

健康教育



- ☆ 健康教育における食生活の課題
坂本元子……………2
- ☆ 共に生き、共に学び、力いっぱい
はばたく子 田中規夫……………5
- ☆ すくすくけがなし 病気なし
寺西貞雄……………11
- ☆ 自己実現できる子をめざして
片岡 博……………14
- ☆ 力いっぱいがんばる子
小沢 竜……………17
- ☆ 生涯にわたって自ら守り育てる
健康教育の推進 戸村紀夫……………21

NO114

健康教育における食生活の課題



和洋女子大学教授

医学博士 坂本元子

1. 健康教育の現状

健康といえば、一時は身体の発育、知の発達に重点がおかれ、より大きい、より強い体力をめざして体力づくりを健康教育とした時代もあった。よく食べ、よく運動して、体を鍛えようという思想が長くつづき、子ども達は立派な体格になってきたのだが、いざ健康状態を生理的な視点から観察していくと、肥満や体力低下が指摘され、あらたな健康づくりの方向が模索されはじめている。

“心の健康”を標榜するときに、心の健康については、かなり前から“いじめ”“暴力”“登校拒否”などの心理的アプローチを必要とする問題が取り上げられてきている。学校においても、高低学年交流、地域の人々とのふれあい、あいさつ運動、たすけあい、いたわりあい、等の情緒教育が教育内容にも取り入れられ、学校の問題にあわせた対応で、その定着も見られるようになってきた。

近年の健康教育の方向として、いのちの健康教育を柱にした、“性の指導”がとりあげられるようになってきた。この指導は平成4年度から、教科書にもとりあげられてくるのが、指導方向、内容、方法についてはいまは試行錯誤の時期とおもわれる。“いのちの大切さ”を教えようとする場合、かなり具体的な内容にぶつかるわけで、真に学習させたいことが避けられているようなところが多く、方法と内容がこれからの課題として論議が沸騰してくることであろう。

“性の指導”に関しては、学校だけの教育ではなく、家庭との連携があって、はじめてスムーズな教育効果を期待できるという考えから、保護者を授業に参加させる試みもある。健康教育の今後の大きな課題のひとつ

つであろう。

栄養状態の改善が体格の向上には貢献したが、質的な健康が問われるようになってきているのが現状ではないだろうか。

2. 疾病構造の変化は子供の世界にも

人が健全な一生を全うするためには、それぞれのライフステージにおいて、その時期に即応した“心と体の健康”を培うことが望ましい。

子どもの健康は発育、発達の重要な時期であるとともに、近年の社会および病気の構造の変化から、疾病の発症が若年化してきたことによりとくに重視されてきている。その理由としては 1) 高齢化、少子化時代にあつて、「すこやかに子どもを生み、育てる環境づくり」と政府も提唱しているように、健康な人づくりを目指している。2) 病気の構造の変化が、感染性疾患から慢性疾患へ移行してきたが、慢性疾患の対応には、正しい食習慣、規則正しい生活習慣が必要で、これについては幼少期の学習が重要である。

3) 慢性疾患による医療費の節減に対しては、小児期からのいわゆる成人病対策が重要であるという認識が高まってきている。ことなどがあげられる。

これらの学習にとっては、学校は教育という共通の場において正しい知識と習慣づけができる最適の場所であり、教育に適した時期でもある。

病気の構造の変化は、成人のみでなく学校保健における子どもの疾病状況にもみられるようになってきた。

以前の課題であつた感染性疾患から、慢性疾患への移行が始まったのは、昭和30年代の後半頃からである。その背景には、衛生環境が改善され感染源が絶たれた

こと、医療の進歩、経済状況の好転により食物が自由に入手可能になったこと、食料の過剰および販売システムの簡便化、24時間、どこでも購入できる流通構造になったことなど、病気と関係のないところで、社会全体の変化が病気の構造をかえている。

文部省学校保健統計によると子どもの肥満は、ここ20年間に3～4倍に増加しているといわれているが、関東地域の12歳児童に肥満児出現数は8～9%にものぼっている。

3. その背景にひそむもの—子どもの生活と食の価値観—

これらの原因は直接的には食物摂取によるところが大きいですが、実はその背景にはいろいろな社会問題がひそんでいることを見逃してはならない。まず、子ども自身の側にある要因として、家庭の生活環境（両親の就業、住宅環境の高層化など）、子ども自身の生活行動（塾、おけいこ事、遊びの時間と空間）等の変化がこれらの病気の構造をかえる引き金となっている。

これらの生活状況の変化は、子ども達の精神発達においても決して良い影響は与えていないはずで、いじめ、自閉的傾向、依存性過剰、社会への適応性の欠如、疎外意識など、「心の病」への背景もおそろかにできない。

このような社会的背景を長述したのは、実は学校保健で考えなければならない最も重要なことは、肥満をはじめとする成人病危険因子に対する指導の場合には、食べ物や行動そのものよりも、「何故このような食べ方をするのか、どのような生活状況にあるのか」など、子どもの生活背景を十分に把握しなければ、指導の内容や方法がつかめないからである。

4. 子どもの個の観察と集団指導

感染性疾患に対する学校保健の対応は、まづ感染病源を持っている子どもを隔離（休ませる）して他の子どもを救うこと、あるいは感染病原にたいする予防接種をすることなど、一斉に、いわゆるハードのシステムで対応してきた。しかし慢性の病気となると、病源を持っている子どもを隔離しても、他の子どもが救われる保障はない。また「心の病」をもつ子どもには個人的な生活状況、心理状態に対応していかなければならない。つまり、学校保健での対応が集団のみの対応から、個人を重視した対応へ変わってきたことになる。

しかし問題のある個人だけに目を向けて、その個人の健康への方向を修正できても、他の子ども達、つまり「集団」に対する予防学習もつねに並行して行なわなければならない、このような「個人」は次ぎから次ぎへと出現してくる。

5. 学童の健康の現況

最近の学校保健で問題とされていることは、成人病症候として腎臓疾患、心臓疾患、糖尿病などで、すでに検診にも入れられ、学童の日常の生活管理のために重視されてきているが、多数見られる健康阻害症状としては歯と肥満がある。

この両者とも食生活に深く関わっている。

ここでは肥満について、その現状を考えてみたいと思う。ある都市部の学童のここ10年間（昭和55～平成2年）の肥満傾向の推移をみると、ローレル指数160以上のこどもが、この10年間に3.7%から5.0%へ増加している。しかし同じ子どもたちの肥満度を身長に対する標準体重からその比率で算出し、120%以上の肥満傾向の子どもをみると、13.4%で、年齢によっては級に24%～25%というところもあり、注意を要する子どもの出現が非常に高くなっている。

肥満が何故そんなに心配があるかということになるが、幼児期の肥満が成人肥満へつながる危険性が高いこと、肥満の子どもの血液中の脂質量（高コレステロール、高中性脂肪）や高血圧、肝臓異常などの出現が、正常の子どもよりも高く現れてくるからである。確かに肥満の子どもの減量するとコレステロール値、中性脂肪量は下がり、肝臓異常も改善される。肥満がいろいろな症候の引き金になっていることが証明されはじめています。

最近、各機関と連携し血液検査を実施し、成人病の危険因子を持つ子どもの指導に積極的に取り組んでおられる学校がある。ちなみにある一部の成績を紹介すると、表1のような状況もある。検診によって健康状態を知ることが重要なことであり、学校、家庭での対策の方向が具体化することで大変良いことだと思うが、さらに重要なことは、検診後の指導の内容と方法である。食事や生活の指導が含まれてくることから、学校だけでなく家族の生活全体に関わる問題も含まれてくる。そこに学校や教師が入り込んで行きにくい壁が立ちただかつて、なかなか実践へ踏み切れないところが多いようである。

表1 小学生の血清脂質、血圧、肥満の異常値出現状況 (%)
(1989年・学年別)

項目	異常値	総数 (n=514)	1年 (n=79)	2年 (n=91)	3年 (n=62)	4年 (n=93)	5年 (n=108)	6年 (n=81)
コレステロール	≥200mg/dℓ	15.6	10.1	19.8	14.5	10.8	15.7	9.9
コレステロール	≤120mg/dℓ	1.0	1.3	1.1	1.6	0	0.9	1.2
HDL-コレステロール	≤40mg/dℓ	3.0	1.3	0	4.8	4.3	4.6	3.7
動脈硬化指数	≥3.0	6.0	2.5	3.3	4.8	8.6	8.3	7.4
中性脂肪	≥200mg/dℓ	4.7	1.3	2.2	3.2	2.2	7.4	11.1
血 圧	≥135/80mmHg	3.9	0	3.3	4.8	3.2	3.7	8.6
肥 満	≥20%	18.9	12.7	16.5	27.4	19.4	25.0	12.3
異常値出現数		34.4	22.8	33.0	48.4	32.3	42.6	28.4

6. 食をめぐる健康対策

慢性疾患の場合、検診の結果は医療受診が必要なものは少なく、生活や食事の指導で対応できる危険因子の保有者として発見されてくる。また学校で実施しておられる身長、体重の測定だけで肥満傾向児への早期対策ができる。

そこで過剰な肥満児をつくらないために学校が心がけること、

①体重測定をしたら必ず身長と対応させて肥満度を記録し、成長曲線から、立ち上がる時期（肥満度が増加し始める時期）を早期に発見すること。

この役割は養護教諭、担任、あるいは保護者で、こまやかな観察が必要である。

②肥満児の食べ方の観察をする。

早食い、偏り食い、給食のおかわり、これに対して、よく噛む、ゆっくり食べる、一つの食べ物に偏らない、給食のおかわりはしない、または少なくする、といった配慮が必要である。

③保健学習や給食指導時の食事やおやつ話題から、御飯太りか、おやつ太りか、肉太りかを探る。おやつを減らし、だらだら食いをやめることで肥満度は下がる。

④子どもの動きを観察し、肥満児の好む運動を体育の教師が指導を担当する。おやつを減らし、体を動か

表2 異常値出現に関与する要因 (Logist分析)

項 目		肥 満 群 (n = 78)		低HDL-C群 (n = 55)		A I 群 (n = 58)	
		関連因子	有意性	関連因子	有意性	関連因子	有意性
調 味 料	ソ ー ス	よく用いる	***	よく用いる	***		
	ケチャップ			よく用いる	***		
	味噌汁(家族)			よく 飲む	**		
間 食	スナック菓子			よく食べる	*		
	乳 穀 飲 料			よく 飲む	*		
	ジュース	よく 飲む	**				
	炭 酸 飲 料	よく 飲む	**				
	与 え 方 求 め 方			飲 し が る 時 保 護 者	*		
	間食後の食事量	同じ	***				
食 品	いす汁食品	よく用いる	**	よく用いる	**		
	貝 類	よく食べる	**				
	魚 類(塩物)					よく食べる	*
	肉 類(脂身)					よく食べる	**
	野菜類(煮)	よく食べる	**				
	(炒)					よく食べる	*
	米 飯	よく食べる	*				
	牛 乳	よく 飲む	**				
	味噌汁(子供)	よく 飲む	**			よく 飲む	*

χ²検定 *p<0.01, **p<0.005, ***p<0.001

す努力だけで、85%の子どもは肥満度が解消する例がある。

⑤保護者の食事管理の指導

おやつ指導、料理や献立の指導を栄養士に協力をもとめて保護者の食事認識をたかめる。

参考までに肥満やHDL-コレステロール（善玉コレステロール）が低い子、動脈硬化指数が高い子ども達の食事のなかで、それらの症状の出現に対して関連の高い因子を多変量解析によって出したものを表2に示した。子どもの食事は洋風の食事（肉、脂肪が多くなる）、ジュース、スナック菓子の自由な食べ方、おやつ後も食事は変わらない、肉の脂身、塩蔵の魚、そして牛乳のとりすぎ（1リットル～2リットル）などに問題がありそうである。

7. 保健活動に関わる専門職の活用と教師の役割

食事、生活、校外学習、の問題を背景に起こってくる健康上の問題に対しては、担任の教師一人の力では限りがある。学校全体の健康教育の目標とそれに対する組織づくり、機能の活性を考える必要があろう。その目標に向って各教師は養護教諭の専門技術や体育指導者の専門性、学校栄養士の専門性を活用しながら、家庭、地域への連携を拡げて、社会の問題として子どもの健康に取り組む時代になっていると思う。

「共に生き、共に学び、力いっぱいはばたく子」



京都市立太秦小学校

校長 田 中 規 夫

1. 学校と地域の概要



学 校 の 正 門

明治5年9月7日広隆寺内十輪院の地に開校され、

当時120名の児童であった。その後人口増加と共に4ヶ校を分離するが、現在も全校児童数1112名の大規模校である。2ヘクタールの校地を持ち、3棟ある校舎の一つは、最長100mに及んでいる。

1haあまりの広い運動場で全校児童が遊ぶ光景は、活気に満ちたくましく生きる力を誇っている。

太秦付近は、古代から開け聖徳太子が秦川勝に命じて建立された京都で最古の国宝建造物、国宝第一号の弥勒菩薩半跏思惟像のある広隆寺があり、秦氏の有力な拠点として文化遺産も多い。また、近代映画産業のメッカであった面影もあり、繁栄の跡が地名、道路名にも偲ばれている。

生活、交通等に便利な場所と少し離れれば田畑も残り、自然の良さがあるが、近年住宅地、マンション等密集する場所も増えてきている。映画村へは、修学旅

行生の見学も多い。



表現運動「収穫祭」

研究活動は、保健教育・安全教育・体育学習・環境教育等、永年活発に受け継がれてきている。特に、昭和63年度より3年間体育科の研究として「個人差に応じた指導の工夫」に取り組み確かな成果を上げ、また、う歯予防にも力を入れ第29回全日本よい歯の学校表彰特別賞を受賞している。今年度は、生活科実践推進校となり、その成果を発表した。さらに第7回近畿小学校体育学習研究発表大会の会場校として公開授業も行った。

2. 本校教育目標と健康教育

(1) 学校教育目標及び育てる子ども像

学校教育目標

より一層の学力向上を図るため、個々の児童に焦点をあて、自らの進路に向かって力づくで行動できるたくましい子どもを育てる。

学校集団の中で、人権を大切にする学習・同和問題の認識の素地となる指導・同和問題指導を充実し、同和問題解決に向け自他の人権を大切に育てる。

上記「育てる子ども像」を設立し、重点目標を具現化の中で、児童の自立の基礎を培うための土台として、心身共に健康な児童を育てていく事を重要な課題と位置づけ、健康教育を教育活動の中枢にすえ、地道な努力を続けている。

学校生活の中で「うずまさの合言葉」としても常に健康教育への意識化を図る努力をし、この合言葉を家庭の中でも実践させることにより、保護者・PTA・地域の理解と協力を得て、共に育てる意識を持ち、家庭の教育力、地域の教育力を高める啓発の機会としての位置づけも行っている。

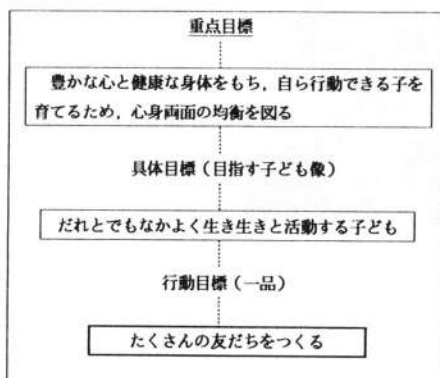
うずまさの合言葉

- う……美しい心
- ず……ずんずん進む心
- ま……まけない心
- さ……SUN（太陽）の心



元気に遊具で遊ぶ児童

(2) 特色ある学校づくり



京都市では、「学校をつくる」中で行動する学校、特色ある学校づくりを推進している。

一校一品学校おこし運動として、学校教育目標を焦点化し、それを行動目標に生かし、児童の変容を図る全校的な取り組みを各学校で実践している。

本校では、健康教育を基盤とする中で、集団活動の中での個の自立をめざし、『たくさんの友だちをつくる』を上げ、児童主体の集団活動の中で、豊かな心と健康な身体をもち、自ら行動できる子を育てるため、心身両面の均衡を図りながら目標達成にせまっている。

さらに、一人一人の児童の健康生活にかかわり、一日の生活リズムを整え、自分の力で健康や安全に気をつけ、体を鍛える生活力を育てる日常活動の習慣化をめざしている。

(3) 同和教育の充実を図るために

同和地区児童に自立の基礎を培うことを課題とし、また、すべての児童に同和問題解決への認識を深めさせる取り組みを進めている。

この課題解決のためには、児童一人一人の生活背景を的確に把握し、個性と能力を力いっぱい発揮できる場の設定が組み入れられた授業の構造を研究し、普通授業の充実を図っている。



生活科「田植え」

3. 保健・安全・栄養指導等の実践活動

(1) 基本的生活習慣の確立

教育目標達成のためには、児童一人一人が力いっぱいはいばたける力として、生活リズムを整え、健康な生活をおくる意義の理解と自覚を高める保健指導の充実



が重要になる。

(保健指導資料)

保健の日（毎月第1土曜日）に児童用の資料と教師用の資料を発行し、保護者啓発用の「保健だより」を発行している。

健康推進活動の

重点目標と全体計画

健康や安全に気をつけ、体と心を鍛え、自分の生活をつくる子

心と体の健康のための基本的生活習慣の確立をめざして

	目 標	重 点 と す る 取 り 組 み	家庭・保護者・地域への働きかけ
保 健	自ら考え正しく判断し、進んで健康維持増進できる子どもを育てる。	①基本的な生活習慣の確立 ②朝の健康観察による個々の児童の実態把握 ③保健指導・保健学習・性教育の系統的、計画的な取り組み ④歯予防の取り組み ⑤健康上問題を持つ児童への取り組み	「学校だより」の発行 「保健だより」の発行 学校保健委員会の開催 「学校安全だより」の発行 家庭教育学校の開催 PTA交通安全指導
安 全	規則正しい学校生活と家庭生活をし、安全な生活への行動力を育てる。	①学校の行き帰りの約束 ②自転車の安全な乗り方 ③校内の安全指導 ④道具の正しい使いかた ⑤交通安全指導	*安全教育（安全学習・安全指導）と安全管理を効果的に進めるために、特に校内の協力体制や家庭、地域社会との密接な連携を行う。
栄 養	正しい食習慣を体得し、進んで健康維持増進できる子どもを育てる。	①食べ物に関心をもち、日常生活における食事について、正しい理解と望ましい食習慣を養う。 ②食べ物の大切さを理解し、仲間と共に楽しく食事を味わいながら、意欲的に食べようとする態度を育てる。 ③全員で準備や後片付けをする中で、自分の役割を自覚し、みんなで協力することの大切さを身につける。	「給食だより」の発行 献立表の配布 給食試食会 料理講習会 学級懇談会
体 育	一人一人が楽しく力いっぱい運動する体育学習。	①一人一人の児童に活動する機会が与えられるよう工夫し、体育が楽しいという子を育てる。 ②友だちと協力し助け合ったりして、より高い目標に向かって活動することに喜びを感じるようにする。 ③自分にふさわしいスポーツや運動を見つけ、さらに生涯にわたって楽しむことができる力を身につけさせる。	体力診断テスト 運動会参観 水泳指導 スポーツ教室開催 新しい道具の設置 児童活動、学校行事のお知らせ PTA体育活動 親子のふれあいタイム PTA新聞
特 別 活 動	集団活動を通して心身の調和のとれた発達を図り、個性の伸長と共に集団の一員としての自覚を深め、協力してよりよい生活を築こうとする自主的実践的な態度を育てる。	①児童活動・学校行事等では、全校たてわりグループ（なかよしグループ）の活動を中心に、異年齢の子の協力を大切に、特に ②集会や行事の中から成功した体験を発表する「太鼓タイム」を計画的に行う。 ③委員会・クラブ活動で、教職員の指導のもと自発的な活動を行う。	
心 の 健 康	児童間の仲間意識を育て、うるおいのある学校づくりをめざす。 ———たくさんの 友だちをつくらう	①フレンドリー活動 ・なかよしグループ（たてわり・異年齢・学年・学級活動等）の中での集団活動を通して、子どもどうしの人間関係を深める。 ・楽しい児童会活動を実施する。 ・このほかに、七夕集会・太鼓フェスティバル・どんどこ集会 ふれあい教室の利用 ②心身障害児との交流……交流・共同学習 ③一人一人の人間を大切にすることを育てる。	太鼓タイム 人権の日 「人権タイム」の発行 種々の教育相談 「きょうとタイム」へとつなぐ

(2) 朝の健康観察

基本的生活習慣の実態調査の結果から、児童の健康状態の的確な把握をめざし、健康観察の要点と留意事項の理解を深め、観察カードの改善をおこなっている。

[illegible]

観察カードをもって

(3) 保健指導・保健学習・性教育の系統的、計画的取り組み

月	得意店名	得意店名	その他の得意店	得意店名のほか	得意店名以外
4	豊田の中央ビルについて	●豊田西館 ●工業部西館 ●豊田東館 ●(豊田東館西館) ●豊田館 ●(一ノ宮)	●豊田西館	●豊田館の西館の西館を新築し、豊田の西館の西館を新築する	●豊田館の西館の西館 ●豊田館の西館の西館 ●豊田館の西館の西館
5	ふくろ(豊田)	●豊田館 ●(一ノ宮) ●豊田館 ●(一ノ宮)	●豊田館	●豊田館の西館の西館を新築する	●豊田館の西館の西館 ●豊田館の西館の西館 ●豊田館の西館の西館
6	からで(豊田の中央ビル)	●豊田館 ●(一ノ宮) ●豊田館 ●(一ノ宮) ●豊田館 ●(一ノ宮) ●豊田館 ●(一ノ宮) ●豊田館 ●(一ノ宮) ●豊田館 ●(一ノ宮)	●豊田館	●豊田館の西館の西館を新築する	●豊田館の西館の西館 ●豊田館の西館の西館 ●豊田館の西館の西館
7	豊田の中央ビル	●豊田館 ●(一ノ宮) ●豊田館 ●(一ノ宮) ●豊田館 ●(一ノ宮) ●豊田館 ●(一ノ宮) ●豊田館 ●(一ノ宮) ●豊田館 ●(一ノ宮)	●豊田館	●豊田館の西館の西館を新築する	●豊田館の西館の西館 ●豊田館の西館の西館 ●豊田館の西館の西館
8	豊田の中央ビル	●豊田館 ●(一ノ宮) ●豊田館 ●(一ノ宮) ●豊田館 ●(一ノ宮) ●豊田館 ●(一ノ宮) ●豊田館 ●(一ノ宮) ●豊田館 ●(一ノ宮)	●豊田館	●豊田館の西館の西館を新築する	●豊田館の西館の西館 ●豊田館の西館の西館 ●豊田館の西館の西館
9	豊田の中央ビル	●豊田館 ●(一ノ宮) ●豊田館 ●(一ノ宮) ●豊田館 ●(一ノ宮) ●豊田館 ●(一ノ宮) ●豊田館 ●(一ノ宮) ●豊田館 ●(一ノ宮)	●豊田館	●豊田館の西館の西館を新築する	●豊田館の西館の西館 ●豊田館の西館の西館 ●豊田館の西館の西館
10	豊田の中央ビル	●豊田館 ●(一ノ宮) ●豊田館 ●(一ノ宮) ●豊田館 ●(一ノ宮) ●豊田館 ●(一ノ宮) ●豊田館 ●(一ノ宮) ●豊田館 ●(一ノ宮)	●豊田館	●豊田館の西館の西館を新築する	●豊田館の西館の西館 ●豊田館の西館の西館 ●豊田館の西館の西館
11	豊田の中央ビル	●豊田館 ●(一ノ宮) ●豊田館 ●(一ノ宮) ●豊田館 ●(一ノ宮) ●豊田館 ●(一ノ宮) ●豊田館 ●(一ノ宮) ●豊田館 ●(一ノ宮)	●豊田館	●豊田館の西館の西館を新築する	●豊田館の西館の西館 ●豊田館の西館の西館 ●豊田館の西館の西館
12	豊田の中央ビル	●豊田館 ●(一ノ宮) ●豊田館 ●(一ノ宮) ●豊田館 ●(一ノ宮) ●豊田館 ●(一ノ宮) ●豊田館 ●(一ノ宮) ●豊田館 ●(一ノ宮)	●豊田館	●豊田館の西館の西館を新築する	●豊田館の西館の西館 ●豊田館の西館の西館 ●豊田館の西館の西館

学校独自の指導計画を作成し、保健指導・保健学習の充実を図っている。特に、性教育については、学期ごとに性教育週間を設け、公開授業を伴う研究会を行うなど教職員の意識の高揚と保護者への啓発に力を入れている。

(4) う歯予防の取り組み

平成元年「京都府よい歯の学校表彰」を受賞し、平成二年度は「全日本よい歯の学校表彰特別賞」を受賞し、う歯予防に対する意識は高まっている。具体的な実践としては、カラーテスターを使った歯みがき指導、

給食後のブクブクうがい、歯みがきカレンダー、児童保健委員会自作ビデオによる啓発、家庭との連携の中での通院指導等である。



ブクブクうがい

(5) 健康上、問題を持つ児童への取組

健康上、問題を持つ児童（肥満・低視力・姿勢不良など）と保護者に対する健康相談を実施し、その問題の早期解決に努めている。

また、慢性疾患を持つ児童の管理と指導のために「生活ノート」を作成して、三者（主治医と保護者と担任、養護教諭）の連携を図っている。

(6) 安全指導の取り組み

本校の地域は、住宅密集地域であり、道路も細く交通量も多い。そのため、特に登下校時の安全指導は不可欠なものになっている。



朝の登校指導

交通教室や町別集会での指導、避難訓練により、つねに安全な生活への意識を高めている。PTAも「おはよう運動」として、毎月1日と15日の朝、安全指導

をかねて児童への心のつながりを大切に活動がなされている。

(7) 食生活にかかわる栄養指導

健康保持のためには、正しい食習慣を体得することが大切である。本校では、「給食の日」を毎月第2土曜日に設定し、月目標にそって「給食だより」をもとに指導している。

また、食のつまづきをなくすため、個人別給食カー



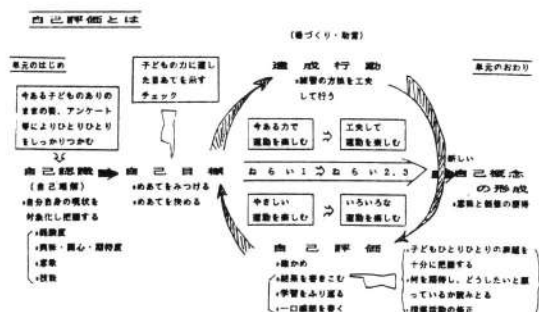
楽しいランチルーム

ドを配布し励ましている。

さらに、ランチルームを使い、給食目標達成をより効果的にし、栄養指導を行なうことにより、食品や栄養などについて興味・関心を持ち正しい知識を身につけ、よりよい食生活の実践につなげている。

4. 体育学習でめざすもの

個人記録カードの工夫により、自己目標達成行動—自己評価—自己目標のサイクルを大切に、より主体的な学習を進めることにより、一人でも多くの体育好きな子を育てる。



また、使いやすい用具の開発、学習の場の工夫などユニークな研究も行なっている



スポーツ教室

土曜日の午後の生活指導として、スポーツ教室を開き、健やかでたくましいスポーツ好きな子の育成にも取り組んでいる。

5. 心の健康をめざして

うるおいのある学校づくりをめざして、「たくさんの友達をつくる」を行動目標とし、年間を通した計画的、継続的な取り組みの中で実践し積み上げを図っている。

(1) たのしい児童集会

こいのぼり集会・七夕集会・どんどこ集会・太秦フェスティバル



七夕集会



児童会「保健委員会発表」

(2) 心身障害児との交流

共同学習・交流学习

(3) 一人一人の人権を大切にする学習

人権の日の発表・人権タイムス

「すくすくけがなし、病気なし」

——毎日元気に力いっぱい活動する

笹川っ子をめざして——



三重県四日市市立笹川西小学校

校長 寺西 貞雄

1. 地域と学校の概要



我が国有数の石油化学コンビナートを持つ四日市市。

本校はその中心部より南西へ約10km、西に鈴鹿連峰、東に伊勢湾を望む小高い丘陵地に開かれた笹川団地内にある。笹川団地は約25年前、日本住宅公団によって造成され、現在戸数約4400戸、人口14000人余り、一戸建て住宅をはじめ公団住宅や県営住宅等の集合住宅等が林立している。

本校は中央通りを境に西半分を校区とし、東半分を校区とする笹川東小学校から分離して17年目を経過した比較的新しい学校である。保護者の職業を見ると、大部分が会社員であり、一次産業従事者は皆無である。

また両親共に働いている家庭は約6割にのぼる。出身地は県下各地はもとより、全国各県にまたがっている。

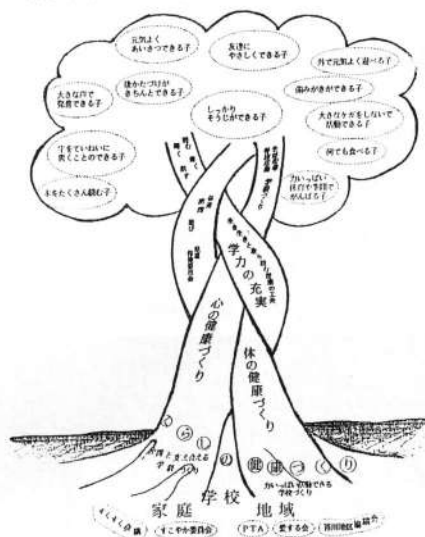
それだけに児童の転出入も著しい校区である。

保護者の学校教育に対する関心や期待は大きく、学校行事やPTA活動に対して協力を惜しまない。地域の人々もまた学校に対して協力的であり、新しい故郷づくりを目指して様々な活動を展開している。PTA

活動も学校への協力だけではなく、地域の人々との交流や連帯を深める活動にも力を入れている。学校もまた地域の諸行事に全面的に協力し参加するよう努めている。

2. 本校のめざす健康教育

創立以来一貫して「健やかな子どもの育成」をめざして実践している。遊び場は少なく通学距離も遠くて1km弱、団地っ子の特徴といわれるひ弱な体力の克服



をめざす「体力づくり」から始まり、心の健康も含め、児童自らが健康を意識して実践できるための学校環境の整備へと発展してきた。

現在では、徳・知・体の三領域にわたる全面的な教育活動を「健康教育」と位置づけている。即ち子供た

ちのくらしの健康を追求し「毎日元気に力いっぱい活動できる」状況を創り出すことであると捉え、持っている力を精一杯出し切り、絶えず自己を高めていこうとする意欲を培うことが、自己実現への道を歩ませる

ことであると考えている。その中核となるものが、「豊かな心と健やかな体の育成」それに「基礎学力の充実」であり、まさしく教育活動の全領域として構造図のように位置づけている。

学校教育目標具現化のための構図



また、それぞれの目標をより具体的に示しその具現化を図るための方策を示したものが上の表である。

3. 本校の特色ある活動

(1) 豊かな心を育てる活動

本校では心の健康の内容を、(ア) 知的理解や表現能力 (イ) 道徳的意志的なもの (ウ) 情操的情緒的なもの (エ) 社会的同和的なもの (オ) 基本的生活習慣に関連の深いもの等と考え、これらが学校教育活動のあらゆる場において相互に関連しながら、豊かな心を形成していくものであると捉えている。

その中でも本年度は特に「思いやりの心」「友だちとの協力や助け合う心」を重点に取りあげている。団地特有とも言われる連帯感の希薄が子供たちの中にも見られる実態から、「みんなのためにがんばる子」という児童像をかがけ、各指導部が創意工夫をこらした

実践を展開している。

主な活動の一例として、日常生活にかかわる生活指導目標を、よりわかりやすく実践しやすいように、子供たちが資料や劇化などによって全校児童に提示する生徒指導部の活動(あいさつ百点運動等)。友情・信頼・思いやり親切等を主題にあげ、資料の工夫により実践の態度にまで高めようとする道徳の授業研究。特別活動部を中心に異学年集団による様々な活動などがあげられる。



ランチルームでのたてわり班給食



毎月1回歯の染め出しによる歯みがき指導(3年生)

(2) 健やかな体をめざす活動

体の健康づくりについては二つの大きな柱を掲げている。一つは運動能力の向上を中心にした体力の増進、二つには疾病にかからないよう保健衛生に関する知識や習慣を身につけることである。めざす児童像を「自ら健康を守り増進できる子供」とし、子供自らが主体的に取り組めるための方策を工夫し展開している。

体力増進につながる活動としては、教科体育の研究を全員で行っている。個人の能力に応じた目あてを持たせ、場の工夫や学習カードの工夫によって、運動に親しむ子供を育てようと努力している。また、業間活動の内容を工夫し、運動あそび日常化を図られるよう、環境の整備とも合わせて努めている。

保健衛生に関する知識や習慣形成については、本年度は特に「う歯の予防」に重点を置いて実践している。

月一回保健の日を設定し歯科医の協力のもと毎回染



ゆとりの広場で今日の業間活動はローラスケートに

め出しを行ない、正しい歯のみがき方と食後の歯みがきの徹底を図っている。その理由は、う歯治療率もさることながら、歯みがきが生活習慣の基礎にもなること、ハチマルニマル運動（80才自分の歯20本）が唱えられている今日の課題にも通じると思うからである。

（3） 地域との連携を図る活動

子供たちの健康を守り育てていく最も重要な基盤は家庭であり、保護者の協力なくしては成果は期待できない。

本校では一昨年より家族みんなで健康を考える「家



お父さんも真剣な顔で、家庭保健委員会「家庭保健委員会」を提唱し、学校から提示する「すくすくだより」をもとに家庭での実践化に努めている。たよりの作成にはPTAと学校の保健担当が係わり、前月のたよりの返信（各家庭での反省）をもとに毎月一

回発行している。

学校保健委員会も地域とのつながりを深める一つとなっている。学校医、歯科医、薬剤師の先生方はもとより、PTA一般会員にも参加をよびかけている。保健計画に基づく議題の他に、健康問題に関して保護者の悩みについて質問する時間を設けるなどして活性化を図っている。

また地域の行事に対して、教師も子供たちも積極的に参加することが、地域の信頼と連携を深める基であると考えている。

4. おわりに

健康優良学校の名称が健康推進学校に改称された。それなら応募してみようではないか。過去7回応募している本校としては、大きな期待はかけなかったが昨年度より市の嘱託研究推進校の指定を受け、研究を深めつつあった一端を取上げてみた。幸いなことに「すこやか賞」の受賞の栄誉を得ることができ望外の喜びである。課題は山積し成果らしきものは眼にとまらな

いまでも、平成4年度に研究の一端を公開して指導を仰ぎたいと考えている。

健康推進活動の重点目標と全体計画

全体計画の構図

くらしの健康づくりを基盤に、心と体の健康づくりと基礎学力の充実が3本の柱をなす。家庭や地域との連携がさらにその土台となって健やかな子どもの育成を図ろうとする。

編集係より：

11頁、右欄の図の説明を、編集の都合により、ここに上記の通り、させていただきました。

自己実現のできる子をめざして



千葉県船橋市立咲が丘小学校

校長 片岡 博

1 本校がめざす健康教育

昭和58年、船橋市が「スポーツ・健康都市」宣言をした年に、本校が創立しました。

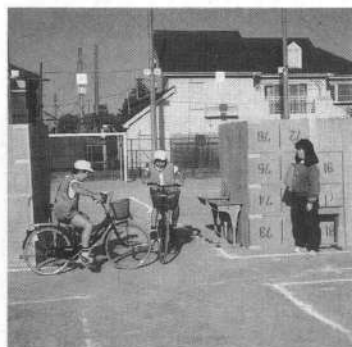
歴史的にも伝統的に浅い本校は、子どもたちが生涯を通じて健康で安全な生活習慣を身につけられるよう、「自己実現のできる子をめざした健康教育」を研究主題として掲げ、学校と家庭・地域が一体となり、今日まで取り組んできました。

本校の健康教育は、健康教育全体構想に基づいて進められていますが、重点目標である「自分を知り、自ら進んで健康づくりのできる子を育成する」ために、特に3つの柱を掲げ、実践しています。

2 健康教育を中核にした教育活動

(1) 健康の大切さを科学的に理解させる

自分の体や健康・安全な生活について、科学的に理解させながら健康づくりへの意欲を高める手だてとして、授業は大変重要です。そのため、児童一人一人が



見通しの悪い道路
での飛出し

- ・自転車と歩行者
- ・自転車と自転車
- ・自転車と自動車
- ・歩行者と自動車

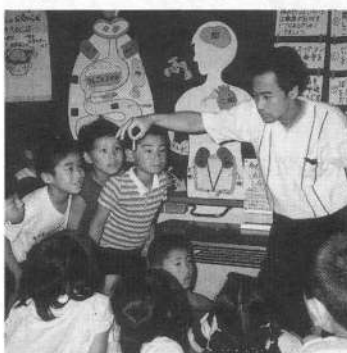
課題を設定し、主体的に学んでいく学習づくりの研究を進めています。

授業では、次のような点を重視して行っています。

① 児童が興味・関心を持てる学習過程や資料（実態

調査結果を活かしたもの）のある授業

- ② 問題を科学的に解決する喜びのある授業
- ③ 一人一人の思考や活動が大切にされる授業



歯ブラシの衛生度
・毎日使っている
歯ブラシは意外
と汚れ易いもの
試薬を使って、
自分達の歯ブラ
シの衛生度を調
べます

- ④ 自力解決に意欲的に取り組んでいる授業
- ⑤ 自己決定の場がある授業

児童の健康生活の基礎づくりをめざすために、健康教育の柱となるものとして、特に体育、保健、安全、給食の充実を図ることが大切です。それらは身近であるだけに科学的な視点が、児童の興味、関心や継続性を促す上で重要な役割を果たしています。授業研究でも実態調査と科学性が最重視されています。

(2) 健康を維持・増進するための環境を構成し、その活用を図る上で児童活動を重視していくことによって、主体的・自主的な日常実践のできる子を育てる。環境が人間形成に及ぼす影響は限りなく大きいものです。中でも多感なこの時期の子どもが生活する学校環境は、特に重要な役割を担っていると言えます。そこで本校では、環境を教材そのものとしてとらえ、児童が進んで健康の保持増進が図れるよう、また、健康な生活態度や豊かな心情を育てるよう、子ども、教師、父

母、地域の人々が連携し、手づくりの環境を進めています。

○ 子どもたちに働きかける環境づくりの工夫と児童の健康への意識づけに努めている。

例

・校庭にある遊具施設のほとんどが、保護者と職員
の共同で作ったりサイクル施設



・タイヤピラミッドと命名されたこの施設は、数ある遊具の中でも人気の的

・公園のような中庭と特別棟を利用して設けられた模擬道路



・下校途中に利用したり、自転車で活用したり、交通教室で使われたりするこの場所は、現代の子どもたちにとって大事な護身術を学ぶ場ともなっている。

・PTA給食委員会により、きれいに装飾された「なかよしレストラン」(写真右欄上)

・科学的な知識が学べたり、自分で調査ができる健康科学室と健康教室(写真右欄中)

・1年間に行う健康診断とその結果一覧(写真右欄下)



・各クラスで順番に使われたり、交流給食・誕生日給食の度に使われるこの部屋は毎日のように使われているがまだ一度も残菜が出ていない。



・給食コーナーにあるスナック類の塩分や糖分の量は具体的に説得力がある



・年間を通して行なう診断の種類と結果はわかり易く表示され、それぞれの健康生活へ役立てられる。

・保健委員会主催によるお菓子やジュースを飲食したあとの糖度検査

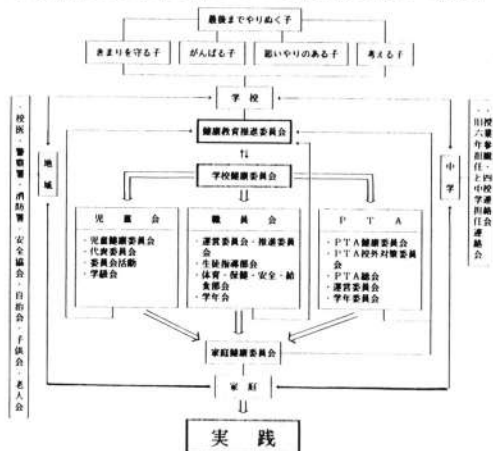


・健康科学室では、校医の指導のもとに手の汚れ検査やカリオスタッド検査、糖度検査などが行なわれる。

(3) 家庭・地域との連携を深めることにより、健康的な生活習慣を身につけさせる。

本校の教育目標を効果的に達成するために、学校健康委員会を重要な経営機能の一つとして位置づけ、学校健康委員会を軸に学校と家庭・地域社会との密接な連携と協力によって、児童の健康生活についての望ましい習慣形成を図り、心身ともに健やかな子どもの育成をめざしています。

学校保健委員会を軸とした健康推進活動の組織



- ・ 自転車の安全点検を採点する安全委員会の児童の点検法を採点する船橋東署の婦警 (写真右欄)

3 これからの健康教育

本年度は、学校生活で行なわれたことが、家庭生活や地域での生活・行動の中で、生きて働くように、親子学習やテーマ、強調週間を設けて相互理解を深めたり、学校と家庭・地域が一致団結して活動できるように行事等を集中的・計画的に配慮しました。児童も家庭や地域も健康推進活動の方法がわかってきた現在、教科指導を中心とした全教育活動を通じて、更に心のたくましさを練るつもりです。

学校健康委員会活動の実際 (第2回を例にして)

- テーマ「たくさんの心とふれあおう : 咲小祭を通して」
- ねらい——子供の主体性のある取り組みを軸にし、年令や立場、環境等いろいろな異なった人との交流の場や活動を通して、豊かな心を培うとともに、一人一人の児童の持ち味を生かしながら表現する楽しさや喜びを味わわせることにより「思いやりのある子—学校教育目標」を育てる。

【思いやりのある子・・・①豊かな心、②勤労・奉仕の心、③感謝の心】

咲小祭	○演劇・演説発表会 ○健康教育に関する発表 ○親子学習会	④学校—演劇・演説発表会、親子学習会 ⑤児童会—一人一鉢栽培(菊)、交流給食会、さつま芋収穫祭、自転車点検 ⑥家庭・地域—バザー、もちつき会、畑栽培
-----	------------------------------------	--

且

学校健康委員会 10月3日、11月11日(3:00、図青室)

○学校・児童会・P健康委員会・地域の取り組みを明確にする。

【たくさんの心とふれあうための活動—強調週間(11/25~12/1)に向けて】

月 日	活動内容	担 当
10月29日~12月6日	○集団下校班交流給食	給食委員会
11月 1日	○兄弟学年予備	勤労生産部
2日	○音楽鑑賞会	学芸部
5日	○自転車点検	安全委員会
3日~9日	○菊のコンクール・菊の展覧会	栽培委員会
20日	○青空給食	給食部
24日	○パングラフ—展示	5年
24日	○咲小祭のポスター作成・掲示	掲示委員会
25日《強調週間》	○風邪の資料集め・展示	保健委員会
↑	○本に関するすごろくづくり・遊び	図書委員会
↑	○あいさつ運動	計画委員会
↑	○一輪車の補助(低学年中心)	体育委員会
↑	○子供たちと遊ぶ、作品展	教師
↑	○校内の草花紹介	栽培委員会
↑	○交流遊び	5・6年
↑	○2年生と遊び集会	4年
↑	○咲小祭	児童会
↑	○保護者・地域の人の作品展示	P健康委員会
12月 1日《強調週間》	○バザー—ふれあいレクリエーション	PTA P健康委員会



・安全点検のミスが事故につながるだけに婦警さんのチェックは厳しい。



力いっぱいがんばる子

学校・家庭・地域総ぐるみの河輪っ子教育

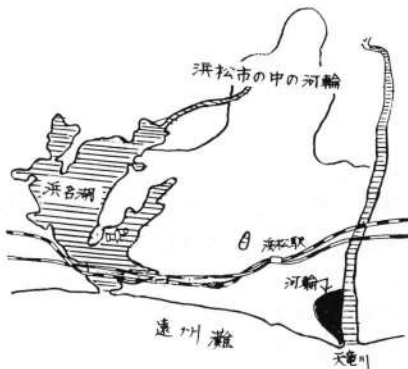


静岡県浜松市立河輪小学校

校長 小 沢 竜

1. 地域と学校の概要

(1) 校区は、浜松の南東に位置し、南は遠州灘に面し、天竜川西岸に沿った平地に広がっている。遠くは富士山・赤石山脈を眺望することができる。



昔からの地の利を生かし、米づくり中心の田園地帯であった。時代の変化に伴い校区は変りつつある。数少なくなった専業農家では畑を利用して温室によるメロンづくりと、ビニルハウスでの花づくりが盛んである。また池の上にビニルを張ったハウスの中で、うなぎの養殖も行なわれている。

豊富な水と広い平坦な地、整備された道路網等の立地条件により工場が誘致され、河輪地区工業団地ができた。

この結果、地域の若い労働力が農業から工業へと移行している。

(2) 学校は明治6年に創立され、地域住民の深い理解と協力のもとに、数々の伝統を継承し、百十余年の力強い歩みを続けている。

現在、児童数は377名、12学級の中規模校である。1



遊びの基地「河輪っ子砦」

人当たり55㎡という校地の中で伸び伸びと学習（生活）している。特色ある施設・設備として、学校・地域総ぐるみの河輪っ子教育活動のセンターとなる「ふるさと学習室」、地域の人々とふれ合う勤労生産活動の場として生きている「河輪っ子農場」開校100年を記念して、地域の人々の力で作られた河輪っ子砦を中心にした「河輪っ子公園」、素足で歩き、健康を培う場として小石を敷き詰めて作った「健康の道」、子供たちには心の安らぎの場であり、地域の人々の憩の場となっている「藤棚」がある。

(3) 本校の学校教育目標と教育課題

「豊かな心と健康な体を持ち、自ら進んで学習し、勇気・やる気・元気をもって、何事も最後まで力いっぱいがんばる、自信と張りに満ちた河輪っ子を育てる。」を教育の基調とし、学校教育目標に「力いっぱいがん

ばる子」を掲げ、本校ならではの教育活動を工夫している。実践に当っては、子供自らが課題をもち、自分なりに考え、工夫して解決していく自主性・主体性を尊重して指導に当るよう心掛けている。

＜本校の教育目標＞

- ① 子供が学校に来ることに喜びを感じ、創意と自信にみなぎった教育活動の推進
- ② 集団の秩序ある学校教育の推進
- ③ 学校と家庭や地域が一体となって、子供のくらしを高める実践活動の推進
- ④ 教師の資質（明るく豊かな人間性・子供一人一人を生かす指導力）の向上を図る研修の充実

2. 健康推進活動の全体計画

健康推進活動は、「いかなる社会であろうとも、困難を乗り越え、生涯にわたって学び続けるひとづくり」の活動であり、本校の教育目標を具現させることにはかならない。「子供は環境で育つ」ものである。

そこで、子供の全生活に関わる学校・家庭・地域が各々の役割りを自覚し、教育力を発揮し、連携し合い心身共に健康な子供の育成を図るために、次のような全体構想を立て実践している。

3. 特色ある教育活動

（1）一人一人の個性を生かした授業づくり

子供たちが、目を輝かせて主体的に取り組む授業をめざしている。特に、国語科の物語文を窓口にし、個性的な読み取りを大切に授業展開を求めてきた。一人一人が学習ルールを身につけ、何でも言い合える



学級づくりを基盤とし、明るい学級の雰囲気の中で、自らの課題解決に向って意欲的に学習に取り組めるようにした。この中で育かれた力が生活の中で生きて働く力となる。

（2）健康な体づくり＜河輪っ子タイム＞

毎週火曜日から金曜日の朝10分間、音楽に合わせ、ストレッチ体操・なわとび・マラソン等、季節に合わせて種目に変化をもたせ興味づけを図りながら行なっている。兄弟学級や通学班等のたて割りグループ編成も取り入れ、体力づくりを実践する中で、学年の枠を越えた人間関係を培う場としている。5月から10月の間は、素足で取り組んでいる。

（3）心の健康を育くむふれあい給食

食事を通して子供たちの心身の健康を図るとともに、好ましい人間関係の育成、望ましい食習慣の形成をめざしている。

① 誕生日給食

同じ誕生月の子供と教師が一堂に会し、楽しく語らいながら食事をする。給食委員会の子供が運営し、誕生祝いカード・トースターでパンを焼く等の工夫もしている。

② 藤棚給食

伝統ある藤棚の下に木製の机といすを常備し、さわやかな風に吹かれながら給食を楽しんでいる。

③ 青空給食

学級ごとに場所を決め、自然に親しみながら食事をしている。予め学級で運営について話し合い、公共の場所の正しい使い方を学習する機会ともなっている。

④ バイク給食

自分の体調や嗜好に合わせて、一人一人が自ら配ぜん活動を行なっている。自分の健康態を意識したり、学級全体のことを考える心を育てたりする場ともなっている。



朝の空気をいっぱい吸って河輪っ子タイム

⑤ 交歓給食

隣接の学級や兄弟学級・担任外の職員を招いて行なう「仲良し給食」や「お客様給食」で子供と子供・子供と教師の心のふれ合いを深めている。

⑥ 親子ふれ合い給食

子供と同じ給食を食べながら、味や量・栄養のバランス・活動の様子について話し合いふれ合いを深める中で、学校給食を理解し、家庭での食生活の改善につなげるようにしている。

(4) 自らの健康を求める保健活動

① 生活リズムを正す「ひとりだち活動」

自分の生活を高めるために、自分でめあてを決め実践する力を育てようと、家族のふれ合いの中で、学校の集団の中で行なう活動である。

② 悩みを解消する「健康相談活動」

心や体に悩みをもつ子に、ヘルスカウンセラーの立場に立って、受容し、共感し、子供が自分の力で悩みを解決する援助活動を行なっている。保健室の一角に、落ち着いた雰囲気の中で子どもが本音で話し、ありのままの自分を出せる「相談コーナー」を設けている。

(5) 地域の教育力をとり入れた活動

学校の教育活動の中に地域の教育力を導入し、地域の人々とふれ合う中ですこやかな子供の育成を図っている。

① 共に高まり合うクラブ活動

毎週木曜日のクラブ活動には13クラブのうち、ゲートボール・卓球・バトミントン・理科・手芸・料理の6つのクラブに地域の人材を指導者として迎え、ふれ合いを深める中で楽しく活動し、共に高まり合っている。



遠足気分であそび給食

る。

② 働く喜びを味わう勤労体験活動

河輪っ子農場では、農家の方の指導のもとで全校児童がさつまいも・たまねぎを育て、収穫の喜びを味わいながら、高学年の子は低学年の子へのいたわりの心を育くむ場としてまた、地域の人々への尊敬の念の培いの場となっている。4年生以上の子供は、菊づくりにも挑戦し、苦労しながらも、秋には大輪の花を咲かせている。

(6) 地域ぐるみで取り組む健康づくり

家庭・地域との連携を密にして健康的な生活を創り上げることに重点を置き、心も体も頭もすこやかな子供の育成を図っている。

① 保健活動の核になる学校保健委員会

自らの健康生活を築くために、子供たちが生活上の問題を洗い出したり、改善策を立てたりして、各学級や家庭・地域に働き掛けている。学校医や栄養士等の専門的な意見や指導も浸透していくようにしている。

② 学校だより「ふじだん」の回覧

健康教育を進める学校の取り組みの様子や子供の活動の様子を校区全体に知らせ、地域との共通理解を図っている。

③ 学校・家庭・地域の接点「ふるさと学習」

子供一人一人が自分たちの住む地域へ目を向け、地域の歴史や風物から様々な知識を得たり、体験を通して先人の知恵や技能を学んだりする活動である。その中でふるさとの良さに気づき、愛着と誇りをもって地域のために生き抜こうとする気持を育てている。運営委員会は、児童会長・連合自治会長・PTA会長・校長で組織している。

④ 中学校区健全育成会

ひとりだち
お父さんお母さん
家族会議

11月3週月曜日(11月18日) NO. 23

1年 2組 なまきせきみのソ

○	△	×	自分の さい点	家の人の さい点
じょうぶなからだ: ちゅうしゃの事故とやらをたす			○	○
あまりよくくらし: ふたりのいそいそでふたりのあそび			○	○
べんきよう: ほんちゅう			○	○

ふじだん
このふじだんがせんにあつて
いそいそでふたりのあそびでふたりのあそび
をいそいそでふたりのあそびでふたりのあそび
をいそいそでふたりのあそびでふたりのあそび

家の人より
つ(じ)にふたりのいそいそでふたりのあそびでふたりのあそび
をいそいそでふたりのあそびでふたりのあそびでふたりのあそび
をいそいそでふたりのあそびでふたりのあそびでふたりのあそび

先生より
ふじだんがせんにあつて
いそいそでふたりのあそびでふたりのあそび
をいそいそでふたりのあそびでふたりのあそび
をいそいそでふたりのあそびでふたりのあそび



心豊かな地域づくりに努め、地域住民が一体となって、子供たちの心身の健全育成を図るために活動している。この会には地域の各種団体が所属し、地区の環境浄化や明るい家庭・地域づくりを呼び掛ける活動に取り組んでいる。

(7) 家庭の教育力を高めるPTA活動

家庭の教育の充実は、すこやかな子供の育成に直結する。PTAの組織を生かし「心の交わり合う家庭で、自立した子を育てよう」と真剣に活動している。今年度は、全家庭共通テーマを“すすんでやろう”とし、学年毎に子供の発達に応じたサブテーマを決めて取り組んでいる。

(8) 地域でもり上げる河輪っ子祭り

毎年秋には河輪っ子農場で育てた作物の収穫を共に喜び、自然の恵みに感謝する河輪っ子祭りを実施している。子供たちは収穫までの体験を紹介し合ったり、一人一人が工夫を凝らした手作りの品を出し合ったりして市を開いている。親たちも子供に負けじと市に参加し、自分の作品を持ち寄ったり、子供たちの育てたさつまいもでチップや焼芋を作り祭りを盛り上げている。地域の人々からの出品も数多くある。

(9) 親子で取り組む「凧づくり凧揚げ大会」

地元“に組”の凧揚げ愛好会の協力のもとに、毎年1月の第1日曜日に、親子で凧を作り、凧揚げ大会を行なっている、本年は通学班ごとに連凧を作り凧揚げを競った。

(10) 地域諸団体による健康づくり

地域には、子供会・老人クラブ・スポーツ少年団・体育振興会など健康活動に直接関わる種々な団体があり、子供を巻き込んで地域ぐるみの健康づくりに熱心に取り組んでいる。

4. おわりに

健康推進は人づくり推進であり、学校教育そのものである。学校・家庭・地域が連携をとりながら一体となって模索する中で方向を探り、牛歩の歩みではあるが実践を重ねてきた。この度、この歩みが認められ、栄えある賞をいただき感激もひとしおである。この受賞を新たな出発点として、今後一層、家庭地域との連携・協力体制をよりたしかなものとして、「力一杯がんばる河輪っ子」の育成をめざし、教育活動の充実と推進に全力をあげていきたいと誓い合った。



河輪っ子農場での「勤労体験活動」



真剣に話し合う「健康相談活動」



食生活を考える学校保健委員会



親子ふれあいの凧づくり

生涯にわたって自ら守り育てる健康教育の推進

—むし歯予防を基盤として—



山口県大島郡大島町立屋代小学校

校長 戸村 紀夫

1. はじめに

本校は瀬戸内海に浮かぶ島で三番目に大きい屋代島の西端にある大島町の中心を流れる屋代川の中流にあり、古くから農業を中心に栄え、明治以降、郡役所や大島商船学校が校区内にあり、島の中心的位置を占めていた。

一方、明治18年ハワイへの移民が許されると、進んでこれに参加し、功なり名をなした人も多い。屋代島・屋代御荘（藤原荘園）の屋代であるという土地に強い誇りと愛着を持ち、教育にも大変熱心で、学校への理解・関心も深く、協力的である。



屋代ダムより校舎・校区を望む

また、温州みかん「山口みかん」の産地として有名で、各地に出荷され、本土とは若草色に映える大島大橋で結ばれている。

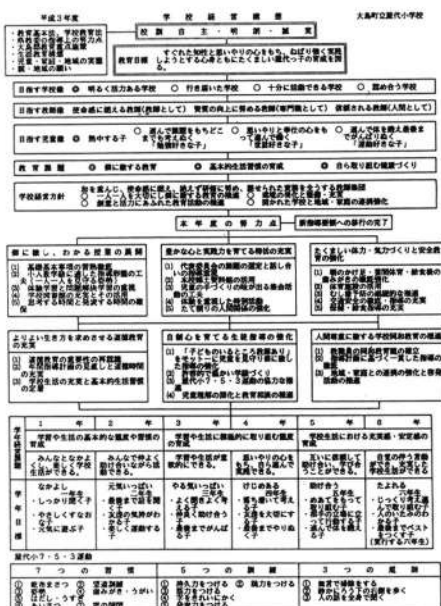
2 本校の健康教育の実践

「人間の幸せの原点は健康にある」との理念にたつて「勉強好きな子」「世話好きな子」「運動好きな

子」を求めて教育目標を「すぐれた知性と思いやりの心をもち、ねばり強く実践しようとする、たくましい屋代っ子の育成」と定め、師弟同行、家庭・地域との連携のもとに進めている。

特に、昭和63年度から3年間、文部省指定の「むし歯予防推進校」として研究実践に取り組んだことにより、児童の変容は勿論のこと、家庭・地域との連携がさらに深まり、本校が掲げる健康教育の目標である「生涯にわたって自ら守り育てる健康づくり」に着実な成果をあげている。

(1) 学校経営構想



ア 健康安全推進計画

健康・安全・推進戦略

校訓
自主・明徳・実業

教育活動と
社会の役割

学校教育目標
 1. たくれた個性と思いやりの心をもち、ねばり強く実践しようとする心とにもとにたくましく思いやりの子育てを図る

児童の実態

めざす児童像
 ① 温かく人間性を持ちどこまでもきまぬく (積極好きな子)
 ② 思いやりと奉仕の心を持って進んでいく (お世話好きな子)
 ③ 温かく他を認め最後までがんばりぬく (誰か好きな子)

保健目標
 進んで健康づくりに取り組む子ども達の育成

重点目標
 たくましい風力・体力つくつくと安全教育の徹底

本年度の努力点
 1. わし缶平指の継続的な推進
 2. 朝のかげ足・運動体育の徹底強化
 3. 保健学習・学校活動（保健指導・給食指導）の充実
 4. 大運動会を目的とした身体教育の推進
 5. 柔軟性と体力の育成（体育祭等の活用）
 6. 交通安全指導の徹底
 7. 家庭・地域との連携づくり

教科・学級
 ・保健学習
 ・道徳教育
 ・図画理科
 ・家庭科
 ・生活の指導
 ・性教育

特別活動
 ・児童会活動
 ・学級活動
 ・学校行事

その他の活動
 ・心の学習
 ・環境学習
 ・生活学習
 ・学芸活動

家庭・地域と連携活動
 ・学校保健委員会

健康生活の定着化・実践化

イ 育友会を中心とした組織的活動

○ 学校保健委員会（すこやか育成会）

全保護者と地域の関係諸団体を加えて健康生活に関する諸問題に対する対策をたて、推進に努めている。

美食の豊富な時代、食生活の見直しも健康づくりに欠かせない要素である。その意味で夏期休業中に親子栄養教室を開催し、歯に良いおやつ・食事等の調理実習を通して改善に努めている。

育友会教養部を中心に子どもの食事やおやつを工夫しようと各家庭で工夫された健康メニューを募り、一冊の小冊子にまとめ各家庭に配布した。

アイズメシス No. 1 子供が作れる簡単アイスクリーム No. 2 牛乳がいらない子へのアイスクリーム No. 3 かばちゃのアイスクリーム No. 4 簡単なシャベレット、フローズン トマト	No.23 ちりめん入り即席ケーキ No.24 はうれん草の煮しケーキ No.25 チーズケーキ No.26 青の入りタッケー No.27 人参やバナナ入れたホットケーキ No.28 カスタードクリームの入った 旗バニ
お豆腐 No.5 5分作りオレングスカッシュ No.6 バナナジュース No.7 しそジュース No.8 6分作りカルピス 豆腐がのりやちりめんやちりめんを包む No.9 5リットルのスパック No.10 金山寺風みそ No.11 そうめんつゆ（濃縮した） No.12 かばちゃとちりめんの炒り物 No.13 ちりめん入り餅の物 No.14 ちりめん入りかばちゃの揚げ付 No.15 煮えたふりちりめん入りオムレツ No.16 丈夫したそうめんの具 豆腐がのりやちりめんやちりめんを包む No.17 カレーライス（ちりめんと大根煮を 使って）	No.29 ひき入りドーナツ No.30 豆腐の揚げだんご No.31 ごまぜんべい No.32 ひき入りせんべい No.33 おき餅 豆腐がのりやちりめんやちりめんを包む No.34 自家製つたまいも No.35 シナモンチップ No.36 大芋のい No.37 干し大根、しいたけ No.38 さげ、なすび、とうもろこし No.39 ピーナツ No.40 かきまき、いりこ 豆腐がのりやちりめんやちりめんを包む No.41 おむすびA、B、C No.42 餅肉のまぜご飯 No.43 かばちゃのポテージュ No.44 魚のカレーシチュー No.45 大豆と煮干しの味噌あけ No.46 大豆サラダ No.47 しいたけシタケ No.48 チーズパンコナー No.49 いりこシタケ No.50 人参ペースト No.51 オレンジヨーグルトゼリー

○ 親子歯科検診

歯の健康は健康生活の出発点であり、我が子の歯の状態を確認し、校医より注意事項を聞き、親子共々歯の健康に関心を持ち、家庭内での実践に結びつけている。

ア 登校時の安全指導

高学年をリーダーとした登校班で集団で登校し、校内にある交通公園で信号機のある交差点で正しい横断の仕方を反復練習し、交通安全への意識の高揚と態度の育成に努めている。

イ 朝の活動

全児童が運動場に集合し、先生方、友達と大きな声
であいさつを交わし、すがすがしい気持ちで一日のス
タートをきり、その後、校歌に合せて国旗・校旗・安

全旗を掲揚します。

その後、本校児童の弱点である柔軟性を高める本校独自の「ビックリやわらかマン運動」を行ない、同じ速さで、長距離を走る「朝のかけ足」で忍耐力、持久力を育てている。

ウ 朝の健康観察

朝の会で自分の健康状態を発表させ意識づけの場と



先生も一緒！朝のかけ足

し、併せて担任は児童の健康状態を把握している。

エ 業間の活動

業間の20分間を「屋代タイム」として、月・水・金を体力づくり、火をグリーンタイム、木を音楽集会とし、心身の調和を図り、健康への関心や態度を育てる場としている。

なお、業間活動の前に乾布摩擦、後に遠方凝視を年間通して実施している

オ 歯みがきタイム

給食後10分間、校時表に位置付けており、自分の歯並びなどの課題を持ち、それに合った歯みがきができるよう個別指導をしている。

カ 昼の休憩時間

45分確保し、ゆとりをもたせて創意工夫した遊びを奨励し、先生方と楽しく、仲よく遊んでいる。

キ 掃除

縦割りの班で上級生の指導のもとで時間いっぱい有効に使って、隅々まできれいにする習慣を養っている。

ク 下校

月～金は学級下校とし、近所の友達と仲よく、安全に下校させているが、土曜日は集団下校で、下校集会を持ち交通安全の誓いを唱和し、国旗、校旗、安全旗降納の後、交通公園での安全下校を確認してから、地区毎で下校している。

(4) 日常指導の充実・徹底

知識・理解ができて実践の伴わない健康教育は定着しない。全職員が共通理解にたち、特に次の点に指導の充実を期している。

ア 健康観察の重視と指導・助言

イ 教室経営で保健コーナーの設置と充実

ウ 健康診断、検診、測定の事前指導・事後指導の充実、徹底

エ 児童の健康ファイルの活用

オ 児童の歯みがきタイムの個人指導

カ 屋外遊びの奨励



目指せむし歯ゼロ集会

(5) 指導の自主性・創造性を生かす特別活動

ア 縦割り班を活用した行事の設定

○ 遠足・遠足・七夕集会・全校級食・校内駅伝大会・たこ上げ大会等

イ 自主性を伸ばす集会活動

○ 全校朝会・児童集会等

3. おわりに

健康教育の目標を「生涯にわたって自ら守り育てる児童の育成」に掲げ、全教職員の共通理解と保護者・地域の理解と協力のもと、ささやかな実践と取り組んでおりますが、次代を担う児童の幸せを願う気持ちは共通しており、継続を大切にしながら、本校の歴史の中に刻み込まれた、健康教育を重視する伝統を今後も守り、育てていきたいと思ひます。

1991年度健康推進学校 すこやか大賞1校・すこやか賞8校・すこやか奨励賞5校

◇ 大規模の部（18学級以上）

	学 校 名		
全国優秀校すこやか大賞	京都府京都市立	うづ太 ^{うづ} 秦 ^{まさ}	小 学 校
全国優秀校すこやか賞	山形県山形市立	みなみ南 ^{みなみ} 沼 ^{ぬま} 原 ^{はら}	小 学 校
全国優秀校すこやか賞	北海道旭川市立	かわい神 ^{かわい} 居 ^い 東 ^{ひがし}	小 学 校
全国優秀校すこやか賞	三重県四日市市立	きき笹 ^{きき} 川 ^{がわ} 西 ^{にし}	小 学 校
全国優秀校すこやか奨励賞	和歌山県和歌山市立	さい維 ^{さい} か賀 ^か	小 学 校

◇ 中規模の部（7～17学級）

全国優秀校すこやか賞	愛知県一宮市立	にし西 ^{にし} 成 ^{なり} 東 ^{ひがし}	小 学 校
全国優秀校すこやか賞	静岡県浜松市立	かわ河 ^{かわ} お輪 ^お	小 学 校
全国優秀校すこやか奨励賞	福井県福井市立	せい清 ^{せい} め明 ^{めい}	小 学 校
全国優秀校すこやか奨励賞	千葉県船橋市立	きき咲 ^{きき} が丘 ^{おか}	小 学 校

◇ 小規模の部（6学級以下）

全国優秀校すこやか賞	愛知県音羽町立	はぎ萩 ^{はぎ}	小 学 校
全国優秀校すこやか賞	山口県大島町立	や屋 ^や しろ代 ^{しろ}	小 学 校
全国優秀校すこやか賞	青森県東通村立	の野 ^の うし牛 ^{うし}	小 学 校
全国優秀校すこやか奨励賞	岐阜県谷汲村立	よこ横 ^{よこ} くら蔵 ^{くら}	小 学 校
全国優秀校すこやか奨励賞	鹿児島県川辺町立	おお大 ^{おお} まる丸 ^{まる}	小 学 校

健康教育第一一四号

平成四年四月十日

発行人集 清水常一

発行所

河合製薬株式会社学術部

東京都中野区新井二一五一八
電話東京(三三八五)三二二一(代)

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