

健康教育

- ☆ すこやかな森の子をめざして
—自分で考えやりぬく新津の子— 原田文太郎…………… 2
- ☆ 子供が主役の健康教育
—しなやかな健康自己指導力のある子供の育成をめざして—
富永 弘…………… 6
- ☆ 敷島の里に学び生きる健康教育
—大地とともにたくましく— 小山欽也…………… 11

昭和63年度健康優良学校 全国特別優秀校

表彰を受けた三校の児童代表・校長・PTA会長
左から新津小、檀紙小、敷島小の各4人

〈朝日新聞社提供〉

昭和63年度 全日本健康優良学校表彰式

主催 朝日新聞社

後援 文部省・厚生省





すこやかな森の子をめざして

—自分で考えやりぬく新津の子—

静岡県浜松市立新津小学校

校長 原田 文太郎

1. 地域と学校の概要

(1) 校区は、浜松市の西南部に位置し、南は太平洋に面した海岸地域である。太陽の光を、まぶしく照り返している砂丘、強い風を防ぐまき囲いの家、新津の森をはじめ、各町の神社や寺院に生きる大木等、光と風と潮騒の町である。

時代と共に校区は変わりつつある。鉄工団地・卸商団地や工場の進出と住宅の造成により、専業農家は姿を消してしまった。一方食料品店や、会社員、公務員の家庭が増加してきた。

校区内の施設には、浜松職業訓練短期大学や県立浜松南高校がある。そのほか身よりのない子供たちの養育にあたっている福祉施設、知恵おくれの人々の自立を図る学園、小児療育センターのこども園、養護老人ホームなどがある。また寺院や史跡、伝説も多く、地域学習の素材となっている。



校門から見た新津小学校

(2) 学校は、明治6年大通院境内跡地に創立され、本年115年めである。歴史と伝統のある学校で、現在児童数は987名、26学級の大規模校である。

本校の自慢は校内に生い茂る自然の森である。「新津の森」と呼んでいる。この森には、山桃・くす・椎等の樹令350年以上の大木がある。森に集まる小鳥のさえずりや、木々の香りは、子供たちの心を和らげ、教育の場として最適な環境を生みだしている。



森と校舎と子供たち

2. 教育方針と学校教育目標

(1) 教育方針

本校の教育は、たくましい体と豊かな心を持ち、心身共に健康な子供の実現をめざしている。そのため、知・徳・体の調和のとれた健康づくりを図り、郷土を愛し、正しい判断力・実践力をそなえ、自分で考えやりぬく新津の子を育てることにある。

(2) 学校教育目標 (右図)

3. 健康教育実践計画

(1) 健康教育に対する基本的な考え

① たくましい体と豊かな心を持った子供の実現をめざし、体育・保健・安全・給食の指導を、知・徳・体のバランスを考慮の中で、教育課程全体を通して実践する。

② 児童・家庭・地域の実態の上に立って、計画的に地道な実践をする。

(2) 研究実践構想 (下図)

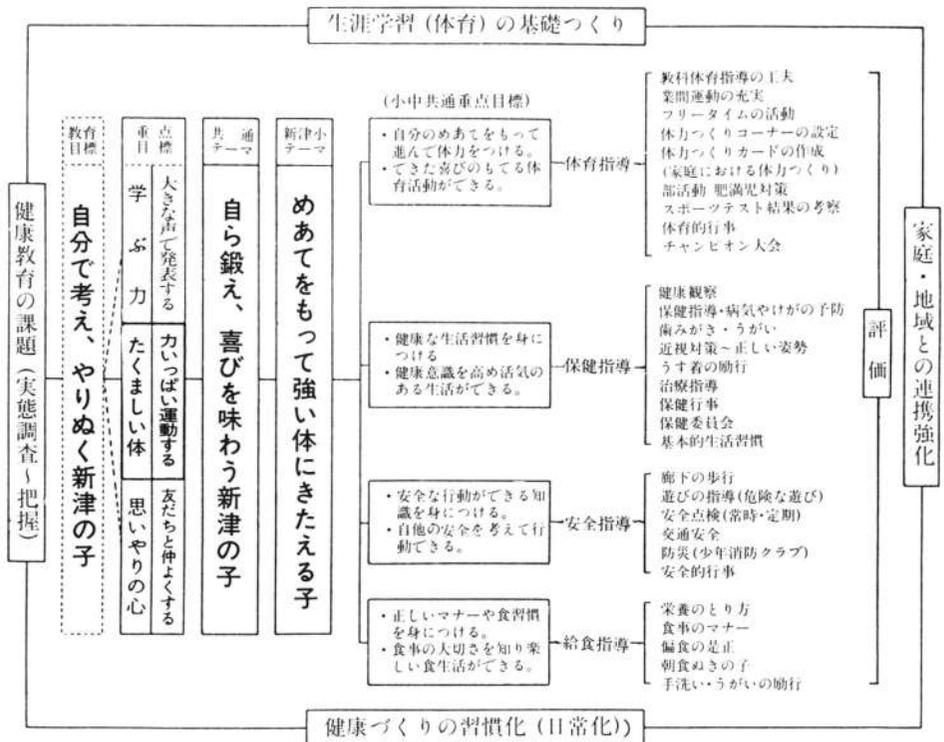
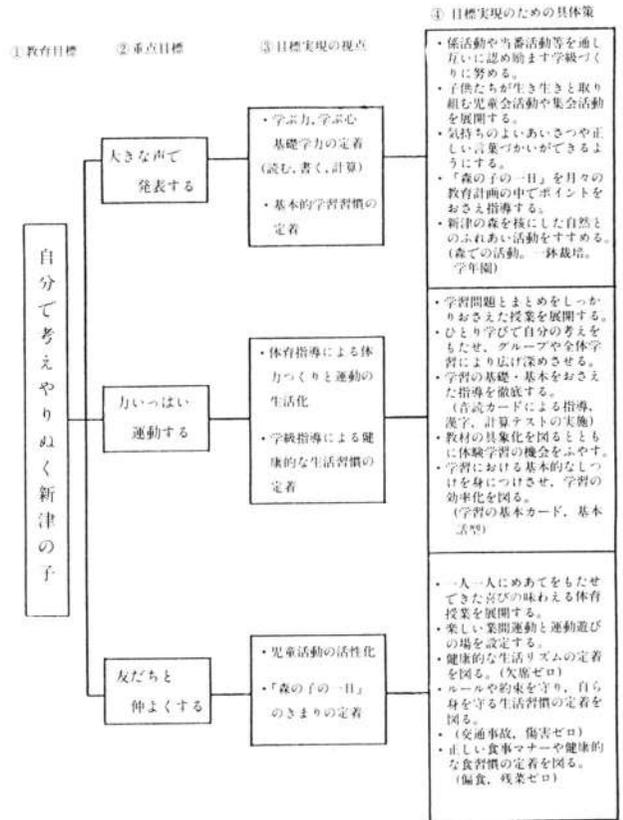
4. 特色ある教育活動

(1) 新津の森を生かした教育活動

昼休みや放課後は、ベンチで友だちと語らう子・遊びに興じる子等にぎわい子供たちの憩いの場となっている。また学習・学級会・業間運動・仲良し給食・学年集会・部活動等さまざまな場として活用している。

(2) 「すこやかデー」でよりよい生活を

毎月1日には各教室の前に緑の旗がたてられる。新津小学校の健康の日「すこやかデー」





森の子広場についで絵を描く子供ら

である。「元気いっぱい」「力いっぱい」「友だちいっぱい」を合言葉に「5ゼロ運動」に取り組む日である。



全教室の前に緑の旗が「すこやかデー」

この日には、欠席ゼロ・交通事故ゼロ・偏食(残菜)ゼロ・忘れ物ゼロ・スポーツテスト級外ゼロをめざして、日々の生活を「森の子の一日」で反省させている。この時間を「すこやかタイム」とし、20分をあてている。



棒体操で体力づくりに励む

(3) 業間運動で体力づくりを

学校生活の中で十分運動量を増やすと共に、体力のくぼみを是正することを目的として、ストレッチ・棒体操・リズム運動・なわとび・持久走等週4回楽しみながら体力づくりに励んでいる。

(4) 全児童による集会活動

ゆとりの時間を生かした集会活動は「森の子タイム」と呼び、毎週土曜日に、子供たちの学校生活をうのおいのあるものにしていく。集会委員の自主的な計画のもとで運営されるこの集会では、季節に合わせたさまざまな活動が行われ、子供たちの楽しみのひとつになっている。



栄養の大切さをクイズで

(5) 小中の一貫教育(次頁)

5. 家庭・地域との連携

- 学校の教育方針が、家庭や地域住民に十分理解されることが最も大切である。そして子供たちを同一の方向で、地域ぐるみで健康的な習慣形成に努めてきた。



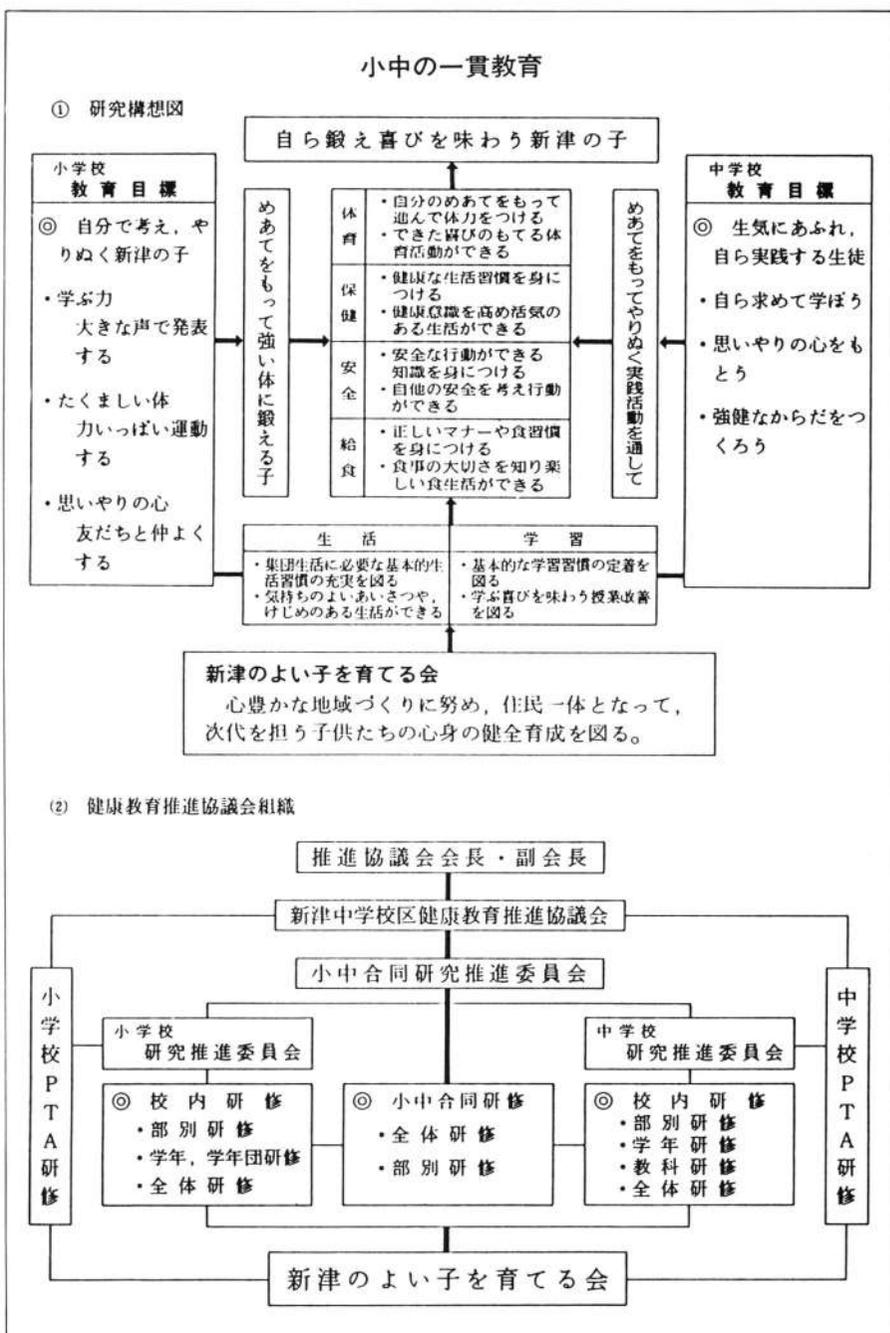
よい子を育てるための役員会

- (1) 啓蒙活動……学年だより・保健だより・給食だより・健康カード・学校だより
- (2) 参観会・懇談会……毎月1回
- (3) 地域懇談会……各地区ごとに夜実施
- (4) 家庭教育講座……年3回学校で
- (5) 親子ふれ合い会……各学年ごと
- (6) 通学班親子の会……年2回班長宅
- (7) P T A 活動の活性化
- (8) 新津のよい子を育てる会……年3回

6. 今後の課題

子供の教育は、学校教育だけでは十分な成果は期待できない。家庭や地域の教育力を高め、学校と家庭・地域が互いに連携し、補完し合いながら取り組む時に大きな成果があらるものである。

今後は更に、小中学校の一貫教育を深め健康教育を推進する中で、P T A 活動の活性化や地域の組織的活動により、ぐるみ教育を着実に実践し、すこやかな子を育て、特色ある学校づくりに努力していきたい。



子供が主役の健康教育

—しなやかな健康自己指導力のある

子供の育成をめざして—



香川県高松市立檜紙小学校

校長 富永 弘



花と緑に囲まれた学校環境

1. はじめに

(1) 今、なぜ、健康教育の活性化なのか

今日、日本の高度経済急成長は、校区の農家を両親共稼ぎの日曜農家へと変容させた。

共稼ぎ家庭はどうしても夜型になり、《食べる》《運動する》《休息する》生活のリズムが乱れがちになる。

そこで、生涯にわたって健康を増進し、自己指導力をもった児童の育成が課題となり、子供が主役の健康教育を基盤にした学校経営の必然性がここにある。

(2) 今なぜ、地域ぐるみなのか

瀬戸大橋が開通し、四国高速自動車道の高松インターが計画され、都市化の著しい校区である。

都市化現象と共に失われてゆく「体力」「親子の対話」「心の豊かさ」などが地域課題となり、学校保健委員会が原動力となった、心と体の健康づくりがはじまる。

(3) 地域の教育力をいかし、地域に学ぶ

健康教育は学校の取り組みだけでは限界があり、地域と一体になった活動がどうしても必要になってくる。

P T A、地域の各種団体は、学校の向う三軒両隣りの関係で、地域の教育力を活用し、地域の知恵をいかした開かれた学校づくりができてこそ成果が期待できる。

2. 学校と地域社会



(1) 歴史と文化の さぬき路

本校の東に源平の古戦場《屋島》、天下の名園《栗林公園》、西に弘法大師ゆかりの総本山《善通寺》、航海の守護神《金刀比羅宮》、北に二十四の瞳の《小豆島》、《瀬戸内海国立公園》をひかえ、瀬戸大橋を渡ると国道11号線で20分の所に本校は位置する。

(2) 伝統文化のある校区

校区は、平安時代の昔より開け、地場産業の御厩焼は江戸時代に始まり、今日に至っている。

小比賀郎は、江戸初期の代表民家として、国の重要文化財の指定を受けている。伝統文化を受け継ぎ、教育に大変熱心な地域である。

(3) 歴史 伝統のある校風

明治20年開校以来、歴史と伝統がある。明治28年卒業の野生司香雪画伯は、釈尊の聖地、インド・ペナレスの寺院に釈尊一代記の壁画をかき、美術をとおしてお釈迦さまのすがたを世界に知らせた功績を残す。

(昭和7年から5年かけて完成)

大正2年には、関西電力名誉会長芦原義重氏が卒業するなど歴史があり、伝統ある校風を今日に受け継ぐ。

- 児童数 584
- 学級数 17
- 教員数 22

3. 教育目標と健康教育

(1) 学校教育目標へのアプローチ



児童会が健康・安全・奉仕・国際親善を呼びかける

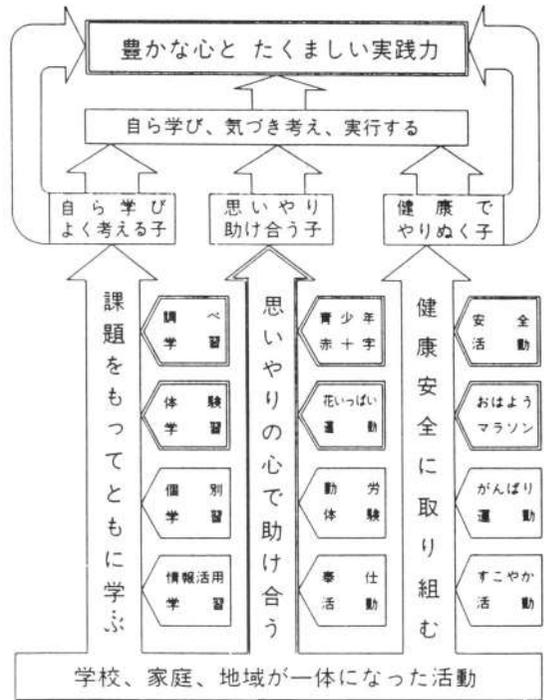
《自ら学ぶ》

今日に必要な学習とは「限りなき学習」で、先見をもった参加の学習である（自己指導力）。

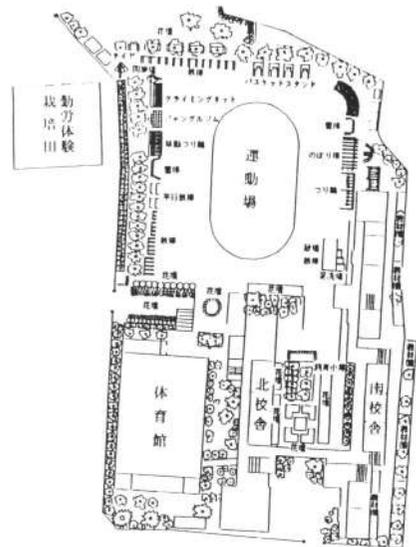
《参加と交流》

参加とは受身でなく、仲間と一緒に、問題解決に主役の一人として参画することである。

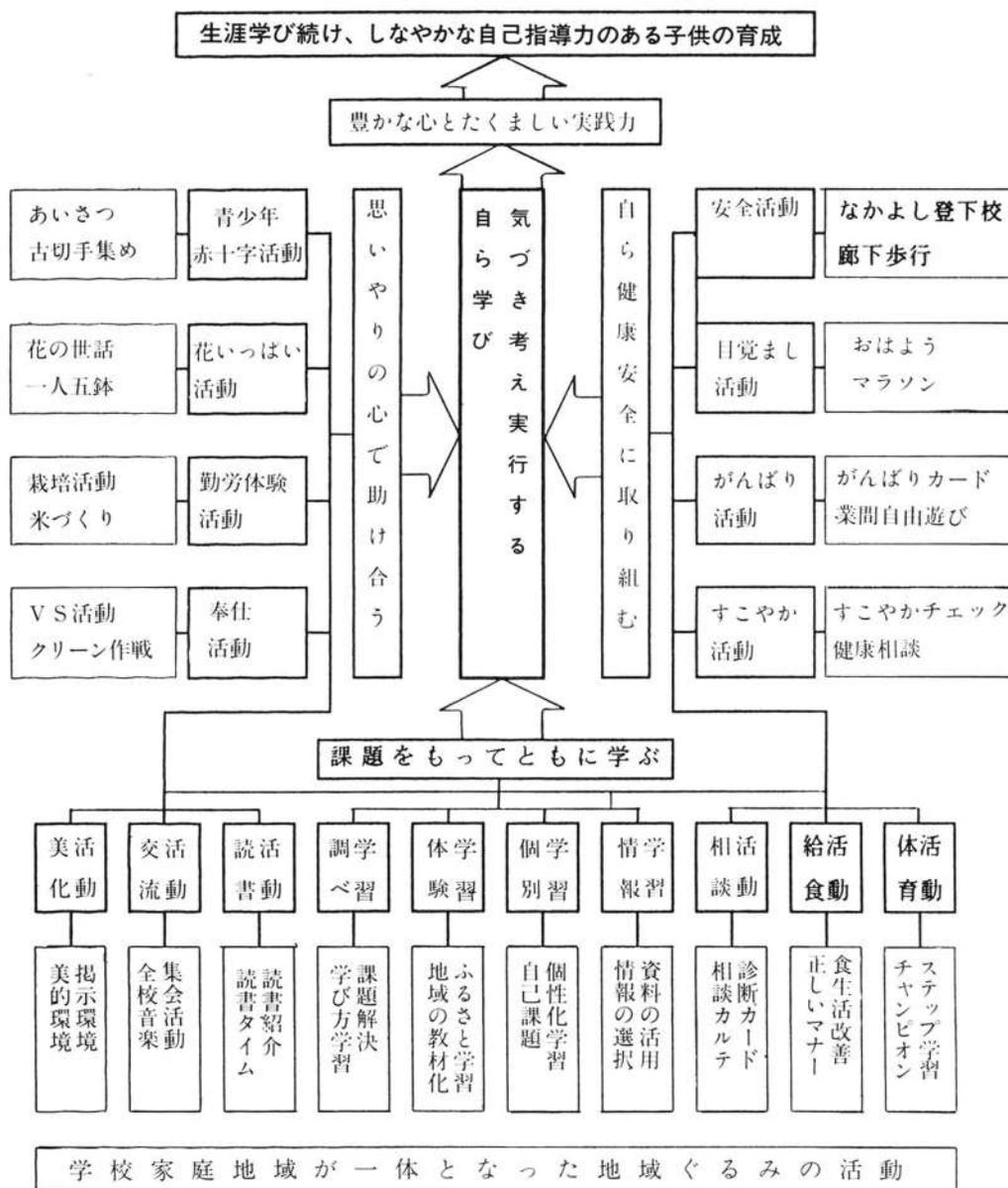
(2) 健康教育と学校課題



(3) 健康づくりと学校環境



4. 学校課題と子供が主役の教育活動



- (1) 学校・家庭・地域ぐるみのしなやかな心と体の健康づくり。
- (2) すこやか活動を中心に、リズムのある健康生活の習慣化。
- (3) 地域とのふれあいを大切に課題をもってともに学ぶ。

5. 子供主役の健康づくり活動

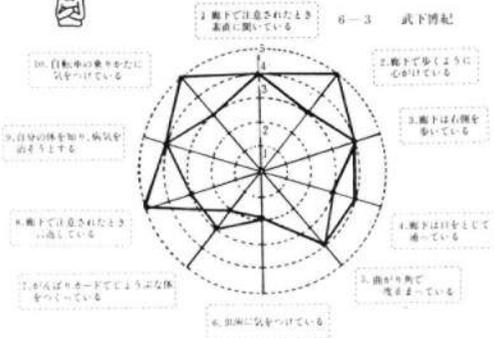
(1) 自分から健康安全に取り組む

▼安全活動 〈自己診断カードで意欲化〉



健康・安全反省カード

これまでの健康・安全について振り返ってみよう。



(やり方) 1. 上のカララのまわりの「1-5」のことがらについて、次のどれにあてはまるかありか、アタラのあてはまるものに赤ペンひいて、●をつけてみよう。
 「ないへんまでできた」ときは— 5
 「だいたいできた」ときは— 4
 「ふつう」とか「どちらともいえない」ときは— 3
 「あまりできなかった」ときは— 2
 「ぜんぜんできなかった」ときは— 1
 2. ●をついたところを、線でつないでみよう。どんな形になるかな？

毎日の集会でみんなの歩き方を発表してくれ、それからそのことに気を付けていたから、みんなの歩き方がよくなったと思う。それに、自転車もルールを守って乗れるようになった。これも、みんなの歩き方を守っているからだと思う。これからも続けたい。



▼やわらかい体づくりカード

やわらかい体カード

5年2組 横山 依子
63年6月27日



しっかり練習したので、ブリッジがついて起きるようになったことがすごくうれしい。"あお向けにねて足を着ける運動。もスムーズにできるようになった。これから、一年間続けて、どれだけ記録がのびるか楽しみです。これからも"やわらかい体。作りががんばろう。

▼目覚まし活動



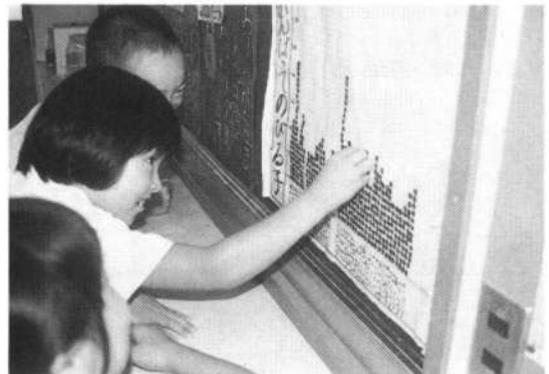
やる気を育てるおはようマラソン

▼がんばり活動



仲よく業間自由遊び

▼すこやか活動



一人ひとりが課題をもって

(2) 思いやりの心で助け合う

▼ 青少年赤十字活動



ネパールにきれいな井戸水を

▼ 花いっぱい活動



自分達の手で美しい学校に

▼ 勤労体験活動



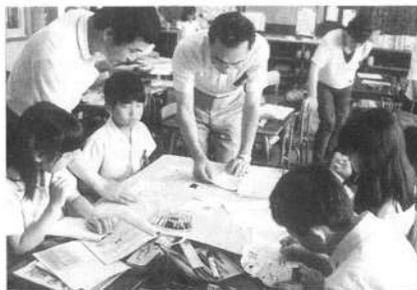
働く喜びを体で学ぶ栽培活動

▼ ふれあい活動



全校生心を一つにして音楽集会

▼ 親子ふれあい活動



親子でふれあいともに学ぶ



親子で心ふれあい歯みがき

▼ ふるさとふれあい活動



地域ぐるみでもちつき

6. おわりに

名取中央審査委員長は、審査報告の中で、香川県の檀紙小学校は、「個々の児童の保健管理と指導に優れた工夫と努力があり、児童一人ひとりの自主性を尊重し、触れ合いのある人間関係育成めざす実践があり、郷土の文化と伝統を生かし地域の人々や家庭と一体となって子育てをする教育があります。そして、心豊かな子供を育てるための音楽や美術の教育なども他校の範になると評価しました」と過大な評価をいただいた。これは私たちへの励ましのことばと受けとめ、更なる子供主役の健康づくりに精進したい。

敷島の里に学び生きる健康教育

—大地とともにたくましく—



愛知県東加茂郡旭町立敷島^{ししじま}小学校

校長 小山 欽也

1. 学校の概要

旭町は愛知県の北辺、矢作川の上流に位置し、北は岐阜県に隣接している。面積82km² (82.1%が山林) 人口約4400人の自然豊かな山あいの町である。

本校は、旭町の中南部、標高375mの地にあり、全校児童100名、職員11名のへき地校（へき地1級指定）である。明治5年開校以来116年の歴史を持ち、幾多の変遷を経ながら常に旭町の中心校として歩みを続けてきた。辺地にありながら古くから歌に親しむ人が多く、校名「敷島」は、本居宣長の歌

敷島の大和心を人間はば 朝日ににおう山桜花

から引かれており、旭（朝日）の中心校として発展することを願ったものと伝えられている。

学区は、九つの大字からなり、全戸数329戸、人口約1300人である。学校の近くの神社に残る国の天然記念物「貞観杉」（樹齢1000年を越す）や県無形民族文化財の伝統芸能「棒の手」に象徴されるように、自然をはじめ古くからの伝統やしきたりを大切に守り続けている所である。

本校では、こうした地域の自然や伝統・文化を生かした教育活動を長年にわたり積み上げてきた。

2. 本校の健康教育

子どもたちの生活が、地域の土や自然から遠ざかりつつあることを感じた私たちは、昭和52年度から家庭と協力して、様々な勤労体験活動を進めてきた。また、昭和55年度からは、体力づくり、環境づくりを中心にした保健活動に取り組んできた。

こうした本校の教育の流れを受けて、昭和59年度よ



山に囲まれた敷島小学校

り、学校経営の中核に健康教育を位置づけた。子どもたちの心と体の健やかな成長は、日々の生活の充実からもたらされると考えたからである。（全体構想参照）本校では健康教育のねらいを次の2点に置いている。

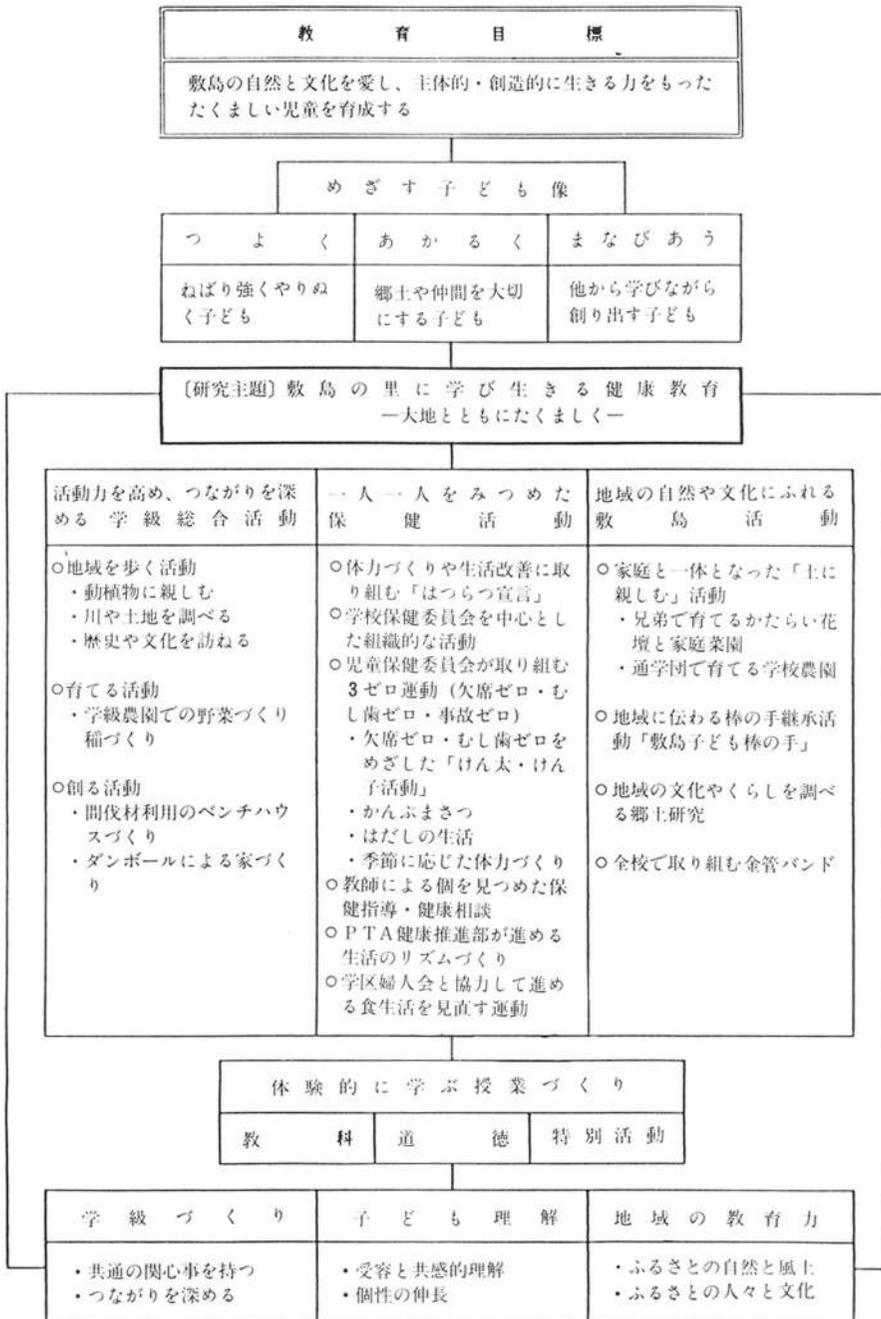
- 子どもたちが自分の体や暮らしを見つめ、健康の保持増進に進んで立ち向かう態度や能力を育てる。
- 地域の自然や文化・人々とかかわり合う活動を通して、心のつながりを深め、あたたかな人間関係を育てるとともに粘り強く実践する態度を養う。

そして、子どもたちの心と体は、様々な活動や体験の中で相互にかかわりながら一体となって育っていくという考えに立ち、次のような4つの活動を展開している。

- (1) 体験的に学ぶ授業づくり
- (2) 一人一人を見つめた保健活動
- (3) 活動力を高め、つながりを深める学級総合活動
- (4) 地域の自然や文化にふれる敷島活動

この中から、特徴ある活動を以下に述べる。

全 体 構 想



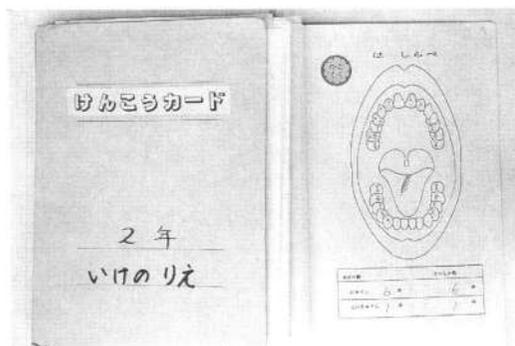
3. 一人一人を見つめた保健活動

健康教育を進めていく中で、「本校は、全校的な活動や生活訓練的な活動が多く、発達の差が激しい低学年の子や障害児には無理な内容が多いのではないか」という反省が出された。そこで、いままで進めてきた、体力づくりなどの保健活動を子どもの側から見直し、改良や工夫をしてきた。

(1) はつらつ宣言

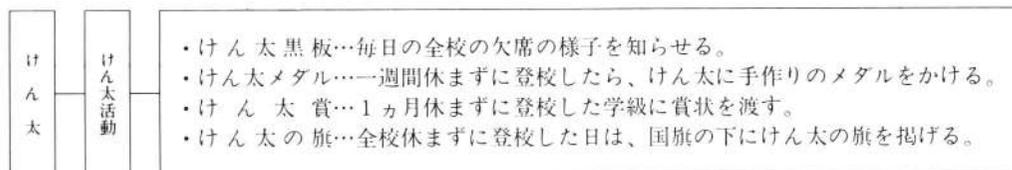
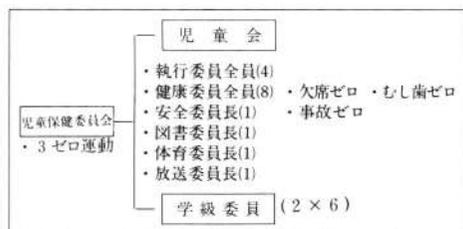
子どもたちは、それぞれ自分の体や体力に関する資料(けんこうカード)を持っている。子どもたちは、その資料をもとに、1年間取り組んでいく健康づくりのめあて「はつらつ宣言」を立て、親や教師のアドバイスを受けながら、その達成に向けて取り組んでいる。

毎週木曜日に行われる担任教師による健康相談は、こうしたはつらつ宣言の達成度の評価や助言をする場になっている。



一人一人が持っているけんこうカード

(2) 児童保健委員会を中心とした組織的な活動



子どもたちは健康に関する自分たちの課題を探り、具体的な活動目標「はつらつとした生活を送るために3ゼロ(むし歯ゼロ、欠席ゼロ、事故ゼロ)をめざして活動する」を設定し、図に示したような組織のもとに活動をしている。活動の経過や成果は、年5回行われる学校保健委員会の場で報告し、学校医や学校歯科医などの助言を得ている。

健康委員会の進めている欠席ゼロ運動では、マスコット「けん太」を活動のシンボルに置き、「健太活動」として進めている。



けん太の旗を掲げる健康委員

この運動を通して、子どもたちに健康自主管理の力が育っていくことを願って進めてきたが、全校揃う日も昭和60年度の38日から、61年度110日、62年度120日、63年度(63年12月24日現在)100日と増え、成果が上がってきた。

(3) 季節に応じた体力づくり

本校では、一人の肥満児を追跡し、1ヵ月間の消費カロリーを調べた。その結果、日曜日や祝日の消費量が極端に減ってしまうことがわかった。これは、過疎化により近くに遊び相手がないことや室内型の遊びが主流になっていることなどが原因となっており、運動量が極端に減っているためと考えられる。このことから、学校で適度な運動量を確保してやるのが子どもたちには欠かせないことを再認識した。

本校の子どもは2・3時限の業間に設定している太陽の時間(30分間)を使い、季節に応じ、種々の運動に

取り組んでいる。春は学級の仲間のつながりを深めることもねらって、学級単位で集団遊びやホールゲームを行っている。夏は運動会に向けて縦割りグループを中心にリレー練習や一輪車パレードの練習に取り組んでいる。秋から冬にかけては、一人一人がマラソンやなわとびに挑戦しているが、これはあくまで一人一人の能力に応じた目標の達成を目指したものである。

4. 活動力を高めつながりを深める学級総合活動

「地域を歩く活動」を中心として、「育てる活動」、「創る活動」を組み合わせた活動をゆとりの時間を利用して、各学級で展開している。子どもたちのみずみずしい感性や活動力を高めるとともに、子ども同士のつながりを深めることをねらっている。

学年	61年度	62年度	63年度
1	いきものとなかよしになろう	ともだちのいえをたずねよう	すんでいるところをおしえます
2	とうふをつくろう	ダンボールであそぼう	2年水ぞくかんをつくろう
3	敷島の今と昔をよくしろう	おそばをつくろう	敷島を歩いて調べよう
4	川の流れ・働きを調べよう	矢作川を歩く	矢作川
5	敷島の地をよくしろう	敷島の土地利用を調べよう	米作り
6	昔の道を歩こう	木に親しもう	第2とりでを作ろう



4年「矢作川を歩く」

分水嶺から海までの旅の途中、川を観察する子ども

教科の指導においては、総合活動とできるだけ関連をもたせ、体験を通して学ぶことができるようにしている。

5. 地域の自然や文化にふれる敷島活動

地域の環境や風土、伝統などを生かした教育活動を組織し、子どもたちの心身の発達を促すと同時に、縦の人間関係を深めることをねらっている。

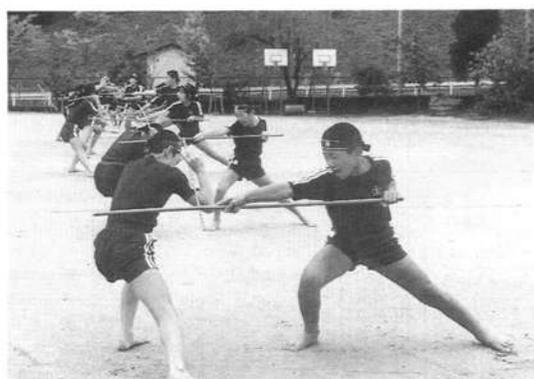
(1) 家庭と一体となった勤労体験活動

本校では、月の第3日曜日を「土に親しむ日」と決めている。

子どもたちは各家庭で一人一人学年に応じた広さの家庭菜園を持ち、土を耕すことから収穫までの活動をしている。本年度で8年目になる。また兄弟で育てる「かたらい花壇」づくりの活動も6年間続けている。



自分の畑を手入れする子ども



「起倒流」を演ずる子ども

学校農園も昭和54年に5アールの畑を借り、通学団毎に協力して、人参やイチゴ作りに挑戦している。一部は学級の農園としても利用している。

(2) 地域に伝わる棒の手継承活動「敷島子ども棒の手」
学区には、明治以来「棒の手」といわれる伝統芸能が

三流派伝わっている。昭和57年度、棒の手の残っている三地区の保存会の代表、PTA・学校の代表で「敷島子ども棒の手」実行委員会を組織し、練習の計画や情報の交換の会を持っている。練習の場はおもにその地区の神社や公会堂で、保存会の人々が指導者になっている。

全校の児童も、三流派に分かれ基本の技を一人一手できるようにしている。生まれれば2分間ほどの演技であるが、大きな気合いと緩急のある動き、そして、長い「間」と全身を使う演技に子どもたちの息もはずむ。

(3) 通学団で調べる郷土研究

子どもの自主的な研究活動として昭和52年度より始められ、12年になる。同じ通学団の4年生以上の子どもたち4、5名で縦割りグループをつくり、学区の遺跡、文化財、自然、産業などを調べるものである。ふるさとへの理解と愛着を深めさせたいと願って進めてきたものである。調査研究の期間は夏休みであり、学校から離れた仲間同士のつながりを深めることに役だっている。



郷土研究発表会

(4) 親子で学区を歩く「ふるさと探訪ハイキング」

PTAの健康推進部の計画で、毎年、親子で学区の自然や史跡を訪ねている。植物、昆虫、野鳥、魚、史跡の五つの班を親子の希望で編成し、観察や学習をしながら学区を中心とした町内を歩く活動である。講師は町内からその道に堪能な人をお願いしている。

6. おわりに

本校では、子どもたちの心や体の健やかな成長を、敷島の里の持つ教育力に求めてきた。里の持つ教育力、それは、自然であり文化であり、伝統に裏打ちされた

人と人のつながりである。幸い、こうした環境に恵まれ、これまでの取り組みを通して、子どもたちの心や体は、ゆるやかではあるが確かに育っていると確信するものである。



「あっ、イカルだ」(野鳥班)

本年度、長年の実践が認められて、小規模の部で全国特別優秀校に選ばれた。しかし、目の前の子どもは、日々新たな課題を投げかけているといってもよい。健康教育に対する不断の精進を私たちに訴えているのである。

昭和63年度健康優良学校 全国特別優秀校・全国優秀校

大規模の部 (19学級以上)

全国特別優秀校	静岡県浜松市立新津小学校
全国優秀校	新潟県長岡市立新町小学校
全国優秀校	熊本県熊本市立託麻原小学校
全国優秀校	福島県福島市立福島第三小学校
全国優秀校	青森県三戸郡三戸町立三戸小学校

中規模の部 (7~18学級)

全国特別優秀校	香川県高松市立檀紙小学校
全国優秀校	岡山県総社市立総社西小学校
全国優秀校	栃木県那須郡西那須野町立南小学校
全国優秀校	千葉県山武郡九十九里町立片貝小学校
全国優秀校	新潟県糸魚川市立糸魚川東小学校

小規模の部 (6学級以下)

全国特別優秀校	愛知県東加茂郡旭町立敷島小学校
全国優秀校	秋田県北秋田郡鷹巣町立東小学校
全国優秀校	山形県酒田市立飛鳥小学校
全国優秀校	富山県西砺波郡福岡町立淵ヶ谷小学校
全国優秀校	高知県高岡郡窪川町立興津小学校

育ちざかりの
ひと粒！



体力をつけ健康を保つ

歯・骨を丈夫に……

カワイ肝油ドロップ



河合製薬株式会社

東京都中野区新井 2-51-8