸となって生徒の健全な育成に今後も努めていきたい。

正しい判断力を身に付け、強い意志でよりよく生きようとする生徒の育成 ~喫煙・飲酒・薬物乱用防止の指導を通して~

富山県射水市立奈古中学校

1 本校の概要

射水市は、富山県の北西部に位置し、富山湾に面した人口約 9万5千人の市である。

本校は、昭和50年に創立した学級数7学級、生徒数196名、 教職員数18名の学校で、校区に漁港や富山新港西部地区をかか え、古くから港町として発展してきた地域にある。



緑あふれる校舎

獅子舞や曳き山といった伝統的な行事を中心として地域住民

の連帯感が強く、PTA活動も活発で保護者の学校教育に対する関心が高い。地域に温かく見守られながら、生徒たちは、伸び伸びと学校生活を過ごしている。

2 学校教育目標と健康教育

(1) 学校教育目標と目指す生徒像

<学校教育目標> - 強く 正しく 美しく -

• 心身をきたえる • 知性を高める • 情操を豊かにする

<目指す生徒像>

① 正しい判断力を身に付ける生徒

- 時と場に応じてさわやかにあいさつをし、その場の状況を正しく判断して行動できる生徒
- 当たり前のことを当たり前に行い、規範やルールを守ることのできる生徒

② よりよく生きようとする生徒

- 目当てをもち、自分で考え、積極的に課題を解決しようとする意欲をもつ生徒
- 思いやりや感謝の心をもち、他者とのかかわりを通して成長する生徒

(2) 健康教育との関連

本校では、平成18・19年度の2年間、富山県学校保健会の研究委託を受け、「正しい判断力を身に付け、強い意志でよりよく生きようとする生徒の育成」を研究主題として、喫煙・飲酒・薬物乱用防止教育を中心とした健康教育の在り方について研究を重ねた。この成果を踏まえ平成20年度は、生涯を通じて心身共に健全な生活を送ることのできる生徒を育てることをねらいとして健康教育に取り組んでいる。

3 研究の内容

社会の変化に伴い、生活習慣病や喫煙・飲酒・薬物乱用など様々な青少年の健康問題が指摘され、主体的に心身の健康増進を図る能力や態度の育成が求められている。

本校では、全教育活動を通して「自他のもつよさを認め合い、セルフエスティームを高め、一人 一人のライフスキルをはぐくむ活動」の推進に努めてきた。

さらに、「心身の健康安全について理解を深め、生涯を通して適切な意志決定や行動選択をしようとする態度や能力の育成」を図るための指導の工夫・改善を行い、実践を積み重ねている。

<健康教育推進の組織>

全教職員で構成する研究推進委員会の下、①健康安全部会 ②授業実践部会 ③地域連携部会の3つの部会を設け、各部会が以下の内容をねらいとして、実践に取り組んだ。

(1) 健康安全部会

- ① 「とやまゲンキッズ調査」の活用と全校保健集会『ゲンキッズ集会』の開催 ゲンキッズ調査(健康実態調査)に基づき、生徒会が主体となった『ゲンキッズ集会』を 開催し、生徒が心身の健康を考え、実践への意欲を高める場を工夫する。
- ② 生徒会健康安全委員会による「健康パワーアップ作戦」の実施
- ③ 教研式長所発見調査 (ニュードリーム) による生徒の変容の調査、分析
- ④ 健康教育展示室の開設による健康教育の学習成果の整理と啓発活動の場の工夫

(2) 授業実践部会

- ① 「健康安全」をテーマとした生徒の主体的な調査活動 総合的な学習の時間の学習過程や学習形態の工夫を図り、生徒自らが設定した健康に関わる課題を主体的に追究し、発表する場を工夫する。
- ② 課題調査し、まとめた学習の成果を他者へ情報発信する活動の工夫 学習成果をホームページ作成や健康新聞発行、出前授業など発表の場を工夫する。

(3) 地域連携部会

- ① 保健だより・健康新聞を通した地域の啓発活動 学校の健康教育の取り組みを紹介した保健だより や総合的な学習の時間に生徒が作成した健康新聞 を校区の全戸に配布し、薬物乱用防止などに関わ る地域の啓発活動に努める。
- ② 地域人材の積極的な活用による健康教育の充実 学校薬剤師や少年警察補導員など地域人材の活用 を図り、心身の健康や疾病予防に関わる講演や総 合的な学習の時間におけるアドバイザーを依頼 し、専門性に裏付けられた健康教育を推進する。



学校薬剤師による 『薬物乱用の健康被害』の講演

4 健康教育の具体的な取り組み

(1) 健康安全部会

① 全校保健集会『ゲンキッズ集会』の開催

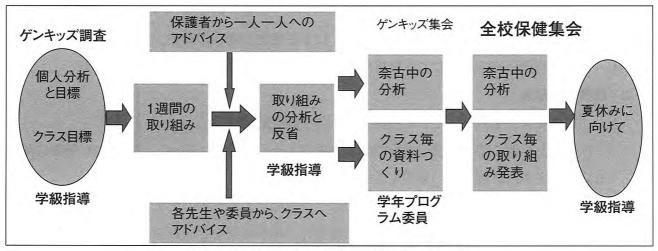
生徒会執行部と健康安全委員会が中心となり、「ゲンキッズ作戦」の集計結果から健康に関する課題を設定し、全校生徒で改善策を考えたり、各学級・学年の取り組みを生徒に紹介したりする集会を企画・運営した。

「健康的な生活と睡眠時間」、「生活習慣病の予防」 等の具体的なテーマをもとに活発に話し合い、心身の 健康に対する生徒の意識の高まりに効果が見られた。 執行部が工夫して作成した健康クイズも生徒には好評 であった。



生徒会活動 全校保健集会 『ゲンキッズ集会』の様子

毎年各学期に実施する「ゲンキッズ調査」に基づいて、年2回開催している。



くゲンキッズ調査から『ゲンキッズ集会』までの流れ>

② 生徒会「健康パワーアップ作戦」の実施(健康安全委員会)

健康安全委員会が企画し、睡眠や食生活、運動の効果など、家庭生活における健康の課題を自ら設定し、努力目標を決めて自己評価する活動である。保護者からの評価を加え、積極的に自分の生活を改善しようとする意欲を高める効果が見られた。

改善したいこと	11日(日)	12日(月)	3日(火)	14日(水)	15日本)	/6日(金)	項目の反省
1 10時半までに 寝る	0	×	×	×	X	0	まり守ることが、ついきなか、た。
2 宿題の前に自由時間をとられ	0	0	Q	×	0	0	●達成! 上でき
実施しての感想 !! ハラこともご系 友型から朝	売いて	.,307	"取絕	みを結	1700		tなん、たりと と思う。
いっことかで系	売いて、型へ変	·るので えてい	" 取組 ナルは"	しみを続くいて	1700		
りつことも、大衣型から朝 保護者欄(お子さかの	売いて、型へ変の取り組み	. 13のて えてい1 にアドバイフ	" 取組 ナルは" (をお願いし	1みを続 (、1、17 (ます)	et7.	37=01	

家庭生活の見直し「健康パワーアップ作戦」自己評価

(2) 授業実践部会

① 総合的な学習の時間での健康教育の推進

2・3年の総合的な学習の時間では、「健康 安全」をテーマとして、喫煙・飲酒・薬物乱用 防止などについて、グループによる調査学習に 取り組んだ。県警察本部にインタビューに出向 いたり、地域住民・保護者にアンケートを行っ たりして、社会への薬物汚染の拡大や健康被害 など、生徒が主体的な調査活動を進めた。

さらに、学習の成果を情報として発信する場として、ホームページを作成して喫煙・飲酒の健康への影響を伝えたり、健康新聞を発行して薬物乱用の健康被害を地域に訴えたりするなど工夫に努めた。

② 校区小学校での出前授業の実施

学習の成果を発表する場として、3年生が校区の小学校5・6年生を対象に出前授業を行った。

子どもの時期に喫煙や飲酒を経験することの怖さをプレゼンテーションし、クイズを用いて分かりやすく説明した。

出前授業後、小学生に行った授業の評価結果では、「分かりやすかった」という回答が9割を占め、健康教育の小中連携の推進が図られた。

③ 学級活動での自己主張スキル 喫煙や薬物などの誘惑を断るスキル学習に全学級で取り組んだ。

飲酒・喫煙 害知って

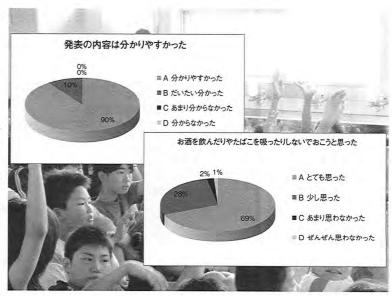
放語や喫煙の害を調べている射水市奈古中学校(新送)の3年生が6日、近くの同市放生港小学校を訪す、調査結果を発表する出期授業を行った。先生役の中学生たちが5、6年生91人に潤やたばこの怖さを分かりやすく指導した。



新湊 放生津小で出前授業

校保健会の変語で、正しい判 断力などを対している部型として、放演、映像、実物品用 の助止の指導、はり組んでいる。三年生は、昨年から高かっ べきた。三年生は、昨年から高かっ だこが体に及び可能人でいる。三年生は、昨年から高かっ だこが体に及び可能を表面している。 こ年生は「中から高かっ たっと、三年生立十九人が小 全での出前投資、新娘にり にかった。一年でも一部でしている。 小学生での計解とで気がしている。 小学生での計解とで気がしている。 小学生での計解している。 本年度は実施を表でしている。 小学生での計解している。 本年度は実施を表でしている。 とそので、一年での計解している。 をもず時、にいるインのの関心を引い との表表。途中にはのとかった。 活動している。 をも確認となく様接受を表でしている。 第1年に描える影響な どのある。途中にはのそれい をので、のといるでは、 第1年に対している。 第1年に対しに対している。 第1年に対している。 第1年に対している。 第1年に対している。 第1年に対している。 第1年に

> 校区の小学校で出前授業を実施 (平成19年7月7日 北日本新聞)



小学生による出前授業の評価

喫煙や薬物を勧められた場合の断り方について、モデリングの観察により、望ましい拒否の 仕方を生徒一人一人が考え、ロールプレイによってその習得を図った。

断り方を学ぶ過程では、その善し悪しだけでなく、相手の気持ちを考え、よりよい人間関係を築くことに視点を与え、言葉遣いや口調、態度などの大切さを考えさせた。この取り組みを通して、心の健康の充実を新たなねらいとして加えた。

(3) 地域連携部会

① 地域人材を活用した健康教育の充実

生徒の健康に対する意識を高めるために、 より専門的な立場で講話をしてもらう機会の 充実に努めた。

少年警察補導員を講師とした薬物乱用の社会への広まりや犯罪発生の現状に関わる「薬物乱用防止教室」、学校薬剤師を講師とした「薬物乱用の健康被害と薬物の副作用」、校区の児童委員を講師とした「地域が中学生に期待すること」をテーマとした講演会の開催等、関係機関と連携、地域の人材を活用した学習機会の充実を図った。



少年警察補導員を講師とした 「薬物乱用防止教室」の開催

② 地域への健康情報の発信

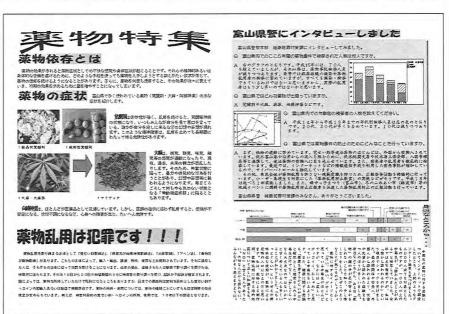
生徒の健康教育の取り組みを紹介したPTA広報紙や生徒自らが作成した健康新聞、学校保健だより等の校区全戸への配布を通して、学校の取り組みを地域に伝えるとともに、学校だけでなく地域や家庭における健康意識を高める活動を進めた。

③ 学校保健委員会(年1~2回)や学校評議員会(年3回)の開催

学校保健委員会は、学校三師とPTA役員、校長等の教員で構成し、身体計測や健康診断の 結果やゲンキッズ調査の集計から生徒の健康状況や保健指導の課題について協議し、朝食の摂

取やメール・ゲームの時間等、生活実態の共通理解を図った。

学校評議員会は、地域の自治会代表、民生・児童委員等で構成され、本校の教育活動の助言を得るとともに、校区における本校生徒の生活状況や健康教育の現状を協議し、健康安全に配慮した学校と地域の連携に成果を上げている。



地域との連携を目指し、校区全戸に配布した健康新聞

5 研究の成果と今後の課題

(1) 研究の成果

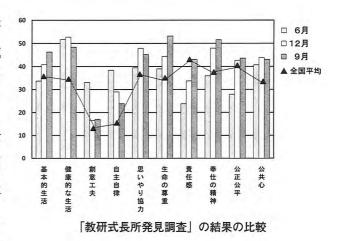
平成18年度は、セルフエスティーム形成のための学習プログラムに全校で取り組み、平成19年度は、総合的な学習の時間や生徒会活動を中心に年間指導計画に基づいて健康教育を推進した。県学校保健会委託の2年間にわたる研究実践を踏まえた平成20年度は、より一層の健康教育の充実と生徒の主体性の育成を目指して教育活動に取り組んできた。

『ゲンキッズ集会』は、生徒一人一人が自分 の心身の健康を見直す機会となり、総合的な学 習の時間の調査や発表は、学校に留まらず地域 や家庭での健康意識を高める活動となってきて いる。

平成18年と平成19年に実施した教研式長所発 見調査から、本校生徒は、全項目において全国 平均を上回る結果が得られるとともに、「基本 的生活習慣」、「生命の尊重」、「奉仕の精神」では、 順次数値の向上が見られた。生徒のセルフエス



空き教室を活用した「健康教育展示室」



ティームの形成や健康への自覚の高まりに効果が見られた。

平成20年10月に空き教室を活用して、3年間の健康教育の取り組みの成果を「健康教育展示室」として開設した(写真)。生徒が総合的な学習の時間で調査した内容をまとめたものや『ゲンキッズ集会』の活動の資料等を掲示するとともに、喫煙・飲酒・薬物乱用の防止や生活習慣病予防、食育等に関わる書籍が整理されている。

日ごろ、生徒が利用しているが、文化祭や授業参観等で学校を公開する日には、地域の方々や保護者も来室している。今後も健康教育展示室を健康情報の発信基地として、位置付けていきたいと考えている。

(2) 今後の課題

平成18・19年度の2年間にわたる研究委託を終え、本年度も継続して健康教育の実践に取り組んできた。今後は、『ゲンキッズ集会』を生徒会の常時活動としてとらえ、一層生徒の創意を生かした活動に育てていくことを課題としている。

また、総合的な学習の時間の在り方についても、検討を要する時期を迎えている。

学校保健委員会の活性化や感染症予防の方策、メンタルヘルスの充実等、新たな対応が期待される一つ一つの課題に焦点を当て、着実な改善を図っていきたい。

元気づくり教育の実践 ~健康的に生活する力を育成する~

熊本県熊本市立藤園中学校

1 本校の概要

本校は、熊本市の中心市街地を校区に持ち、歴史的遺産である熊本城をはじめ多くの歴史的景観と都市の景観が調和した美しい古い町の中にある。本年度で61周年を迎える歴史と伝統ある学校であり、創立以来の大目標である「藤園の紳士・淑女」を目指して教育実践を重ねている。昨年度から「挨拶日本一」を掲げてすがすがしい挨拶の励行にも努めて



グラウンドから臨む熊本城

いる。また、本校生徒会は、昭和42年より40年以上にわたり、本市中心街にある花畑公園の清掃奉 仕活動を継続的に行い、平成20年11月には内閣府特命担当大臣全国善行表彰を受けた。

本校は、特別支援教育の歴史も長く、熊本の拠点校として発展してきた経緯がある。知的障害学級、情緒障害学級、院内学級、難聴通級指導教室、LD・ADHD通級指導教室がある。

2 学校経営方針と健康教育

(1) 学校教育目標

学校教育目標は、「特色ある学校づくりと一人一人を大切にする教育を推進し、健やかな心身と学力の充実を図るとともに、自ら気付き、考え、主体的に行動する生徒の育成を目指す」である。本校生徒は、生活習慣や体力などの健康生活面に課題があることから、重点目標の中に、「基本的生活習慣の徹底」と「健康・安全教育の充実と体力づくりの推進」をあげている。

(2) 元気づくり教育

主体的に健康的な生活ができる生徒の育成を目指した総合的な健康教育として、本校では「元気づくり教育」を行っている。目標は「楽しく、元気に生きていくための健康的な生活を実践する力を育成する」である。

元気づくり教育では、健康的な生活を実践する力を育成するために、取り組みの流れも重視している。まず、生徒自身に実態把握をさせ、生活への生かし方を学ばせる。次に学校における体験活動の積み重ねと、家庭や地域での実践を通した行動の強化を図っていく。

生徒への働きかけにおいて

自己の実態を把握させる。 生活への生かし方を学ばせる。 体験する場を学校で提供する。 家庭体験や地域活動を通して、行動の強化を図る。 健康に関心を持ち、学んだことを日常生活

健康に関心を持ち、学んだことを日常生活 に生かす実践力が身に付く。

校内連携をはかり、一つの方向性を持って取り組む。 学校保健委員会と連携し、家庭や地域と共に活動する。

元気づくり教育の流れ

また、これまでの健康教育を、より幅広く、より総合的に行うことをねらいとして、「保健・安全・食育・体育」という分類を、「生活習慣・いのち・人間関係・体力向上」に捉え直して計画作りを行った。各学年の目標としては、1年生「知識と生活方法の理解」、2年生「生活の中で実践」、3年生「実態に応じた工夫・応用」である。以下に元気づくり教育の年間指導計画例として1年生の指導計画を示す。

	1/=	1学	期			2学	期			3学	期			₩ \$=L
	1年	実施内容	月	取扱	時	実施内容	月	取扱	時	実施内容	月	取扱	時	総計
	나 그 되지 내라	起床と朝食摂取 (養護教諭·栄養教諭)	6	学総TT	1	食の大切さ (栄養教諭)	10	学総TT	1					3
	生活習慣					薬とサプリメント (薬剤師)	10	学総TT	1					3
		心肺蘇生法 (消防署指導)	6	生徒集会	1	不審者対策 (警察指導)	11	集会	1	地震·火災避難訓練 (消防署指導)	2	行 事	1	10
	いのち	心身の発達と心の健康	7	保体科	5	薬物乱用防止教育	1	学 年	1					10
1		生命誕生	7	保体科	1									
年		友だちを知ろう	4	学活担	1	異性の友達	10	学活担	1 1					
YIII	人間関係	素敵な自分を見つけよう	5	学活担	1	性情報への対応	10	学活担	1					4
理解	体力向上	体力測定身体測定	4	行 事	4	体力向上昼休み球 技大会	11	体育科		体力向上昼休み球 技大会	2	体育科		4
	- 3-3-3-3-3-3-3-3-3-3-3-3-3-3-3-3-3-3-3	縄跳び大会	5	体 育										
		健康教育校内研	5	校内研		骨密度測定	11	学 泪	1	朝食と学力	2	保護者会		
	7 0 14	歯科医講話	6	集会		骨密度測定事後指導	11	総合	1	15.44	10			0
	その他	体育大会親子種目	5	体育大会		骨密度測定結果	12	保護会						2
		生活リズムと朝食	5	保護会					1.50		1.4			
			1	計 14		1	î	合計 8			1	計 1		23

1年生の元気づくり教育年間指導計画

3 元気づくり教育の取り組み

(1) 生徒自身による自己把握

- ① 毎月、「学校生活アンケート」を実施し、いじめなどの人間関係の実態を把握する。
- ② 文部科学省作成「心の健康と生活習慣に関する指導」の調査用紙を活用し、心の健康状態を把握する。
- ③ 日記帳「スクールライフ」に毎日の感想を書き込み、心の変化を捉える。
- ④ 毎学期の体力テストの結果を、熊本県教育委員会作成ソフト「体力アップナビ」に入力し、保管する。
- ⑤ 自己健康観察を通して、自分の健康状態と日常生活との関連性をつかむ。
- ⑥ 補助事業を活用して骨密度測定を行い、骨密度を通した健康状態を把握する。1年時と3年時の2度骨密度測定を行い、個々の取り組みを骨密度の変化として評価する。



スクールライフ



体力アップナビ



骨密度の測定

(2) 生活への生かし方を学ぶ場の設定

- ① いじめ防止教育を実施する。
- ② いのちを大切にする教育(生命誕生、動物の命、人の命)を実施する。
- ③ ライフスキル教育を取り入れ、セルフエステイームの形成、意志決定力、目標設定力、ストレスマネジメント力、コミュニケーションスキルを育成する。
- ④ 性に関する指導を各教科と連係して実施する。
- ⑤ 1年生を対象にした喫煙防止教育、2年生を対象にした飲酒防止教育、3年生を対象にした 薬物乱用防止教育を実施する。
- ⑤ 専門家(医師、薬剤師、警察官、消防署職員、福祉関係者、地域役員、食生活推進改善委員)に依頼し、健康的な生活に関する指導を実施する。
- ⑦ アンケート調査をもとに定期的に、教育相談やカウンセリングを実施する。
- ⑧ 外部団体(牛乳普及協会や農業高校)と協力して食育指導 を実施する。



歯科医師による講話

(3) 学校における体験活動の積み重ね

- ① 生徒会が企画した昼休み体力作りスポーツ大会を年3回実施する。
- ② 体力向上のため運動場にトレーニング場を造り 体育や部活動で活用する。
- ③ 高齢者体験、車椅子体験などの福祉体験活動を 実施する。
- ④ 健康に関して調査研究した内容を総合的な学習 の時間発表会や文化発表会で全校生徒や保護者に 向けて発表する。
- ⑤ 近隣小学校の健康教育発表会に参加し意見交換 を行う。



福祉体験活動



小学校の発表会



中学校での発表会



国際交流

⑥ アフリカやシンガポールの青少年と国際交流を行う。

(4) 家庭体験や地域活動を通した行動の強化

- ① 地域の方々を招待し、ふれあい給食会を実施する。
- ② 市中心部の花畑公園の清掃奉仕活動を行う。
- ③ 学校横の坪井川の清掃活動に参加する。



花畑公園清掃奉仕活動



坪井川清掃活動

- ④ 保護者による定期的な挨拶運動と共に生徒による毎日の挨拶運動を実施する。
- ⑤ 長期休業中に体力向上の課題に家庭で取り組む。

(5) 職員や保護者の意識向上

- ① 元気づくり教育の校内研修を年4回実施し、共通理解を図る。
- ② 各学年教育計画に元気づくり教育を設定する。
- ③ 元気づくり教育の指導案集を作成し、全職員に配布する。
- ④ 元気づくり通信やビデオ・写真などの各種情報を提供する。
- ⑤ 専門的知識を持った職員と担任とのTT授業により教育実践の経験を積む。
- ⑥ 熊本市性教育研修会を本校で実施する。
- ⑦ 教師の専門性(保健主事、養護教諭、栄養教諭)を生かした授業 を実践し、指導法の研修を行う。
- ⑧ 学校保健委員会活動としての健康推進活動(学校保健委員会の定期的開催、新聞の発行、親子除草活動、保護者会での健康講話、専門家の招聘)を実施する。



性教育研修会の様子



栄養教諭による指導

4 元気づくり教育の実践例

(1) 生活習慣に関する実践例

① 自己健康観察の実施

自分の心身の健康づくりを自分自身で計画的に 行わせることをねらい、健康に関する短期目標 (月毎の健康目標)と長期目標(3年間の健康目標)を設定させる。長期目標を設定させる中で、 自己の現状を認識させると共に、目標を達成する ための行動を決定させる。そして、短期目標に沿って月の内の1週間で自己健康観察をさせ、行動



目標設定



自己健康観察

の自己評価を行わせる。この繰り返しで、個々の生活や目標に応じた健康行動を考え、選択する力を育成する。

② 保健室来室記録による個別の健康サポート

生徒は、個別に保健室来室カードを持っている。体調不良による 保健室来室時には、このカードに心身の状態やその日の生活の様子 を生徒自身に書き込ませるようにしている。生活習慣と心身の状態 の関連性を自分自身で理解させるためである。来室回数が多いなど の特に気になる生徒に対しては、来室や心身の状況を家庭や担任に 連絡する。状況によっては、スクールカウンセラーや特別支援教育 部と連携を図った対応を行う。



保健室来室カード

③ 総合的な学習の時間での授業実践

全学年で学習する縦割りの学習では「食と健康」や「健康とスポーツ」コースを開設し、調査した内容を文化発表会で発表した。「食と健康」では、飲食物の特徴や注意点だけでなく、スポーツや学力との関連性を研究した。「健康とスポーツ」では、運動の効果やダイエットの問題点、薬物の危険性等を調査した。

④ 調理実習

地域の食生活改善推進推進員を講師に招き、熊本の郷土料理である「ちぎりだご汁」「豆だご」「辛子れんこん」の調理実習を行った。また、「私の朝ご飯を作ろう」「家族に作るランチ作り」などをテーマに調理実習も行い、家庭環境や好みに応じた調理をし、実践化を目指した。

(2) いのちに関する取り組み例

① いのちを大切にする教育

自他の生命を尊重することをねらいとして、「いのちを大切に する教育」を実施した。内容としては「動物のいのち」「私たち のいのち」「生命誕生」「喫煙・飲酒・薬物乱用防止教育」であ る。その他、道徳などでも生命を尊重する授業を行っている。

② 安全対策

熱中症対策を重視し、体育用帽子の着用推進や日本学校保健会の資料をもとにした高温時のグラウンドでの運動制限を行っている。運動制限については、保健部からの提案をもとに、保健主事と教頭、校長との協議で決定している。緊急時の対応マニュアルや学校安全マップも作成し配布している。避難訓練や水害対策としての集団下校訓練も行っている。

(3) 人間関係に関する取り組み

① 性教育をとおした人間関係づくり

性教育は、基本的に担任授業にしているが、養護教諭と担任の TTによる指導や、保健主事による学年授業も行っている。主な 学習内容は、「異性の友達」「性情報への対応」「異性との関わり」 「性被害」「性感染症と予防」「人間の性行動」「性と進路」などで ある。授業においては、単なる知識学習にならないようにライフ スキルを取り入れた授業も実践した。

② 自尊感情を高める教育

自尊感情を高めることをねらいとした授業実践も行っている。



文化発表会の様子



調理実習の様子

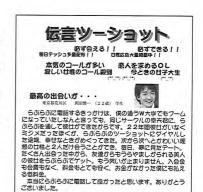
甘い誘いに気をつけよう

薬物の売人は、大人だけでなく、少年をもターゲットにします。薬物の売人は、一見サラリーマン風の身なりでやさしく、さまざまな言葉で誘惑します。
「このクスリを飲むとやせてキレイになるよ。」
「このクスリを飲むと頭がスッキリとして勉強がはかどるよ。」
「このクスリを使うと、元気が出るよ。」
「このクスリを使うと、近動ができるようになるよ。」
「このクスリを使うと、運動ができるようになるよ。」
「このクスリを安く売ってあげるよ。」
「一度だけでも試してみませんか。」

薬物乱用防止教育教材



小学校との合同避難訓練



母す<にa 1 1. その先は… ちぶらぶ 性教育自作教材

授業例としては、「一人一人の違いを認めよう」「友達の良いところを認め合うための行動を考えよう」「自分らしさとは何だろう」「積極的それとも消極的」等である。また、一人一人に活躍の場を設定するために、一人一役の体育大会も毎年実施している。すべての生徒が、体育大会の係になって企画準備、運営を自分たちの手で行っている。

(4) 体力向上に関する取り組み

① スポーツ週間の設定

年3回「スポーツ週間(体力づくりカップスポーツ大会)」を 設定している。この大会は、チームを組んで自由に参加でき、学 年の枠を取り払って試合をする。練習期間を3週間以上とること で、体力の向上を目指した。大会は昼休みの10分間を使って、約 1週間かけて行っている。ほとんどの生徒が大会に参加するか、 応援するかをして昼休みを過ごしている。



スポーツ大会の様子

② トレーニング場の活用

中学生期は、持久力を向上させるのに適した時期であるため、体育ではインターバル形式のトレーニングや筋力アップトレーニングとストレッチなどを行っている。運動場にあるトレーニング場では、本校の体力の課題である跳躍力や走力を強化することを目的に用具を製作、設置しており、体育だけでなく部活動などでも活用している。

5 実践の成果と課題

(1) 成果

- ① 元気づくり教育の共通理解を図ったことで、実践に取り組みやすくなった。さらに、専門性を生かした指導がより充実してきた。
- ② 生活習慣、いのち、人間関係、体力向上などの多様な教育を行ったことで、生徒は自分の生活習慣を含めた生活全体を見直し始めている。
- ③ 心の健康を目指した支援体制や教育実践をとおして、個々の生徒の心や生活に目を向けた取り組みが充実してきた。
- ④ 地域や保護者との各種連携活動を行うことで、活動に広がりが出てきた。

(2) 課題

- ① 課題を持った生徒の自立支援のための対応方法を研修していく必要がある。
- ② 家庭が取り組みやすい内容を提供するために、健康教育情報を精選するとともに、タイムリーな情報提供を心がける。

心身ともに健康な人間の育成を目指して ~全教職員が協力し、心が潤う活動~

青森県立八戸商業高等学校

1 学校の概要

本校は、全国有数の漁獲高を誇り工業も盛んな八戸市の 南東部に位置している。平成20年には、人口25万人の中核 都市に成長し、「えんぶり」や「八戸三社大祭」が国の重 要無形民族文化財に指定され、他にも是川遺跡や根城城 址、三八城公園などの豊富な歴史文化を実感できる街であ る。校舎の隣には「八戸公園」があり、自然環境に恵まれ ている。昭和2年に創立し、昨年度創立80周年記念事業を



終えた歴史と伝統のある学校である。校訓に「自主・明朗・規律」を掲げ、寒さに負けずに冬季の部活動に意欲的に参加するなど、いきいきと活気のある生徒が多い。「商業科」・「国際経済科」・「情報処理科」の3学科からなり、各学年4学級で生徒数は453名である。

2 学校経営方針と健康教育

(1) 校訓より

「自主」「明朗」「規律」の3本柱からなり、特に「明朗」の中に、『心と身体を大切にし、明るい学校をつくろう。』という意味が込められている。また、「規律」の中に、『自分の生活に規律を保ち、美しい学校をつくろう。』との意味が込められている。

(2) 教育目標より

「社会の有為な形成者として必要な知識・技能を修得させ、心身ともに健康な人間としての 資質を養成する。」ことを教育目標に掲げている。

(3) 重点目標より

学校・家庭・地域の連携を一層密にし、21世紀を担う望ましい人間の育成を目指す。

① 学習指導の充実

生徒一人一人が持っている能力を十分に伸ばすように努め、バランスのとれた人間の育成を図る。

② 生徒指導の推進

他人に対し、理解と温かい思いやりのある人間育成を図る。

③ 特別活動の徹底

健康・安全指導に留意しながら、生徒一人一人の特技を伸ばし、文武両道の理念のもとに 勢いのある明朗活発な気風の養成に努める。

④ 情操教育の充実

広く健全な教養を身につけさせる。

⑤ 学校環境の整備

清潔感と安定感を保持した学校環境の整備を図り、公徳心の高揚と公共物愛護の精神の涵 養に努める。

3 学校保健(安全)計画

前年度の反省を踏まえ、全教職員が理解して実践しやすい学校保健計画を、学校医やPTA役員をはじめ教職員が検討して作成している。また、健康教育講座等の実施にあたっては、学校医等の協力だけでなく校長自らが率先してその必要性を教職員に説明してくれるので、他の学校行事の日程を多少変更してもスムーズに開催することができる。

4 健康教育の推進体制

校長、教頭、全教職員の協力のもと、本校での健康教育の推進は十分にできている。特に、本校での各種健康教育推進のための行事を開催するにあたっては、校長の理解があり、各機会を捉えて全教職員に協力を呼びかけてくれる。また、本校の学校医は、学校保健委員会への出席や健康教育の講座・研修で講師を快く引き受けてくださるなど、学校保健への関心の高さや協力してくれることに感謝している。保護者の方々も健康への関心が高く、各行事に積極的に参加するなど、生徒の現状把握に努めている。

5 実践記録

(1) 性に関する指導

① 性教育講座 (産婦人科医師による1年生対象の講座)

性教育とは、「心と命の教育」ということで、自分の生まれた意義を中心に講演してくれた。講師である医師の話を中学校時代にも聞いたことがある生徒もいたが、熱心に聞いて内容を再確認していた。

② 性に関する実践推進事業(WYSH)(2年生を対象に授 業形式で実施)

文部科学省主催の「性教育の指導に関する実践推進事業全国連絡協議会」(集団教育プロジェクト)に参加し、養護教諭と保健体育科教員のTT授業形式でプロジェクトの授業を実施した。平成19年度、その授業を研究授業として全教員に公開したが、教員の中には「医師による講演会とは違った性教育である」、「全校生徒に実施して欲しい」といった要望が出た。また、生徒からは、「心にしみる授業

〈感想〉(女子)

であり、この授業を受けて自分の事を考えるようになった」という感想も聞かれた。知識面においても、アンケート調査の結果では、ほとんどの項目で理解度が上昇した。







平成19年度

平成19年度

平成20年度

(2) 歯・口の健康教育講座 (本校学校歯科医及び歯科衛生士が講師)

歯科健診の結果、歯垢及び歯肉の状態が「1・2」、歯石沈着や歯肉炎の指示があった生徒を対象に、ブラッシング指導を実施した。歯周病が全身病の原因になること、ブラッシング指導、歯垢の中に細菌が多数繁殖していることを、各グループに一人の歯科衛生士が付いて、指導していただいた。生徒は、歯周病が全身病になることを理解した上で、実際に自分の歯垢の中の細菌が動いているのを目にすると驚き、一生懸命にブラッシングの仕方を学んでいた。



ブラッシング指導の様子



歯垢の中の細菌映像

〈感想〉(男子)

口の中の細菌を見せても らい、自分の口の汚さに驚 いた。正しい歯の磨き方を 詳しく学ぶことができたの で、これから頑張っていこ うと思う。

(3) 学校における食育

① 部活動との連携

部活動における食事指導を中心に実施しており、運動部ごとに体力テストの結果と体格の 測定(上腕・大腿部・体脂肪なども含む)をもとに個人面談を実施した。資料提供やアドバイスをしたり、目当てを立てさせるなど、部活動の顧問と養護教諭が連携して食の指導を実施している。

② PTA食育研修会

食育は、家庭が重要な役割を有していることを認識してもらうとともに、積極的に子ども の食育の推進に取り組んでほしいことから食育研修会を行った。

講演会 演題「生きる力を育む家庭の食卓」

講師 林料理学校長 林 恭子氏





〈感想〉

小さいことでも、子どもの ために継続することが大切 だと感じた。愛情が大切で ある。

(4) 健康教育講座

平成20年度は、地元の心療内科医を講師に迎え「心療内科とは、効果的なコミュニケーション、ストレス解消法」講演会を開催した。講演に先立って、生徒保健委員会が全校生徒から集計したアンケート結果について、「悩み=心は腐っていない!」(悩む心は健康だ!)を発表し、講演会を盛り上げた。

講演会は、会場準備から受付接待・記録や司会などすべて生徒保健委員会が担当し、保護者 や地域の方々(他高校の養護教諭など)から好評だった。



保護者の参加



真剣に聞いている生徒



保健委員の受付・誘導係

(5) 校内教職員健康講話(本校眼科学校医による教職員対象の講話)

コンタクトレンズの急激な普及により、本校生徒のコンタクトレンズの使用は矯正視力の50%を超えている。コンタクトレンズについての詳しい知識を得て、生徒への対応や助言ができるように全教職員が基礎知識を学んだ。学校医は、教職員に対して、どんな質問にも丁寧に答えてくれ、とても有意義な講話であった。





6 生徒保健委員会の活動

(1) 保健だよりの発行

「生徒保健だより」を通して、心の問題に係る生徒自身が知りたい内容をその都度取り上げて発行している。

(2) ピアカウンセリングの実施

平成18年度は、ピアカウンセリングへの参加とそのパンフレットづくり並びに参加の呼びかけを行った。

(3) 献血活動

本校では毎年1回献血を実施している。保健委員は、受付の補助や献血のPR活動を担当した。

(4) 高校生防災サポーター育成事業

防災ボランティア学習

保健委員の他にバスケットボール部の生徒に参加を呼びかけ、体験してもらった。暑い中、生徒は一生懸命で、楽しそうに体験していた。

(5) ボランティア活動

本校は、八戸市立長生園(特別養護老人ホーム)に毎年 ボランティアで訪問している。吹奏楽部を中心にPTAの 方々、手踊りチームやボランティアの生徒が訪問し、交流 を深めている。





7 最後に

学校全体として健康教育を行うのは容易なことではないと思っていたが、学校長はじめ各方面からの協力により、教職員の研修や生徒への指導等が計画的・継続的に実施できている状況である。健康教育は一部の人が行うものではなく、すべての人が行うものであるということを改めて実感している。また、生徒全体に関わる大きな健康上の課題が見られないのも、これまで積極的な健康教育を推進してきたためであると思う。

近年は、性教育に重点をおいた健康教育活動を実施してきた結果として、自分や相手を大切にする心が育まれてきている。また、食に関する健康教育講座においても、時節を得たテーマであったことから、家庭や地域を上げて健康づくりをしていこうとする気運が高まりつつある。知識を伝授するだけでなく「実践・体験」を中心に健康教育を行ってきたことによって、生徒の健康に関する認識や実生活に生かしていく力が養われたのではないかと思う。

今後も学校保健委員会を活用して、家庭・地域社会や学校医等と連携し、ヘルスプロモーション の理念に基づく健康教育をすすめていければと思う。

平成20年度 学校保健計画

『年間目標』 1 生涯を通じて心身共に健康で安全な生活を営む実践力を育てる 2 「心と体の健康」への関心を高めると共に、望ましい職業観や人間関係づくりへの意識や態度を育てる (1)生徒・教職員の健康保持増進 (2)校舎内外の環境管理の充実 (3)保健安全指導の徹底

٦		No lete (m. Arb.	保健	管理		保健	教育		V Talakarana	1 3 5 6 7
١	月の目標	学校保健	U. I DE AC	4144 BB FC	保健	学習	保健	指導	安全指導	組織活動
1	21.5 1.00	関連行事	対人関係	対物関係	科目保健	関連教科	学年 HR 活動 (短時間)	学年 生徒会活動(保健委員会)		
4	生徒の轄族と学習取 漿の実態を把握	保健指導計調作成 定期健康診斯 - 身体測定 - 耳森科檢診 - 1 年結核檢診 - 1 年心電図檢查 - 全校檢探(一次) - 全校衛科健診 - 職員健康診斯	定期健康診断 保禁関係公傳の提出 健康状態の把鍵 保能調查類の整理 健康相談 健康報 健康報 健康報 使成 別保健產和用状依把	保徳室の整備 治師計画の作成 治師用具整備 黒板クリーナー交換 机・抹子の整備 水質商品検査	1年、2年末に週 1時間×35 (1年)「私たちの健康のす がた」、「健康のとらえ方」 (2年)「思春期と健康」、「性 意識と性行動の選択」	家庭科(2年)「家族」 (3年)「食生店をつくる」 現代社会 (3年) 「現代社会の特質とわたしたちの生店」	全 保健室の使い方 全 健康診断の受け方 全 定別健康診断事前指 導	全 保健委員会 中間活動計画 全 役割分担 全 定期健康診断の補助 全 定期健康診断の補助 会 環境使化と衛生活動 全 保健だより作成	事の交通安全週間 各種災害共済加入 交通安全教室 安全系検	保健部組織 保健部の係分担 学校保健委員会組織 生徒保健委員会組織、活 新計劃計画作成 4月行事等の評価と5月 の行事計画機認
5	疾病異常の早期発見 と早期治療 スポーツ事施防止	定则键键器所 · 検尿(二次) · 服科検路 · 職員键線器所 適足	身体状況の把疑 疾病異常者の把膜 健康経験部の事後情況 ・疾病治療の動性 ・提出質料の作成 独立行政法人日本スポーツ 護興センター加入手続き 育森队高等学校安全互助会 加入手続き 健康租票 健康租票	トイレの管理と使用上の 相導 水質検査 単板クリーナー交換	(1 年)「韓雄のとらえ方」、「さまざまな保健活動や対策」 (2 年)「約締生活と韓康」、 「好無・出席と韓康」、	家庭科立年) 「実限とかかわって生きる」 「生態をつくる」 (ない)「食生活をつくる」 現代社会(3年) 「現代社会の青年の生き方」	全 疾病異常治療動管 全 館活動におけるケガ の 予防 全 心の健康 (ストレス 予防)	全 定期健康診断の植物 全 校内外の環境整備協 カ・ 全 保健だより作成	自転車過季の登録 避難訓練 安全点検	安全衛生委員会組織、活動計画施設 5月行事等の評価と6月 の行事計画施設 保健統計のまとめ 職員保健部会
6	う歯の予防と治療促 逃 体力の増強 校内外の縁化 食中窓の予防	1 年性教育講座 口腔衛生指導	健康診断の事後相位 総計資料の作成 う保予助と治療の徹底 健康和談 他康親教 月別保健家利用状況把	手先い場の衛生 馬板クリーナー交換 水質簡易検査 ダニ検査	(1 年)「生活習慣剤と日常 の生活行動」、「製煙と健康」、 「飲酒と健康」 (2 年)「家族計画と人工経 級中絶」、「加齢と健康」	生物な中〉「遺伝平の本体」 家庭科な中〉「生活をつくる」 (3年)「食生活をつくる」 現代社会(3年)「よりよく 生きることを求めて」	全 口腔衛生指導課座	1 調査集計 金 口腔衛生指導講座補 助 全 保健だより作成	バス通学生の指導 安全点検	6月行事等の評価と7・ 8月の行事計画確認 級員保証部会 口腔衛生指導講座提明
7	・ 夏季伝染病 (感染症) 予防 疾病治療の徹底	体育祭	夏季体案中の健康生活 解活動時の健康 病鬼抗酸の徹底 健康和談 健康和談 健康和談	体育祭教護 風板クリーナー交換 事後指導と治紋促進 大清湖 夏季休楽中の特別招揚 ホルムアルデヒド等の検査	(1 年)「飲酒と競談」、「奨 物及用と競談」、「奨 物及用と競談」 (2 年)「高齢者のための社 会的とりくみ」、「保健制度 と競談サービスの活用」	(3年)「食生活をつくる」	全 夏休みの過ごし方 全 部活動時の健康 全 水理事故の防止 全 熱中症の予防 全 体育祭の健康、安全	全 体育祭教護補助 金 保健だより作成	休衆中の交通事故 防止について 安全点検	7月行事等の評価と8月 の行事計画確認 職員保健部会

7		W 14 /5 44	保健	管理		保健	教育				Let Lotte	T. W. S. S. W. W.
1	月の目標	学校保健		The Assessment of the Control	保健	学習		保健	指導		安全指導	組織活動
	77-2 11 121	関連行事	対人関係	対物関係	科目保健	関連教科	李年	HR 活動 (短時間)	学年	生徒会活動(保健委員会)		74.2
8	学習原境をૼૼૼૼを	,	夏季休業中の健康生活 師活動時の健康 病気治療の後底 健康相談 健康組談 健康観察 月別保健素利用状況把	保健変楽品点検 カーテンの点検 肌板クリーナー交換 水質価易検査 モップの交換	(1 年)「薬物弘川と健康」、 「医薬品と健康」 (2 年)「保健制度と健康サ ービスの活用」	家庭科(3 年)「食生活をつく る」	全	夏季体業中の健康生活 部活動時の健康 病気の治療の徹底		夏季体業中の特別流播 保健だより作成	安全点検	8月行事等の評価と9月 の行事計画確認 職員保健部会
9	部活動での事故防 止 規律ある生活 心身の鼓縦管理 栄養と正しい食事	献血	能邸和袋 健康觀察 月別保健強利用状况把健	保建金の整備 別板クリーナー交換 水質需器検査	(1年)「感染症とその予防」、 「エイズとその予防」 (2年)「医療制度と医療費」、 「医療機関と医療サービス の活用」	生物<2年>「生殖と発生」	2	部活動での健康と安全への指導 体学旅行について 薬物乱用防止教室 贫血と食事・運動に		『健康教育講座』発 表準値 保健だより作成	秋の交通安全週間 安全点検	9月行事等の評価と 10 月 の行事計画確認 職員保健部会
10	目を大切にしよう 八高バザーの保健衛 生管理	健康教育課度 八商バザー	他球相談 健康觀察 月別保健蛮利用状况把	照度検査 馬板クリーナー交換 水質師易検査	(1 年)「蛙原にかかわる意 思決定・行動選択」、「意思 決定・行動選 択に必要なも の」 (2 年)「大気汚象と健康」、 「水質汚濁と健康」、	unante (t. Janes and		適正視力の保持と適 正な矯正 修学旅行について		健康教育課座での発 表及び運営 保健だより作成	避難別練 自転車点接整備 安全点接	10 月行事の評価と 11 月 の行事計画確認 職員保健部会
11	修学旅行と健康	旅行前健康調査 作学旅行前 臨時健 康診所 修学旅行	健康で安全な修学旅行 冬季スポーツの安全 健康和族 健康観覧 月別保健室利用状況他	管学銀行前臨時前員分相 水質検査 瓜板クリーナー交換 水質前易検査 駅房器具の点検・整備	(1年)「淡水と適応機制」、 「心身の相関とストレス」、 「ストレスへの対処」 (2年)「土壌汚染と健康」、 「健康被害の防止と環境対 (96)	生物〈2年〉「遺伝」	-	冬季スポーツの安全 健康で安全な修学旅 行	全	数金の換気の励行 保健だより作成	自転車通学者への 安全指導 (冬季の 安全) 安全点検	11 月行事等の評価と 12 月 の行事計画確認 解生委員会 職員保健部会
12	: 冬の健康生活集団展 邪の予防		數面の保徵と換集指導 雙原相談 雙旗觀動 防牵封策 月別保墊強利用状况把	国度計及び国度計の管理 手洗い場の衛生 肌板クリーナー交換 水質面易検査 空気検査	(1 年)「自己実現」、「交通		全全全	数室の保屋と換気指導 防寒対策数室の保屋 風邪とインフルエンザ 冬に多い病気とケガ の予防 防寒対策		教室の換気の励行 保健だより作成	冬季における歩行 者の安全について 年本交通安全運動 安全点検	12 月行事等の評価と1月 の行事計画強認 職員保証部会
2	2 冬期の衛生	スキー教室(1-2 年) 学校保健委員会 次年度学校保健安 全計画立案	健康觀察 健康相談 防寒対策 月別保健蜜利用状況把	卒変式大計器 肌板クリーナー交換 3 年生計器区域臨時分担 冬季環境検査 新入生用パンフレット作成	(1 年)「安全な交通社会づ くり」、応急手当の意義とそ の基本」 (2年)「食品と環境の保験 と私たち」、「働くことと競 験」	85 3		敷室の保湿と換気の 指導 冬季スポーツの安全		数弦の換気の励行 保健だより作成	冬季における歩行 者の安全について 積電時の非常口等 の安全について 安全点検	学校保健委員会開催 2月行事等の評価と3月 の行事計画の確認
3	1 年間の生活の反省	次年度の計画 次年度の準備	飲店觀察 競越相談 月別保饒盃利用状況把	大沼掃 沼婦用具の点検整備 保健弦整備 黒板クリーナー交換 カーテンの点検・洗濯	(1 年)「心肺蘇生法」、「日 常的な応急手当」 (2年)「労働災害・職業病 と健康」、「健康的な職業生 活」		1 · 2	春休みの過ごし方(健 政安全生活)		活動の反省 保健だより作成	安全点検	職員保健部会

「家庭、地域(専門機関)と協力した健康のレベルアップを目指して

東京都立小金井特別支援学校

1 本校の紹介

東京都立小金井特別支援学校は、昭和51年に開校した小・中学部の知的障害特別支援学校である。人口増加傾向の続く東京都西部にあり、開校時は80名程度の児童・生徒数を想定して作られた建物であるが、現在は児童・生徒が149名となり、過密状態にある。児童・生徒の障害は多様化・重度化しているが、



特に自閉症の割合が高くなる傾向にあり、在籍児童・生徒の60%程度にまでなっている。そのため、障害特性に応じた指導方法や環境の工夫に力を注いでおり、東京都教育委員会から自閉症の教育課程に関する研究の指定を受け、研究推進の努力をしている。

また、障害特性からくる健康上の課題にも学校全体として取り組む必要があり、保護者や関係機関と連携しながら課題解決の努力を継続的に行っている。

2 計画 (PLAN)

(1) 学校保健(安全)計画

本校では、学校保健(安全)計画を作成するにあたって、前年度の学校保健に関する基礎資料の収集が重要であると捉えている。特に、定期健康診断の結果や主治医からの情報(診療情報提供書)、保健室来室者数等からのデータを基礎として分析し、健康課題を明確にすることによって、その健康課題が一つでも解決していけるような手立てを考えて進めているが、それが有効に機能している。

そして、学校に通っている期間のみ健康が維持されるのではなく、「生涯を通じた健康づくりができる」ことを目標にし、指導、支援できるような計画にすることが大切と考え実践している。

また、前年度から児童・生徒への保健教育については、不足しがちであったが、養護教諭や学校栄養職員の専門性を生かした授業が展開できるように学校保健計画に盛り込んで授業形式の指導の機会を意図的に作ることにより、実績を残すことができた。さらに、養護教諭や学校栄養職員任せの「健康教育活動」ではなく、保健給食部を通じて全教職員への周知徹底を図るように活動した。

(2) 健康教育の重点課題

本校は、毎年健康課題について、テーマを設定して、学校保健委員会を開催している。平成17年度は、「主治医の意見書(診療情報提供書)と睡眠について」、平成18年度は、「定期健康診断と病院受診について」、平成19年度は、「生活習慣病について」を設定して行った。

テーマ設定の方法として、①前年度の活動評価と問題点、②児童生徒の健康状態(発育、疾病罹患、治療状況、その他)、③学校環境衛生の状況、④児童生徒の学校生活、家庭生活、社会生活における問題点、⑤児童生徒の保健教育における問題点、⑥学校保健についての組織活動の問題点、を基礎資料とし、本校の実態に合った健康課題を設定するように心がけている。

(3) 課題解決のための活動のねらい

健康課題の解決のためには、保健に携わる者だけが、課題解決のために活動するのではなく、 児童・生徒、教職員はもちろん、家庭、地域(専門機関)と協力して健康のレベルアップを図る ために総合的な努力を重ねて健康づくりを推進していく必要がある。

また、課題解決のために具体的な活動計画や目標を立案し、活動内容に見通しをもたせることも、より効果的・効率的な活動の展開ができると考えている。

3 実践(DO)

(1) 肥満対策

本校の児童生徒の21.3%が肥満もしくは肥満傾向にある。これは、全国平均の9.2%と比べ明らかに肥満もしくは肥満傾向児が多いという結果である。知的障害や自閉性障害等による運動性の低さや極端な偏食のある児童・生徒は、肥満になりやすい実態がある。肥満により、一層運動性が減退したり、合併症である循環器系の病気にも悪影響が考えられたりすることから、常に注意が必要である。

そこで、平成18年度より肥満度数が20%を超えた児童・生徒を対象に生活習慣病予防対策として肥満指導を「バンビ教室」と銘うって、組織的な指導システムを立ち上げ、継続実施している。

本教室への加入を希望調査し、希望者に対して年間計画を作成し、それに基づき肥満指導を実施している。年間計画の策定に当たっては、学校栄養士と連携して活動している。このことについては、とりわけ家庭との連携が重要であり、担任・保護者の意識改善に重点をおいて、日常生活において地道な実践を行っている。

なお、平成19年度には、東京都立東大和療育センターの栄養士による教職員向けの講演会及び 学校保健委員会への助言を依頼し、学校、家庭、地域との共通理解を図った。

(2) 歯科保健

① 歯科指導

本校は、平成18年度より、東京都多摩府中保健所の「障害者・児への歯科保健の取り組み~ 自閉症児の歯の健康づくりを考える連絡会~」に養護教諭が参加し、協力関係にある。平成18 年度は、「歯科通院絵カード」、平成19年度は、「歯みがき絵カード」の作成に協力し、完成させた。その一環として、「歯みがき絵カード」の普及を目指し、東京都多摩府中保健所の歯科衛生士(3名)と連携し、歯科絵カードを使った保健学習、指導を本校児童・生徒を対象に行った。

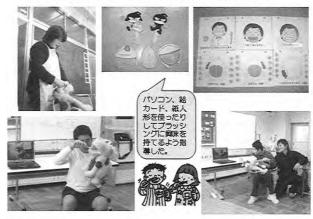
目的としては、①児童生徒が一人で歯みがきができるように指導する、②児童生徒の歯みがき指導及び教職員への介助みがきの指導、③児童生徒教職員への歯みがきの向上、むし歯、歯周病の予防、とした。

対象学年は、希望調査をしたのち、小4、小5、中1、中2、中3として、実施した。

親子はみがき・歯科指導の様子 (小学部)



親子歯みがき・歯科指導の様子(中学部)



② 保護者向け保健講演会

平成20年3月に保護者向け保健講演会を実施した。講師には、地区を管轄する東京都多摩府中保健所と東京都多摩小平保健所から講師をお招きし開催した。

東京都多摩府中保健所の歯科医師の五十里一秋先生と歯科衛生士の藤本まり子氏からは、「東京都多摩府中保健所の障害者・児への歯科保健の取り組みについて~自閉症児の歯の健康づくりを考える連絡会~」をテーマに歯の大切や自閉症児・者のための歯科受診絵カードの実践例を交えたお話をいただいた。

また、東京都多摩小平保健所の歯科衛生士の榎本智子氏からは、「東京都多摩小平保健所の障害者・児への歯科保健の取り組みについて~養護学校におけるかかりつけ歯科医等に関する調査について~」をテーマに、平成18年度に養護学校向けに実施したアンケート調査についてのお話をいただいた。

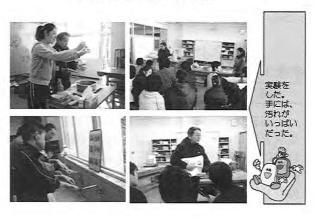
(3) 手洗い指導

調理学習に合わせて、養護教諭と栄養士とで連携し、「手洗い」、「食中毒」の指導を行った。 対象は、希望調査し、希望のあった学年(小4、小5、中1、中2、中3)に実施した。目的 は、①児童生徒の手洗い指導、②児童生徒及び教職員への食中毒の予防の指導とした。

手洗い指導の様子 (小学部)



手洗い指導の様子 (中学部)



4 評価 (SEE)

(1) 肥満対策

肥満については、教職員の意識が向上し、指導面で日常的に児童・生徒の活動性を高められたり、保護者へのアプローチ面で家庭との共通理解が改善されたり、保護者の意識向上につながった。その結果、以前は1ヶ月に1kg以上体重増加が見られるケースがあったが、本年度にはまったく見られなくなっている。全体としても肥満度数が減少している。成果として、平成18年度は10名、平成19年度も10名の卒業生を出している。また、高度肥満だった児童生徒が、中等度肥満に下がるなど、肥満度を下げ、ダイエットに成功している児童生徒が多い。課題としては、バンビ教室を卒業した者が再び加入するケースもある。その後のケアも含め、考えていきたい。

(2) 歯科指導

成果として、教職員の意識が向上し、日常生活の時間で、絵カードを使って指導してくれている。また、今まで、歯みがきができなかった児童生徒が、その絵カードを見ながら、一人で歯みがきができるようになった。そして、学校だけでなく、家庭と連携し、同じ絵カードを使うことで、習慣化してきている。

また、その絵カードが本校だけでなく、保護者の口コミ等により、地域(特別支援学級やかかりつけの歯科医)にも普及していると聞いている。

(3) 手洗い指導

次年度のために、反省アンケートを教職員にとった。課題もたくさんあったが、中でも、専門的な知識を持った養護教諭と栄養士から教えてもらったことが、その後の手洗い指導の場面でも役に立っている。きちんと手を洗うようになったり、子どもたちの意識づけになったり、という声が寄せられた。

(4) まとめ

健康課題のテーマを重点化して学校保健計画や保健 室経営案を計画し、運営、実行をし、年度末には評価 して、次年度の計画を策定してきた。このサイクルを 徹底することをとおして、現在では、保健に携わる者



だけでなく、学校全体を通じて健康教育の課題に取り組み、協力、連携ができるようになったと感じている。また、保護者と連携、地域との連携も徐々にではあるが、確立してきている。

(参考1) 学校保健委員会

議題	主な 出 席 者	日 時	主 な 成 果
<1回目> 生活習慣病の予防 に向けて〜肥満指 導(バンビ教室) の取り組み〜	学校薬東セ ()、校 ()、校 ()、校 () 東 東 セ ()、 () 東 東 セ ()、 ()、 ()、 ()、 ()、 ()、 ()、 (平成19年 8月30日(木) 11:00~12:00 (60分)	本校の実態として、肥満傾向児の割合が21.3%と高く、これは、全国平均の9.2%と比べ明らかである。この状況を打破したいと保健室では、毎月の測定の度、感じていた。そこでは18年度より発足したのが、肥満導、通称「バンビ教室」である。平成18年度の1年間のバンと「対象」及び「目標」と共に、通りで教育をはじめ、また、教職員を目指し、また、カ歌員の理解も得られ、外籍を目合いの場になった。また、教職員の理解も得られ、外籍を目合いの場になった。また、教職員の理解も得られ、外籍での食べ方を指導したり、給のの食べ方を指導したり、になった。
<2回目> ①「定期健康診断結果及び学校について当場とはできた。 ②「保健室を校のでは、②「保健室を校のでは、③」、「ないでは、③」、「本校のの環境では、「本校のいて」、 ②「本校のいて」、④」を関いては、④」を対しては、④」を対しては、④」を対しては、④」を対しては、④」を対しては、④」を対しては、④」を対しては、④」を対しては、④」を対しては、⑥、●のでは、●のでは、●のでは、●のでは、●のでは、●のでは、●のでは、●のでは	学校歯科医、学校 薬剤師、本校職員、東京都多摩所 中保健所のでは、東京のでは、東京のでは、 東京のでは、東京が、東京が、保護者(15 名)	平成20年 3月13日(木) 11:00~12:00 (60分)	今回の学校保健委員会は、次年度の学校保健計画の策定を見据え、年度末 反省と、保護者から健康教育のニーズ を知るために、保護者向けへ行った。 まず、平成19年度の保健活動報告 で完期健康診断結果及び学校伝染病科及で学室者報告 での保健教育活動について」、②「保健室来を行ったの保健教育活動について」、④「本校の環境を含むて、特に重点的に行った保健教育について」)の報告を行った保健教育について」)の報告を行った保健教育は学者をして、特に重点的に行った保健教育が学者をして、特に重点的に指科学習」「完美者からの意見や保護者からの意見や保護者からの意見や保護者ができ、とても有意義な会となった。

都立小金井特別支援学校	
学校保健計画	
平成20年度	
(参考2)	The second secon

İ			1					. (ŀ		
中間日祭	4	Ľ	児里生(ボル) 目り 随様官埋 6	し、生きる力の:	整旋・基本を培えるように指導・支援す □ 0 □		る。 → 10	○身の健康を守る。③目为 19	いいよの健康なりへる	6	6
In the mass	The state of the s	見つかった病気を治そ			n ;		1	71	T 手洗い・うがいを積極	2 下しい生活習慣を身に	健康·完全/
保健目標	健康診断を受けよう		がったマ女親を用 しよう	が強い にしよう	17.73	目を大切にしよう	歯を大切にしよう	風邪の予防に努めよう	于広い・・・フル・・・を慎極 的にしよう	エレジ生価音順を劣に つけよう	健様・女主生信が C たか反省しよう
給食目標	新しい環境で	新しい環境での給食に慣れよう	手をきれい	きれいに洗おう	何でも食べよう。よ	よく噛んで食べよう	良い姿勢で上	で上手に食べよう	がまり	を守り上手に後片づけを	しよう
学校行事	入学式·始業式 離任式 保護者会	全校交流運動会 家庭訪問	移動教室(小6) 社会見学(中1·2·3)		修学旅行(中3)	遠足(小低) 遠足(小高) 社会見学(中1)	移動教室(中2)	学習発表会 移動教室(小4·5) 修学旅行(小6)	移動教室(中1)	社会見学(中2·3) 遠足(小4·5)	遠足(小4·5)予備
保健行事	内科健診,結核全) 耳鼻科性診(全) 健 體科健診(中) 縣 心電図檢查(小・口) 診 尿檢查(金) 所 寄生現明檢查(小・口) 正.3)	菌科權診(小) 尿検查(2次) 耳鼻科健診(予備)	宿泊前權診(小6) 視功檢查(全) 轉力檢查(全)	脳波検査(該当者)	宿泊崩健診(中3) 整形外科健診(該当者)	歯科健診(全) 服科精密檢查(該当者) 歯科指導(小2.3、4、 5、6、中1、2、3)	宿泊前權診(中2) 唐科指導(全)	宿泊前健診 (小4·5) 歯科指導 (小1、中1) 整形外科健診 (該当者)	宿泊前健診(中1)		
	月 身体測定	発育測定 清潔検査 療育相談	発育測定 清潔検査 療育相談	発育測定 清潔検査 療育相談	身体計測 清潔檢查 療育相談	発育測定 清潔檢查 療育相談	発育測定 清潔検査 療育相談	発育測定 清潔検査 療育相談	身体計測 清潔検査 療育相談	発育測定 清潔検査 療育相談	発育測定 清潔検査 療育相談
健康管理	・保障資料把攝 新人生機能管理 · 脂核薄作成 · 測定器点核 · 健康跨根果後指置 · 確認等根果皮皮 · 油 で カイボーツ振興セ · フター (加入手続き) · 緊急時対応以重生な · 大野 (加入手続き) · 緊急時対応以適生後 · 把 一部(第)	・定期健康診断事後措 置 ・治療状況の把握 ・治療情報提供書まと ・診療情報提供書まと ・ ・ 医療配慮児童生徒一 ・ 運動会前の健康管理 ・ 運動会前の健康管理 ・ 非常災害時業の回収	·治療状況の把握 ・食中毒予防 ・カール前の健康管理 ・宿泊前の健康管理	・宿泊前の健康管理 ・2次依全(精核)や治 核の動か、 ・2次の健康管理 ・1学期のまとめ(健康 手限の返却)	・休楽中の健康状況の ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	·宿沿前の健康管理 ・歯科健診事後措置	·宿泊前の健康管理 · 歯科健診事後措置	· 冬季保健対策 · 属等數人學相談用 · 高等數人學相談用資 · 次年度行事計画 · 次年度子算計画	·冬季保健対策 ·與邦等状況把攝 ·次年度行事計画 ·次年度书算計画 ·次年度的科保德 計画	· 冬季保健材養 · 原那拳状区把握 · 次本度方導計画 · 次本度子算計画 · 次本度子算計画 · 淡季网係対応 · 診療情報提供 · 學校生活管理指導表 配布	条等保險対策 原本等大法に日指 原本等大法に日指 資本側系本統計 1年間の未監統計 平校保健計画条作成 保健監経音案作成 保健協経音案作成 保健開係方書検討 保健開入土地區 個人工イルル整理 有人工化ル整理 有人工化ル整理 有人工化加速型
健康相談			推	・精神科校医による医療・療育	育に関する相談(毎月1回)	・養護教諭による必	要に応じての健康相談(関	(随時)			
	日 飲料水検査	飲料水検査	飲料水検査	飲料水検査	飲料水検査	飲料水検査	飲料水検査	飲料水検査	飲料水検査	飲料水検査	飲料水検査
環境· 安全管理	業 剤 師 年間計画打ち合わせ	給食室衛生検査	照度検査 黒板の管理	プール水質検査	調理室衛生検査	照度検査 黒板の管理	給食室の衛生検査	空気検査	空気検査	給食室衛生検査	医薬品点検 次年度計画案
† 1 1	小 の包	保健所プール点検	職員向け救急法講習会		プール点検(業者) ホルムアルデヒド点検						
	体		手洗い学習			^	歯科学習 ——		†		
佐棒奈畑	小 (小2)清潔な生活習慣 低	買を身につける。(小3)自	(小2)清潔な生活習慣を身につける。(小3)自分の役割を意識し、係の仕事や家庭でのよ	100	手伝いを進んでやる。						
1	小 (小5)生活年齢および 高 (小6)自他の性の認識 ナ かんのまます。	が児童一人一人の心身の多 後を持つ。生命の尊さ、身体	(小ち)生活年齢および児童-人-人の心身の発育・発達に応じ、全教育活動を通して、日 (小ち)自他の性の影談を持つ。生命の尊さ、最近に対していません。 (小ち)自他の性の影談を持つ。生命の尊さ、第56年的	活動を通して、日常生活の 3。男女の人間関係のあり	常生活の基礎的・基本的事項を身につけさせるようにする。集団生活の場を通して、生命の尊さ、相手や自分の立場を理解し、互いに協力して役割や責任を果たせるようにする。 係のあり方を知る。豪族や社会の一員としての自分を考える。 ************************************	別につけさせるようにす。)一員としての自分を考;	る。集団生活の場を通し、 える。	て、生命の尊さ、相手や自	分の立場を理解し、互い	に協力して役割や責任を	果たせるようにする。
		ハ身だしなみを整え、清高	目分の身体を大切にし、身だしなみを整え、清潔に保とっとする気持ちを育てる。徐や当		衛市跡を通して目分の役割を果たし、友達とも協力して古跡できる力をつける。思春期の心身の変化に対応した身辺処理のスキルを獲得す	たし、友達とも協力してい	活動できる力をつける。。	思春期の心身の変化に対	応した身辺処理のスキリ	20	
保健指導	- ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	・運動会に伴う保健指導	・宿泊前の保健指導・プール前の指導	·夏休中の健康管理 ·宿泊前の保健指導	・宿泊前の保健指導 ・ケガの予防 (応急処置)	・宿泊前の保健指導 ・目の健康について	・宿泊前の健康管理 ・歯科健診事後措置 ・歯科保健指導	・歯科保健指導 (歯科校医・歯科衛生士) ・全休中の健康管理	・風邪とインフルエン ザの予防 ・手荒い、うがいの励行	★・・生活習慣病の予防	・1年間の反省と次年度について・卒業後の健康管理について・なななのかて・春休中の健康管理
				•	・測定結果に基づく指				・測定結果に基づく指		
	個 ・治療勤告者への指導 - 別 ・生活習慣に関する指 - 導		^	・治療の必要性と通院 計画について	導・(集団指導に準ずる) ー				嶽		
保健給食部	·保健行事計画、実施 保·救急法計画 健	・救急法実施、反省 ・治療勧告者への対応 ・バンビ料理教室計画	・治療勧告者への対応 ・保健講演会準備	・保健講演会準備 ・バンビ教室実施 (保護者対象)	·学校保健委員会	· 学校保健委員会 反省、記録の配布	・歯みがき指導 計画	·次年度行事、 予算計画 ·講演会準備(保護者)	·次年度行事、 予算計画	·保護者向け保健講演 会	・今年度の反省と 次年度の計画
	給 ·アレルギー、特別食実態把握 食 食堂の整備、試食会準備	¢態把握、 \$備	試食会	バンビ教室 (保護者向け)						アレルギー食調査	
学校保健委員会	্বায় -			第1回実施							第2回実施
給食運営委員会	ম্চ				本	年1回実施、食品選定委員会	₩ # - # - # - # - # - # - # - # - # - # -				
防災委員会を除との連携		が日本母 いっぱやい	Attends den obs	A property of the second of th	総合避難訓練	総合避難訓練、備畜医薬品の管理、預かり薬の管理が開味、日本の管理が開発しません。 (4) (4) (5) (5) (5) (5) (5) (5) (5) (5) (5) (5	かり薬の管理	- 1			
※IIIC VJIPTA			. Wit in 201		THE PARTY OF THE P	AND AND SHIP OF THE PARTY OF TH			河北西部州四人/ 0回田街		

21世紀・新しい時代の健康教育推進学校の実践

一 第7集 一

平成21年3月27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 大東印刷工業株式会社

☎ 03 (3625) 7481



撮影/ 原田正文

定価 1,000円