

第4分科会②

協議題 たくましく生きるための体力向上や健康づくりを目指す教育活動の推進

研究テーマ 総合的な体力の向上と生きる力の育成

～保護者・地域との連携を深め、健康教育の個別最適化を図る活動を通して～

提案者 長崎県平戸市立根獅子小学校 校長 村川 司麻

1 はじめに

平戸市は、長崎県の北部に位置し、「歴史とロマンの町」として名高い。本土1町、4島からなり、その中の平戸島、生月島については大橋でつながっている。

本校は、平戸島の中西部に位置し、平戸市では有数の美しい砂浜が眼下に広がる風光明媚な根獅子町の高台に立地している。校区は根獅子町、飯良町の2町からなり、児童数は23名で、完全複式3学級の小規模校である。PTAにおける家庭数も15と少ないが、以前から地域の中心となって存在する学校として地域全体で子どもたちを育てる意識も高いため、地域全体の180世帯がPTA準会員として加盟し、協力体制を築いている。

2 主題設定の理由

(1) 学校・地域の実態から

根獅子小学校は、平成28年～30年の3年間、PTA活動を中心に「歯の健康教育」に取り組んでいた。しかし、その後1、2年は活動が形骸化し、活動に対する意識や関心が低く、健康状態の改善には至らない現状があった。

地域の状況から考えると、以前分校があった飯良町は学校から4kmほど離れていて、学校の玄関前まで送迎する保護者もいた。それに乗じてほとんどの児童が校門手前まで車登校をし、歩く児童はほぼいない状況であった。また、コロナ禍に入り、自宅で過ごすことが多くなり最近ではメディアとの関わり方の課題も見られる。その他に、地域自体にスポーツクラブも無いため体を動かすことに関心も低く、運動する機会をあまりもつことができない実態もあった。このことが、児童の筋力低下につながり、姿勢や舌の安定を保つことができないため、歯並びが乱れていると考えられた。

(2) 体力テストから

体力テストでは、全体のTスコア56.3と県の平均には追いついている状況であったが、筋力については、他の項目と比較すると落ち込みが見られた。

これらの問題は、給食時の咀嚼や残菜、学習の集中力にも影響を与え、更には、体の成長や学力の低下にも影響を及ぼしているのではな

いかと考えられた。

上記の課題を解決するために、学校教育目標の重点的な取組の一つとして「総合的な体力の向上と生きる力の育成」を掲げ、健康教育に取り組んでいる。児童の課題の解決については、学校だけでは解決できる問題ではなく、保護者や地域と密に関わりをもちながら、児童一人一人の実態に合わせて、それぞれが意識を高めて取り組む必要がある。そこで、サブテーマを「保護者・地域との連携を深め、健康教育の個別最適化を図る活動を通して」と設定した。

3 研究の視点

- (1) 学校における個別最適化を図った継続的な健康教育の推進
- (2) 保護者との連携による親子で考える健康教育の充実
- (3) 地域との連携による健康教育の深化を目指して

4 研究の実際

- (1) 学校における個別最適化を図った継続的な健康教育の推進

- ① 健康教育カリキュラムの策定及び共通実践
保健教育を中心とした学校全体の健康教育カリキュラムを策定した。(配布資料①)

学年	健康教育の目標	学習内容	学習活動	評価	その他
1年	歯の健康を維持し、歯並びを整える。	歯の役割、歯の構造、歯の健康を維持する方法。	歯の役割、歯の構造、歯の健康を維持する方法を学ぶ。	歯の役割、歯の構造、歯の健康を維持する方法を学ぶ。	
2年	歯の健康を維持し、歯並びを整える。	歯の役割、歯の構造、歯の健康を維持する方法。	歯の役割、歯の構造、歯の健康を維持する方法を学ぶ。	歯の役割、歯の構造、歯の健康を維持する方法を学ぶ。	
3年	歯の健康を維持し、歯並びを整える。	歯の役割、歯の構造、歯の健康を維持する方法。	歯の役割、歯の構造、歯の健康を維持する方法を学ぶ。	歯の役割、歯の構造、歯の健康を維持する方法を学ぶ。	
4年	歯の健康を維持し、歯並びを整える。	歯の役割、歯の構造、歯の健康を維持する方法。	歯の役割、歯の構造、歯の健康を維持する方法を学ぶ。	歯の役割、歯の構造、歯の健康を維持する方法を学ぶ。	
5年	歯の健康を維持し、歯並びを整える。	歯の役割、歯の構造、歯の健康を維持する方法。	歯の役割、歯の構造、歯の健康を維持する方法を学ぶ。	歯の役割、歯の構造、歯の健康を維持する方法を学ぶ。	
6年	歯の健康を維持し、歯並びを整える。	歯の役割、歯の構造、歯の健康を維持する方法。	歯の役割、歯の構造、歯の健康を維持する方法を学ぶ。	歯の役割、歯の構造、歯の健康を維持する方法を学ぶ。	

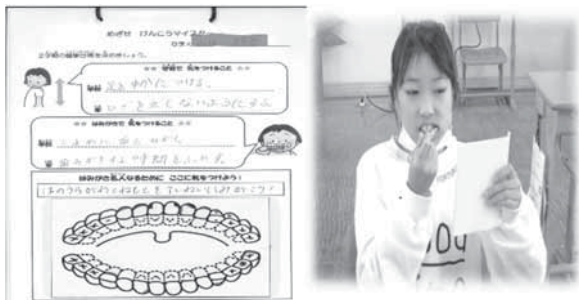
保健教育や行事では、年2回の歯科検診や歯や姿勢の保健目標の提示をするとともに、業間の時間に体力づくりのための「ねっこタイム」を設けた。

また、PTAとの連携を図った「学校保健委員会」、児童自らが主体的に関わる「委員会活動」、「日常活動」では、日常的な体力づくりの場として「歩いて登校」や「外遊び」を奨励し、年間を通して給食後のブラッシング指導を行

っている。更に、教育活動全体において姿勢指導を行っている。

年度始めに策定したが、校長は教諭と共に児童の活動や行事、長期休業日などを考慮し、児童の健康活動が意識的に継続したり、健康教育に関わる活動が意義深いものになったりするように指導や助言を繰り返した。

② 個別最適化を図った「歯や姿勢」の健康教育



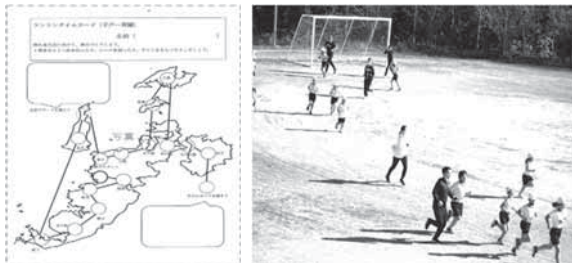
養護教諭を中心とした「歯や姿勢」の健康教育では、主体的な継続実践ができるように、『健康マイスターカード』を作成した。(配布資料②)

③ このカードを利用して、給食終了時にブラッシング指導を行っている。

児童一人一人の健康増進のためには、健康理解や健康改善の状態に合わせたより良い学習ができる「個別最適化」した実践継続が必要だと考えた。まず、ブラッシングや姿勢の状態を知る活動を行って、個々のカードづくりを行う。次に、歯や姿勢について、歯科校医や養護教諭、担任などからアドバイスをもらいながら活動の目標を設定する。児童一人一人と保護者・担任・養護教諭が関わり合いながら意識的な活動を繰り返し、健康改善の学習を進めていく。

毎日の活動では、常に机の横にカードを置き、ブラッシングの重点箇所を確かめることに活用したり、その重点箇所については、3分間のブラッシングに加え、30秒の重点箇所ブラッシングを実践したりした。

③ 個別最適化を図った「体力向上」の実践



体育主任を中心とした「体力向上」に関わる指導では、業間の時間の「ねっこタイム」を活用した。

2学期半ばからの「ランランタイムと縄跳び」の実践では、個別最適化を図る取組を行った。ランランタイムでは、達成するごとに「平戸

「長崎県」「日本」「世界」一周ができるカード、各学年の発達段階に合わせた縄跳びカードを活用した。それぞれの体力を考えた目標づくり、カードの途中には、全職員の励ましコメントが入る仕組み、また、運動場にも走るコースを2コース作り、学年問わず、自分の目標に向かって取り組んだ。たくさんの選択の場を作ったことで、児童一人一人が生き生きと意欲的に取り組む様子が見られた。

④ 児童理解、共通実践のための共有の場作り

全職員で共通実践を行う中で、児童の明確な実態把握のためには、具体的に共通した健康理解を深めることが大切だと考えた。(配布資料④)そこで、養護教諭が歯科校医と相談しながら、教職員との共通理解を図っていった。

本校では、共通の児童理解を深めるために月2回の子ども支援会議を行っている。校長の助言で、健康面に関する児童理解もこの時間に取り入れるようにした。教職員全員が同じ視点で実態を把握し、改善すべき点を確認し合い、共通の目標をもって実践に関わっていくことができたことで、更なる児童理解、共通実践の意識向上につながった。

更に、共有の場として職員会議も利用した。組織的な取組の中では養護教諭が中心になるが、実際に学校生活の中で常に実践指導に関わるのは担任である。学校全体や学級での取組の共有化、学級における児童の実態の把握、更には、指導の成果などの共有化を図ることで、担任の取組への意識の向上、指導改善の手がかりをつかめる場づくりとした。そして、「担任アンケート」(配布資料⑤)を実施し、会議で意見を聞き合い、共通実践について全員で見直し、学校全体の持続的な健康教育の実践につなげていった。

⑤ 通信等を活用した健康教育の啓発

保護者や地域の方々とつながるために健康教育の啓発に努めた。取組について知ってもらうこと、取組の意義・目標について理解してもらうこと、また、それに対する協力依頼も含めて、校長は「学校だより」を発行した。

養護教諭が発行する「保健だより」(配布資料⑥・⑦)は、発行の前に、養護教諭と共に「何を目的に伝えるのか。」について十分確認し、児童の活動の充実や健康増進、保護者の理解につながるようにした。啓発の時期を考え、活動意識が途切れないように繰り返し発行した。そして、保護者へのお願いについても「何を考え、実践すれば良いのか。」明確に伝えるように働きかけた。

「学級通信」, 「PTA総会」や「学校保健委員会」での校長の話など, 様々な活動の中で多くの発信を行い, 保護者や児童, 地域との共通理解, 共通実践につなげていった。

(2) 保護者との連携による親子で考える健康教育の充実

① 健康教育の知識・関心, 視野を広げるための学校保健委員会の企画・提案



PTAとの連携を図り, 学校保健委員会の取組を行っている。子どもたちの現状について話し合いながら, 毎年, 親子講演会を実施している。毎回のブラッシング教室には, ほぼ 100% の出席率で, 熱心に歯科校医の話聞き, 児童と共に実践学習に取り組む姿が見られる。

令和3年度は, まずは, 「関心を持つ」「継続する」ことの大切さを目的に学習し, 令和4年度は, 「より充実したブラッシングができる」ことを目的に, 歯科衛生士の方にも参加していただいた。

令和4年度は, 歯に関する講演会だけでなく, 姿勢についての講演会を夏休み前に実施した。長期休みに入る前に, 家庭での意識継続, 夏休み中の健康教育の目標を持つことをねらって, この時期に開催した。姿勢に関わる生活習慣と歯の健康とのつながりを理解したり, 姿勢の安定につながる体力づくりについて学んだりした。

② 四者(保護者・PTA・担任・養護教諭)連携の個別実践カードの取組

PTA保健部では, 子どもたちの基本的な生活習慣の確立のために「ねしっこ元気カード」の実践を行っている。(配布資料⑧)

12月ねしっこ元気カード		1. ねしっこ		2. 歯磨き		3. 姿勢		4. 運動	
1	ねしっこ	ねしっこ	ねしっこ	歯磨き	歯磨き	姿勢	姿勢	運動	運動
2	ねしっこ	ねしっこ	ねしっこ	歯磨き	歯磨き	姿勢	姿勢	運動	運動
3	ねしっこ	ねしっこ	ねしっこ	歯磨き	歯磨き	姿勢	姿勢	運動	運動
4	ねしっこ	ねしっこ	ねしっこ	歯磨き	歯磨き	姿勢	姿勢	運動	運動
5	ねしっこ	ねしっこ	ねしっこ	歯磨き	歯磨き	姿勢	姿勢	運動	運動
6	ねしっこ	ねしっこ	ねしっこ	歯磨き	歯磨き	姿勢	姿勢	運動	運動
7	ねしっこ	ねしっこ	ねしっこ	歯磨き	歯磨き	姿勢	姿勢	運動	運動
8	ねしっこ	ねしっこ	ねしっこ	歯磨き	歯磨き	姿勢	姿勢	運動	運動
9	ねしっこ	ねしっこ	ねしっこ	歯磨き	歯磨き	姿勢	姿勢	運動	運動
10	ねしっこ	ねしっこ	ねしっこ	歯磨き	歯磨き	姿勢	姿勢	運動	運動
11	ねしっこ	ねしっこ	ねしっこ	歯磨き	歯磨き	姿勢	姿勢	運動	運動
12	ねしっこ	ねしっこ	ねしっこ	歯磨き	歯磨き	姿勢	姿勢	運動	運動

これまでは, 学校の養護教諭中心の活動になっていたのですが, 保護者が主体的に関われるように, PTAからのコメント欄を設けた。

保護者自身, 他の家庭の実践に関わることを通して, 自分の家庭の実践を見直したり, よりよい実践例を知ることができたりしたことで, 会員双方の家庭の刺激となり, 互いの励まし, 改善につながる活動にもなった。四者で関わることで, 子どもや保護者の主体性の高まりが感じられた。

(3) 地域との連携による健康教育の深化を目指して

① 歯科校医との連携を図った取組

経過観察と活動改善に細かく取り組むことでよりよい健康改善の効果を得られると考え, 年2回の歯科検診を依頼した。

歯科校医には, 現状の検診だけでなく, 過去のデータにも目を向けていただき, よくなっていることや今後の改善のために頑張ってもらいたいことを児童や保護者へ伝えていただくよう伝達した。また, 姿勢の安定が口腔内の健康に直結するため, 同時に姿勢の検診も行った。検診後は, 検診についての報告や検診内容について教職員, 保護者が理解を深めるために, 詳しい指導助言もいただいている。

健康増進にあたっては, 経年観察や, 継続指導が必要である。そこで, 充実した個別最適化を図る指導のためにも, 6年間の児童の記録を累積した「個人データボックス」を保健室に保管することにした。

児童の健康理解のために, 歯科校医からは, 難解な専門的な知見からの話を, 教職員や保護者にも具体例を交えながらわかりやすく丁寧に教えていただいている。

地域内の歯科校医との直接的なつながりは, それぞれの立場での取組の相互理解をしながら, 一人一人の児童に関わっていくことで, 指導効果の充実につながった。また, 歯科医院においては小学校就学前から卒業後も継続して関わり, 地域全体の健康実現につながっていくのではないかと考える。

② 地域諸団体との連携を図った取組

本校がある平戸市中部地区では, 健全育成の一環としてドッジビー大会やマラソン大会等のスポーツ活動が実施されている。学校として体力づくりのよい機会であり, 自己目標を設定して取り組むことにした。目的をもって地域のスポーツ活動に参加すること, 目的に向かって意欲付けを行い, 大会に向けての練習を充実させることで大きな成果を得ることができた。

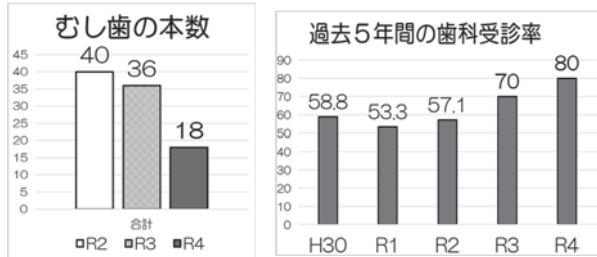
③ 主任児童委員等との連携を図った取組

「歩いて登校」を励ます立哨活動を、校長自ら毎日歩きながら行っている。地域には、児童の見守りをしていただいている主任児童委員や駐在所の警察官、PTAの保護者がいて、児童の挨拶、安全指導とともに、児童の体力向上などを目的とした「歩いて登校」を励ましていただいている。

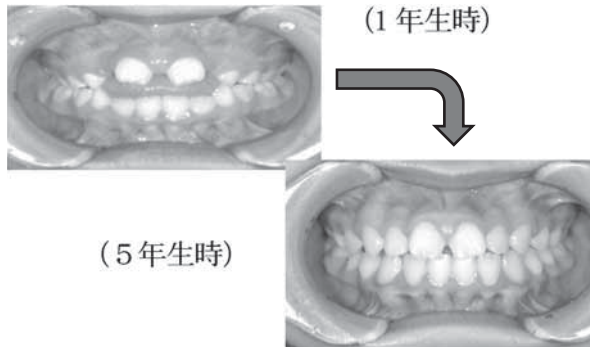
5 成果と課題

(1) 成果

① 個々の健康状態に即して、個別最適な実践や指導ができたことで、健康改善が図られた。

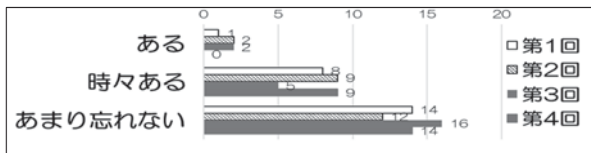


② 運動の機会が増えたことで、筋力や体力の増進が図られ、理想的な歯並びの獲得につながった。

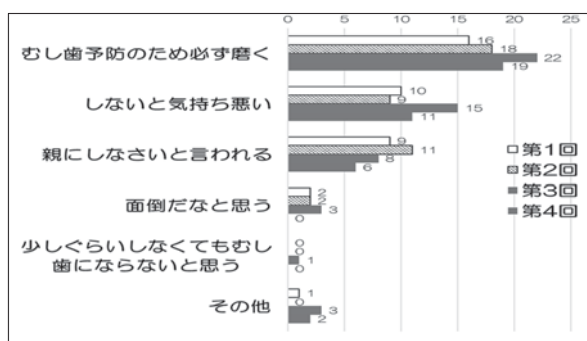


③ 学校・保護者・地域との連携を図ることで、それぞれの立場における健康意識が高まり、健康的な生活習慣の素地づくりができた。

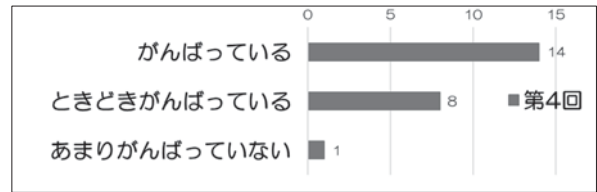
ア 歯磨きを忘れることがありますか。



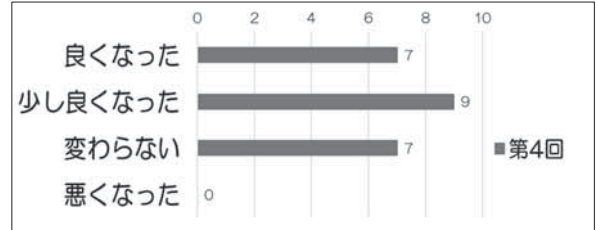
イ 歯磨きをどう思いますか。



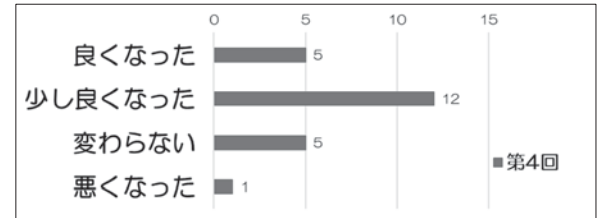
ウ 歯医者さんのアドバイスや健康マイスターカードに気をつけて歯磨きを頑張っていますか。



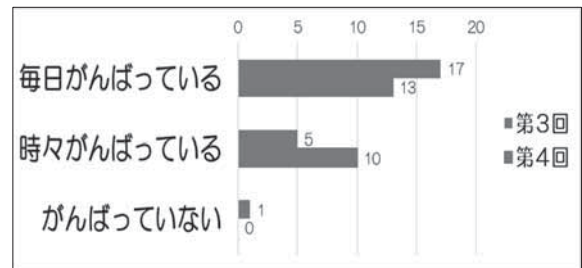
エ ブラッシングの仕方はよくなりましたか。



オ 姿勢はよくなりましたか。



カ 「歩いて登校」をがんばっていますか。



(2) 課題

- ① 今後も、「体育科・保健領域」や「食育」等の総合的な健康教育におけるカリキュラム・マネジメントが必要である。
- ② より主体的に「生きる力」を身に付けるための工夫を検討する必要がある。

6 おわりに

学校における健康教育の目標は、「健康課題に対して一人一人がよりよく解決していく能力や資質を身に付け、生涯を通じて健康で安全な生活を送るようにすること」である。実践を通して、学校・保護者・地域が一体となり、子どもたち一人一人の健康課題と関わるができる環境づくりをすることが校長の役割であると考えた。今後も、意識を高く持ち、継続していくことで、「将来の生きる力」につなげていく。