

健康教育

- ☆ 健康でたくましい三島っ子の育成
— 世界にのびる日本の子に — 矢野耕一郎…………… 2
- ☆ 子どもとともに創る健康教育
— 「やりぬく心とからだで豊かな生活を創る千万町っ子」
の育成をめざして — 松井 正春…………… 7
- ☆ 楽しい学校給食をめざして
— 「レストランおもり」の実践 — 松本 昭一……………12

昭和62年度健康優良学校 全国特別優秀校
全国特別優秀校の表彰を受けた児童・校長・PTA会長 左から2人
ずつが三島小学校。右は千万町小学校（6年生3人は全員出席）

〈朝日新聞社提供〉

昭和62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



No103

健康でたくましい三島っ子の育成

— 世界にのびる日本の子に —



愛媛県伊予三島市立三島小学校

校長 矢野 耕一郎



1. はじめに＝かしの木とともに＝

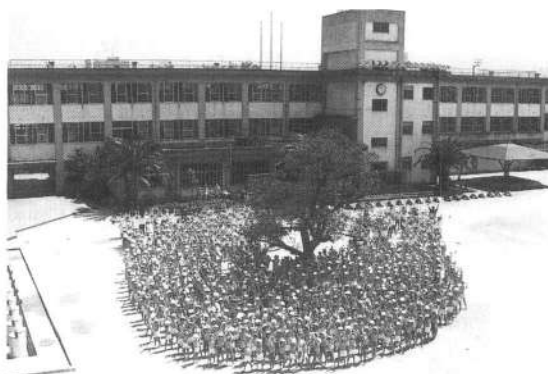
『あなたがたの学校は、教職員と地域の人々とは協力し、独自の工夫と努力で心も体も健やかな児童を育てています。とくに、教育と管理を一体化するための組織づくりとそれに基づく柔軟な健康教育の実践は他の学校の模範であります。ここにその輝かしい成果をたたえ表彰します。』これは、本校が、昭和62年度、全日本健康優良学校全国特別優秀校（大規模校）として表彰を受けた際の表彰状の内容文である。このような栄えある賞をいただき感激もひとしおである。

▲ 本校は、昭和50年度から学校経営の中核に、健康教育を据え10年余にわたって、積極的な保健指導や体力づくりに励んできた。歴代校長を中心に、教職員、児童、PTAが、地域と一致協力して多年にわたって実践に取り組んできた結果が、昭和60年度全国優秀校、更に、昭和62年度、全国特別優秀校という輝かしい栄誉をもたらしたといえる。

種をまき、水をやり、肥料を与え、花を咲かせ、実を結ばせたものは、これを継承し発展させた「継続」と「実践」のたまものである。

▲ 本校の健康教育は、無病息災から出発して、児童、

地域の実態に即し、その推進充実を図ってきたが、現在では、体を鍛え、知情意をみがき、知・徳・体の調和を図り、人間性豊かな心身ともに「健康でたくましい三島っ子の育成」—世界にのびる日本の子に—、を目指している。



かしの木をかこむたくましい三島っ子

▲ 本校の健康教育の取り組みに当って、全教職員が共通の基盤に立ち、児童一人一人の個性を伸ばし、生き生きと躍動する学校の実現を目指して校庭に大きく根を張った「かしの木」の見守る中で「自己実現、身につける教育」の二つの側面から、児童のよりよい成長を願って、多彩な教育活動を展開し教育目標の具現化に努めている。

2. 学校と地域社会の概要

▲ 伊予三島市は、四国中央部にあり、北は燧灘に臨み、南は、法皇山脈の連なる位置にある。

香川、徳島の県境の町として陸上、海上交通の便が良く、四国初の高速自動車道も貫通している。中国と四国を結ぶ瀬戸大橋が、4月に開通すると、川之江、三島インターから車で10分程で本校に到着する。(JR



三島駅下車、徒歩3分)

▲ 校区の概要 本校区は、市の総人口39,121人の約27%の人が住み、市の中心部にある商店街、住宅地である。また、日本有数の生産高を誇る製紙工業、紙加工場の事業所が存在する「紙の町」であり、保護者の職業も、紙関係に従事している者が多く、また、商業を営んでいる者も多い。人々は、新進の気鋭に富み活気に満ちている。

▲ 学校の概要

明治9年の開校から、112年目をむかえた伝統のある学校であり、教育には大変熱心である。➤

校舎は、J R三島駅に隣接、汽車や自動車の騒音を防止するためのグリーンベルトをはさんでL字型配置の鉄筋3階建てである。

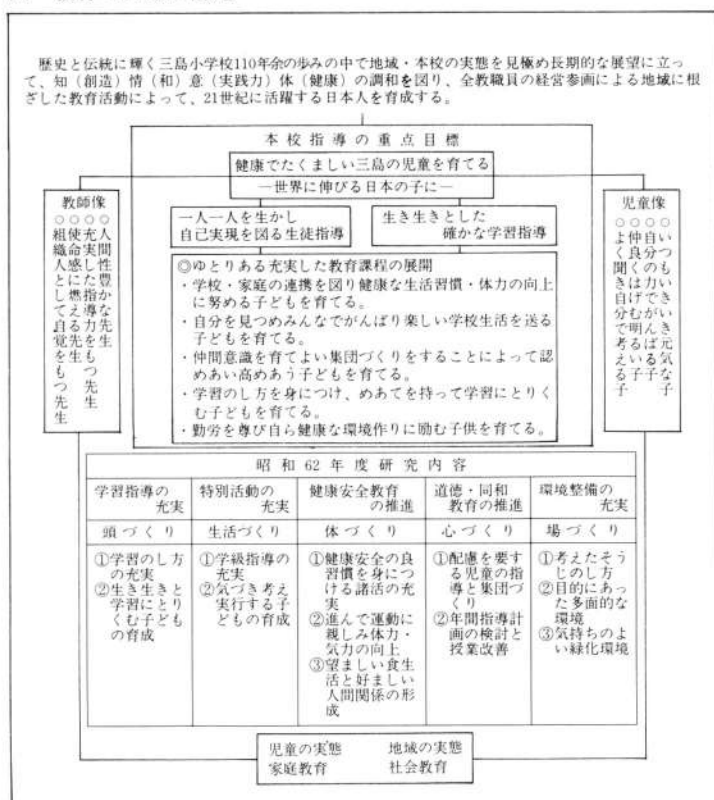
昭和52年度50米砂場の設置、56年度屋根付き土俵場、58・59年度にアスレチック遊具の完成、昭和60年度、仲よしの池、昭和61年度自転車ミニコースの完成をみて、心も体も健やかな児童の育成に役立つ数々の施設が整備された。

▲ 児童数 777 名 ▲ 教職員数 39 名 学級数 25
(特殊学級 1、情緒 2、言語 2)



3. 学校教育目標と健康教育

(1) 教育の目標と構造



自転車ミニコースは、きょうもばくたちとともに生きている

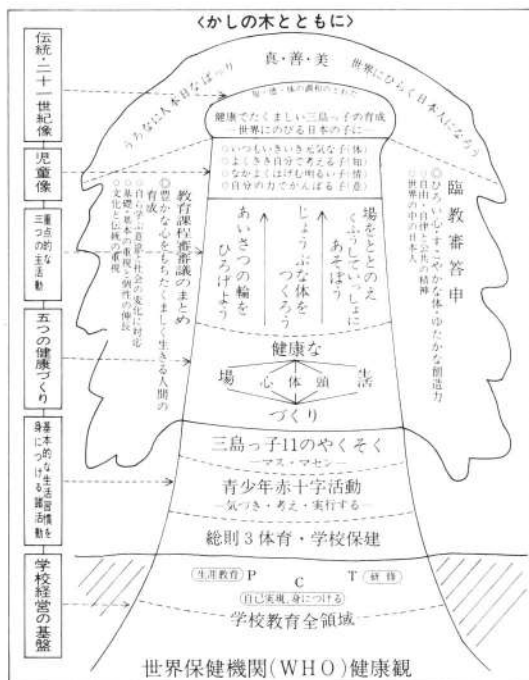


大空いっぱい躍動する三島っ子はだしはだかのサuntime

(2) 健康教育研究テーマ

「自分の力で、体をきたえ、心をみがき、みんなでがんばる能力や態度を身につけた児童の育成」(推進計画参照)

4. 健康教育の全体構造



う体育学習の充実

- 一人一人がめあてを持ち、楽しく意欲的に取り組む体力づくり、教科外体育の充実
- ア. 土と太陽に親しむサuntime活動
- イ. 自主的な体力づくり運動、親子体力づくり一万点運動
- ウ. 四国一周マラソン、早朝マラソン等の運動
- エ. アスレチック、遊具を利用した体力づくり



サuntimeの後には目の運動もしっかりやる目の体操
遠くを見て、近くを見て……また遠くを見て

5. 健康教育推進計画

その1……次頁参照(その2……略)

6. 特徴的な教育活動

- (1) 運動に親しませ楽しさを味わわせる体育的活動
(はだし、はだかの体力づくり)
- 児童の個人差と運動の特性に応じた楽しさを味わ



やる気をつける早朝マラソン



歯みがき体操もおこなう
サuntime活動には

- (2) 自らが築き、守り育てる保健安全的活動
 - ア. う歯予防活動
 - イ. 近視予防活動
 - ウ. 基本的生活習慣の定着(生活リズム)
 - エ. 性に関する指導の充実
 - オ. 保健指導の充実
 - カ. 健康相談、教育相談の充実
- (3) 健康の基盤になるための食生活をめざした学校給食の充実
 - ア. 芝生給食、こかげ給食の充実
 - イ. 学校と家庭の連携を図る親子給食
- (4) 心の健康をもとめる諸活動

健康教育研究推進計画

伊子三島市立三島小学校

本校の重点目標 健康でたくましい三島の児童を育てる。～世界に伸びる日本の子に～

地域の実態と地域の親の願い

- PTA・地域の人々は、学校に対して協力的で健康教育への関心も高く健康の保持増進に積極的である。
- 地域の連帯意識は稀薄である。
- 人間性豊かな児童の育成

本校の児童像

- いつもいきいき元気な子（体）
- よく聞き自分で考える子（知）
- 仲よくはげむ明るい子（情）
- 自分の力でがんばる子（意）

健康教育でめざすもの

1. 健康な体づくり
2. 健康な心づくり
3. 健康な頭づくり
4. 健康な生活づくり
5. 健康な環境づくり

健康教育視点
に
た
っ
て
の
研
究
テ
ー
マ

- 自分の力で体をきたえ心をみがき
みんなでがんばる能力や態度を身
につけた児童の育成

児 童 の 実 態

- 非常に明るくて活発である。
- あいさつがよくできる。
- 奉仕の精神が身についている。
- 耐性にはやや弱い面がある。
- 素直である。
- 持久力、敏しょう性にはすぐれているが筋力柔軟性瞬発力は今一歩である。
- う歯の罹患率等毎年向上しているが、しかし習慣形成はさらに定着を図る必要がある。
- 体位体格細身足長型（やや都市型）傾向にある。

進研
組
織
推
進

目
標

研
究
内
容

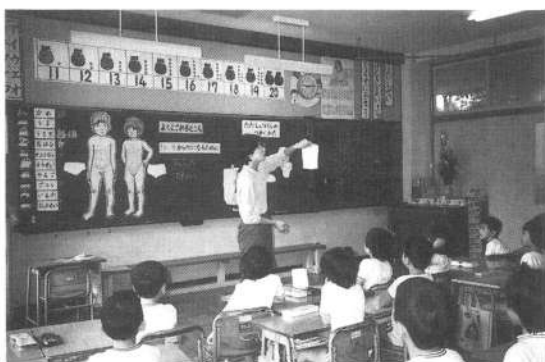
構
成
員
各
種
委
員
会

活
動
内
容
と
場

担
当

学
校
児
童
家
庭
地
域

健康安全教育指導部	特別活動指導部	道徳・同和教育指導部	学 習 指 導 部	環 境 指 導 部	PTA及び地域
体 づ く り	生 活 づ く り	心 づ く り	頭 づ く り	場 づ く り	○地域の実態と要望に即した特色ある三島の子を育てる。
○学校・家庭の連携を図り健康な生活習慣、体力の向上に努める子どもを育てる。	○自分を見つめながら楽しく学校生活を送る子どもを育てる。	○仲間意識を育てよい集団づくりをすることによって認め合い高めあう子どもを育てる。	○学習のし方を身につけめあてを持って学習にとりくむ子どもを育てる。	○勤労を尊び自ら健康な環境作りに励む子どもを育てる。	
1.保健安全の良習慣を身につける諸活動の充実（内田、宮内、細川、高橋） 2.進んで運動に親しみ体力気力の向上を図る諸活動の充実（鈴木マ、石川ユ） 3.望ましい食生活と好ましい人間関係の形成（安賀、児山）	1.学級指導の充実（山本・守谷・石井ナ） 2.気づき考え実行する子どもの育成（安藤、平岡）	1.配慮を要する児童の指導と集団づくり（石川ア、牧野、森高） 2.年間指導計画の検討と授業改善（尾崎、尾海、鷹田）	1.学習のし方の充実（石川ハ） 2.生き生きと学習にとりくむ子どもの育成（守口、高橋マ、河村） 3.授業改善と開発（石井、松本）	1.考えたそうじのし方（篠原） 2.目的にあった多目的な環境（渡辺） 3.気持ちよい緑化環境（鈴木タ）	1.地域住民の連帯によって青少年を健全に育成する。（教頭） 2.各専門部の積極的な活動（尾海） 3.健康安全会議（高橋シ）
◎高橋シ、◎内田、鈴木マ、石川ユ、安賀、細川、宮内、児山	◎安藤、◎山本、守谷、石井ナ、平岡（河村）渡辺	◎石川ア、◎尾崎、牧野、森高、鷹田、尾海	◎河村、◎石井ヒ、高橋マ、石川ハ、松本、守口	◎鈴木タ、◎篠原、鈴木ツ、渡辺、伊藤、田上	研 修 部 鈴 木 補 導 部 渡 辺 広 報 部 児 山 同 和 部 石 川 体 育 部 鈴木マ 保 健 部 高橋シ 保 健 部 尾海
保 健 安 全 給 食 体 育	放 送 青 少 年 十 字	飼 育	図 書 運 営	掲 示 緑 化 清 掃	
◎内田 細川 ◎高橋シ 宮内 ◎安賀 児山 ◎鈴木マ 石川ユ	◎守谷、山本（鈴木マ） ◎安藤、石井ナ、平岡	◎森高、牧野	◎石川ハ 守口、高橋マ ◎河村、石井ヒ、松本	◎鷹田 尾海 ◎鈴木タ 渡辺 伊藤 ◎篠原 尾崎 田上	
・総則体育の充実 ・教科体育・サンタイム ・四国一周マラソン ・アスレチック活用 ・学校給食委員会 ・登下校指導 ・避難訓練	・学級指導活動 ・代表委員会 ・委員会活動 ・クラブ活動 ・集会活動	・年間指導計画検討 ・地域の実態把握 ・授業の改善についての研修 ・同和問題に関する調査 ・児童の意識調査	・生き生きとした授業の展開 ・学習指導の改善 ・姿勢と学習のし方 ・姿勢と学習のし方 ・基礎的・基本的事項の定着	・児童作品の掲示 ・全校掲示板の充実 ・掲示委員会 ・清掃活動の充実 ・大そうじ ・清掃委員会	・地区保健委員会 ・PTA保健部 ・愛護班 ・各地区懇談会 ・スポーツ少年団 ・登下校指導
高橋シ 安賀 児山 内田 高橋シ 石川ユ 鈴木マ	山本 守谷 安藤 山本 平岡	石川ア 石川ハ 尾崎 尾海 鷹田	松本 守口 河村	篠原 鷹田 渡辺	渡辺 石川ユ 鈴木マ 高橋シ
○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○
○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○
○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○



研究にとどまらず授業実践の充実を図る性教育の授業



市内どこの学校にも見られない暗幕設備のある健康教室できょうも眼の相談にあたっている

- ア. 心身障害児の教育相談の充実
 - イ. 気づき、考え、実行する青少年赤十字活動、V S 活動の充実
 - ウ. 集会活動の充実
 - エ. 三小なかよし広場の充実
 - オ. 読書を通して、豊かな心を育てる教育の充実
- (5) 学校環境の充実



3冊のノートは教育にみがきをかける役をしている

- ア. 三小なかよし小みちふれ合いのみち
 - イ. 仲よしの池、ギャラリー室の設置
- (6) 学校家庭地域の連携を図る諸活動
- ア. 学校保健委員会
 - イ. 家族健康会議
- (7) 五つの健康づくりの特色



7. おわりに

『熱心な健康教育への取り組みが評価された三島小学校は、父母や地域の人たちと、がっちり手を携え、体力づくり、目の体操、親子歯みがきなどに力を入れている。土俵、アスレチック等の体育遊具施設も完備されている。心のやすらぎにも配慮、ギャラリーや、木に囲まれたベンチもあって、休日には近所の人たちもおとずれるなごやかな雰囲気がある。』これは、地元紙に掲載された過分の評である。

「心身ともに健やかな児童の育成」は、いつの時代にも、私たち国民すべての願いであり、責任であると思う。

本校の健康教育の草分け時代から、この道一筋に努力を傾注してきた教職員に改めて敬意を献げると同時に、この受賞を健康教育元年として、今後とも、極くあたりまえのことをあたりまえに実践し、知・徳・体の調和のとれた「健康でたくましい三島っ子の育成」に努力したい。

本年、9月22日(木)には、全国健康教育発表大会を本校で開催する予定である。

子どもとともに創る健康教育

—「やりぬく心と体で、豊かな生活を創る千万町っ子」
の育成をめざして—



愛知県額田郡額田町立千万町小学校

校長 松井 正 春

1. 学校の概要

本校は、愛知県三河山地の南に（徳川家康誕生の岡崎市の北東）位置した額田町の最北東部、標高 450 m 開校 111 年の歴史をもつ、全校児童17名のへき地完全複式の極小規模校（へき地 2 級指定）である。こうした地理的条件から本校の子どもたちは、卒業後、全員が約12km離れた中学校での寮生活を送る。

人口約 250 人、戸数84戸、杉と松の美林に囲まれた人情豊かな地域である。



全校児童17名と7名の教職員

閑静な環境にあるものの、社会事情の変化に伴い、伝統ある農林業は片手間の仕事と化し、住民の多くは通勤によるサラリーマン化した。特に、若年層の流出が目立ち、生産人口の激減をみ、典型的な過疎地となり、学校にとって有形無形の影響を及ぼしている。しかし、現代化した地域にあっても、山村特有の人間関係（人情、気風など）は、まだまだ昔のものを失っていない。



静かな環境の中の千万町小学校



間伐材を利用して特別に作ったジャングルジム 「登る」「ぶらさがる」「渡る」などいろいろな機能を備えた自慢の遊具

学校への期待は大なるものがあり、何事にも協力体制で臨む強さをもっている。

2. 学校経営の重点目標と特徴的活動

本校では、知・徳・体の調和のとれた子どもを育成する核となるものが健康教育であることをおさえている。そして、充実した健康教育を推進するために、学校的全組織をあげ研究と実践をつみあげている。

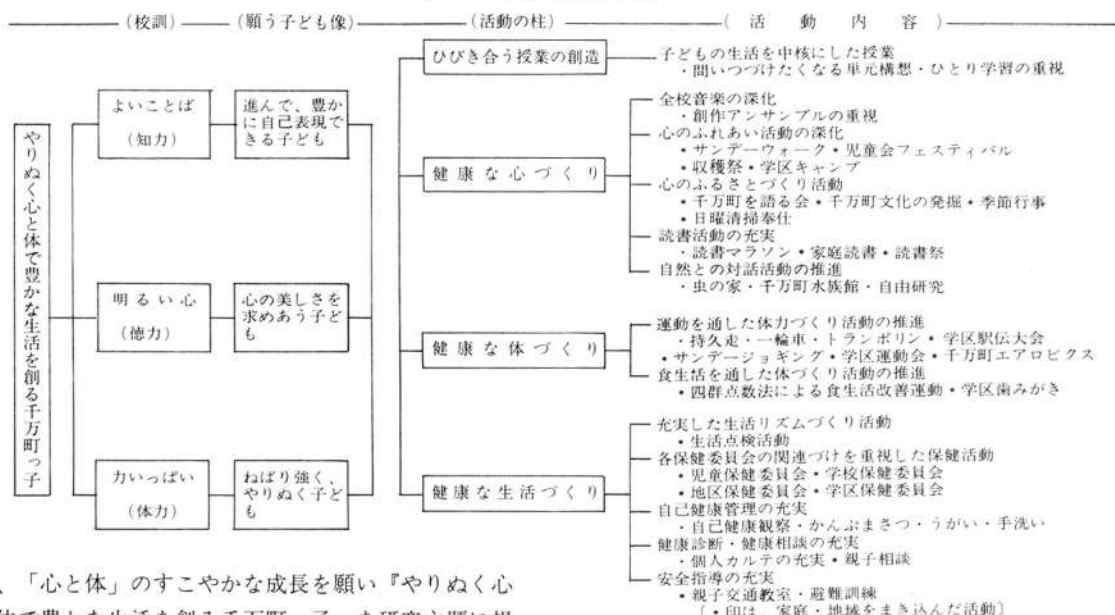
健康教育は、学校における全ての教育活動だけでなく家庭・地域における教育の場をも通して、意欲的に継続して実践することが重要になる。そこで、本校で

学校の組織

①職員	校長—1	②児童
	教頭—1	
	教諭—3	
	養教—1	
	主事—1	

学年	男	女	計	学級
1	1	1	2	1
2	2	1	3	
3	3	1	4	1
4	2	1	3	
5	1	1	2	1
6	1	2	3	
計	10	7	17	3

研究構想



は、「心と体」のすこやかな成長を願い『やりぬく心と体で豊かな生活を創る千万町っ子』を研究主題に掲げて実践してきた。その願いを具現化を図るために、次の4つの重点目標と、目標達成のための活動内容を述べる。

- ① ひびき合う授業の創造
- ② 豊かな心づくり
- ③ 健康で安全な生活づくり
- ④ たくましい体づくり

以上の4つの活動内容は

- 1) 子どもの強さと豊かさをひきだす

ひびき合う授業

子どもたちが心身ともに健康な学校生活を送るためには、毎日の生活を楽しむことが大切になる。そのためには、学校生活の大半を占める学習指導の場において「やっぱり!」「大発見だ!」という満足感、成就感を味わわせるとともに、子ども一人ひとりに存在感を味わわせることが必要になる。

本校では、算数以外、複式学習課程のA・B案をもとに授業実践している。学習指導の場でわかる喜び、学ぶ楽しさを味わわせ、意欲をもって主体的に取り組



ひびき合う授業風景—5年2名、6年3名の5、6年学級

む態度を育成する。そして、こうした課程を通して、お互いにゆきふりあい追求をふかめていだけでなく、仲間の追求のすごさに気づき、自己の追求内容や姿勢はもちろん、自己の生活までも見直していく動きまで高めていく授業、すなわち、ひびき合う授業の創造に意を払ってきた。

- 2) 豊かな心づくり

全校音楽（1年生から6年生全員の器楽演奏）

本校では、昭和39年度より「全校の子どもたちが一つの目標にむかって力をあわせ、みんなでより高い価値の創造をめざす全校音楽～この営みを通して、へき地小規模校の子どもたちが自らを克服しながら、たくましく自己変革することができる～」という願いのもとに、全校音楽を教育経営の中核にすえて実践してきた。それは、本校の願う子ども像である「進んで豊かに自己表現できる子ども」「心の美しさを求め合う子ども」「ねばり強くやりぬく子ども」を具現するために、生きてはたらくと考えたからである。24年間の歩みのなかで営々と築かれてきた全校音楽は、「心のハーモニーが素晴らしい」「音楽教育の原点をみる想いがする」という評価を得るまでになり、昭和62年度は



24年の伝統に輝く全校音楽

中部決勝大会（中部6県）では最優秀賞を獲得し全国大会出場が予定されている。まさに、全校音楽は、子どもたち自身の「生きた証」であり、かけがえのない本校の教育的所産である。

3) 健康な生活づくり

ア 「生活リズムをしっかりと、毎日、休まず登校しよう」の活動

子どもたちは、充実した生活を創りあげようと、具体的データをもとに刺激し合い、自己に厳しい「生活点検活動」を実施してきた。

このことが、「欠席0運動」に発展し、昭和61年度は、欠席のべ総日数6日、しかも、全校児童19名のうち、16名が皆出席という成果を挙げ、昭和62年度は12月24日現在で無欠席記録182日で（欠席1日）記録を更新し続けている。

＝ 欠席者数・皆勤者数の変化 ＝

年 度	55	56	57	58	59	60	61	62
児 童 数	21	22	20	20	19	20	19	17
欠席者数	136	131	54	54	86	34	6	*1
皆勤者数	2	2	5	6	1	6	16	*16

*62年12月24日現在

イ 望ましい食習慣の育成

四群点数法を使って食習慣の見直しと改善をめざし、

栄養バランスを考えた食事指導に取り組んでいる。

・ 全校会食 本校は全てのきゅうしょくを全校会食で行っている。会食を通して、親睦と暖かい人間関係の育成をめざしている。小規模校の欠点を逆手にとった利点であろう。

・ 青空会食 毎週木曜日は野鳥のさえずりや小川のせせらぎを耳にしながら青空会食をする。

・ 誕生会会食 小規模、少人数の特性を生かした、生まれた日の誕生会会食の実施。

・ 入学歓迎会食 新入生が期待と不安に胸をとき

最近10年間の研究活動・表彰の概略

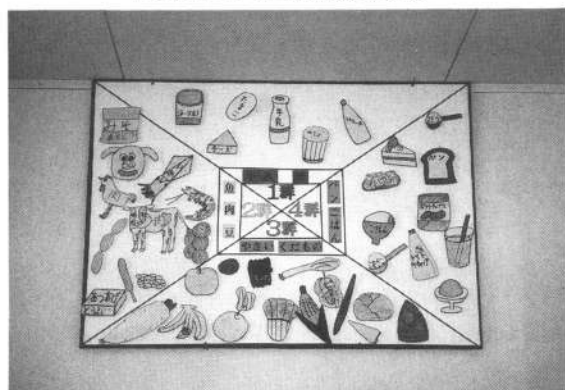
昭和53年	県音楽教育研究大会会場として研究発表・演奏発表 教育論文応募「へき地小規模校の特性を生かした音楽指導」（入選・発表） CBC子ども音楽コンクール地区大会出場「アメリカンパトロール」（優秀賞）
昭和54年	全国へき地教育研究大会愛知大会会場校として研究発表・演奏発表 教育論文応募「地域にねざしたやりぬく心育てる学校経営」（入選） CBC子ども音楽コンクール地区大会出場「荒城の月幻想曲」（優秀賞）
昭和55年	全国へき地教育研究大会北海道大会で研究発表「複式学級における音楽指導のあり方」 東部へき地教育指導者講習会で提案「地域にねざしたやりぬく心育てる学校経営」 CBC子ども音楽コンクール地区大会出場「ボギー大佐」（優秀賞）
昭和56年	教育論文応募「地域にねざしたやりぬく心育てる学校経営」 CBC子ども音楽コンクール地区大会出場「ハンガリア舞曲」（優秀賞）
昭和57年	全日本音楽研究大会愛知大会で研究発表・演奏発表 教育論文応募「地域にねざしたやりぬく心育てる学校経営」（入選・発表） CBC子ども音楽コンクール地区大会出場「美中の美」（優秀賞）
昭和58年	教育論文応募「地域にねざしたやりぬく心育てる学校経営」（佳作） CBC子ども音楽コンクール地区大会出場「行進曲カビタン」（最優秀賞） CBC子ども音楽コンクール中部決勝大会出場（奨励賞）
昭和59年	「子どもとともに創る健康教育」（小規模校の部で県選抜校） 教育論文応募「子どもとともに創る健康教育」（入選・発表） CBC子ども音楽コンクール地区大会出場「ラデッキー行進曲」（優秀賞）
昭和60年	「子どもとともに創る健康教育」（小規模校の部で県優秀校） 教育論文応募「子どもとともに創る健康教育」（入選） CBC子ども音楽コンクール地区大会出場「ウィーンはいつもウィーン」（優秀校）
昭和61年	「子どもとともに創る健康教育」（小規模校の部で県特別優秀校） 教育論文応募「子どもとともに創る健康教育」（入選・発表） CBC子ども音楽コンクール地区大会出場「ワシントンポスト」（優秀賞）
昭和62年	「子どもとともに創る健康教育」（小規模校の部で全国特別優秀校） CBC子ども音楽コンクール地区大会出場「アメリカンパトロール」（最優秀賞） CBC子ども音楽コンクール中部（中部6県）決勝大会出場（62.12.20）最優秀賞。全国大会へ出場予定（63.2）



1月12日現在欠席1日のみ



給食時に使う四群点数揭示板



バランスのとれた食事をするための栄養の
4群点数パネル

めかせながら登校したその日に全児童、全職員、保護者との会食。

- ・ 親子会食 学期末の保護者会等に行う。
- ・ 季節会食 地域の食材料をいかす。

マツタケ会食、アユ会食、タケノコ会食、ワラビ会食等

ウ 各保健委員会の保健活動



特製白木のテーブルで青空会食

- ・ 児童保健委員会、学校保健委員会、地区保健委員会、学区保健委員会

各保健委員会は代表者によるものではなく、全員参加の委員会である。

エ かんふまさつ 年間として朝のマラソン後に行う。

オ 食後の歯磨き 3・3・3の歯みがき運動（個に応じた歯みがき指導——個人カルテ）

よい歯のコンクール、親子歯みがきカレンダー、学区歯みがき運動の推進、歯みがき看板

カ 健康相談、個別の健康相談

個人カルテを中核とした健康相談

4) たくましい体づくり

ア 自己に挑戦する心と体をつくる持久走「日替りマラソン」の実施

- ・ せせらぎコース——乙川にそった2km
- ・ こもれびコース——急坂1.5kmの林道
- ・ やまびこコース——だらだら坂1.8km

これらのコースを能力に応じて時差スタートで毎朝実施。



3・3・3の歯みがき運動

イ 全校児童が乗れる一輪車

子どもたちは一輪車を手にした時から進級表の内容にそって練習を始め、例年6月には1年生をふくめ、全員が思いどおりに乗りこなせる。

ウ 楽しさいっぱいのトランポリン

「めざせ前方宙返り」

を合言葉に、ステップ表に従ってがんばっている。1年生も3学期には前方宙返りができるようになる。



トランポリンで前方宙返りをする児童(4年)



自己に挑戦する持久走



さわやかサンデージョギング



全員で一輪車パレード

エ 創作エアロビック体操

軽快な音楽に合わせ、楽しみながら心肺機能を向上させる運動として実施している。これは、保護者からの要望があり、カセットテープを実家庭に配付した。

また、ストレッチングを取り入れた創作千万町体操も実施している。



創作千万町エアロビクス



学区駅伝大会

おわりに

中央審査員武田真太郎先生評(和歌山県立医大教授) 愛知県の千万町小学校はみんなそろって器楽合奏をしていたが、合奏はいわば全員の心合わせだ。自然環境も緑に恵まれ、「せせらぎコース」などさまざまなマラソンコースを走る子どもの姿に「教育」の原点を見る思いがした。小規模校ならではの利点がいかにされ、地域とともに実践している。

たいへん身にあまご講評をうけ恐縮しています。わたしどもは、これからも子どもを核にした健康づくりの輪を広げ、地域に根づいたものにしていきたいと考えています。

楽しい学校給食をめざして

—「レストランおおもり」の実践—



北海道函館市立大森小学校

校長 松本 昭一

1. 学校の概要

本校は昭和12年の開校で、ことし50周年を迎えた学校である。

通学区内に、市役所・函館駅・金融機関・デパート・専門店・映画館・飲食店等があり、函館市の都心に位置している。

昭和31年、32年には児童数が2,000名をこえて42学級、33年には2,223名のピークとなる。その後はいわゆるドーナツ現象で減少が続いている。現在は、418名、13学級、ほかに言語障害児54名、6学級を併設した中規模校である。

これまで、教育実践面では国語・音楽・図工の各教科、並びに道徳教育・言語障害児教育・放送教育・学校保健・学校給食等の領域・分野に打ち込んだ経過がある。

児童は、知能・学力の面では中及び中の上が約60%を占めている。運動能力はやや劣っている。性格、行動面では明るく開放的であるが、実践力、忍耐力が乏しい。

学校としては、「明るくたくましい子（体・情・意）、よく考えくふうする子（知）、なかよくたすけ合う子（徳・情）」を教育目標にすえ、「よく考えすすんでやりぬく子」を本年度重点教育目標として、経営方針、経営・指導の重点、実践事項を具体化し教育活動を進めている。

2. 給食部の経営

(1) 目標

「楽しい食事をするために、協力しあい、栄養や食



「レストランおおもり」での5年2組の給食

事のしかたもよく考える大森の子」を育てる指導の充実。

(2) 経営の要点

共通理解に基づく給食指導の改善充実

給食だより、試食会などによる父母への啓もう活動の充実

(3) 活動内容

① 正しい食事のありかたの習慣化

正しい食事

楽しい食事

給食時の清潔と環境整備

「レストランおおもり」の活用

② 清潔で安全な運搬と返還の指導

③ 栄養のとりかたや食事について正しく理解するための資料の活用

(4) 年間指導計画（略）

月別に指導内容及び実践事項掲載

(5) 児童会給食委員会の活動

好ききらいをなくすための働きかけ
運搬や後片付けの世話
給食時間の放送
掲示による広報

(6) 学級備品の管理、人数変更等

3. 「レストランおおもり」について

(1) 開設の発端

清潔な環境で給食を食べさせたい。子ども同士、あるいは先生と子どもが楽しく語り合う中で食べさせてやりたい。学習の場と食事の場を変えることでけじめを意識させたい。空き教室を有効に活用したいなど、日ごろからいろいろな思いを抱いていた。

昨年の12月、冬休みに入る直前、レストラン開設について、給食部・教務部の先生方に話しかけ、その後の職員会議で周知を図った。事務・栄養・用務・調理にたずさわっている職員の理解も得た。

部屋には、それまで第二展示室として年間に数回、児童の作品展示に使用していた空き教室を当てることとし、冬休み中に整備を行って、3学期から使用を開始することとした。校舎のほぼ中央に位置しており、窓外に津軽海峡が見える好適のところである。

名称については、社会の風潮がすべて高級志向になっていることや、食堂と料理店、ランチルームとレストランのそれぞれのことばの響き、連想される雰囲気等から考えて「レストランおおもり」とした。

(2) 「レストランおおもり」の整備

整備にあたって、学級単位で使用することを基にすること。学校配当予算に頼ることなく、児童減に伴う余剰の備品や物品を活用すること。他に必要なものは学校職員や子どもが手作りすることを心がけた。

① 備品

ア 配ぜん台 1

2人用児童机を2つ合わせて天ばんにベニア張り、柄物ビニルカバー

金属パイプを利用してふきん掛、ぞうきん掛取り付け

同じ方法でビニル製ふきん洗いおけとぞうきんばけつを置く棚取り付け

イ テーブル 5

同一規格の児童用机8を組み合わせで1卓とし、計5テーブル用意

ほかに児童用机2を予備として配置

ウ テーブルクロス

白布 5

ダイヤ形色布 5

ローズ、ピンク、ブルー、薄黄、茶

ビニルカバー 5

エ いす

テーブルの児童用机の規格に合わせて40

ほかに予備2を配置

白布を使って背もたれをおおうカバーを製作40

座る部分は各テーブルの色布に合わせ、ローズ、ピンク、ブルー、薄黄、茶のペイント塗装

オ 照明

蛍光灯2灯用6基

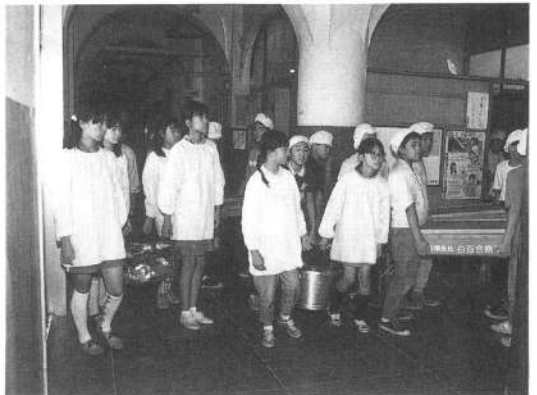
カ その他

温度計

ふきん、ぞうきん

ビニル製洗いおけ、ばけつ

暖房用石炭ストーブ一式



調理室から「レストランおおもり」、各教室への運搬

② 装飾

ア 「レストランおおもり」標示

イ 窓用カーテン

ウ 黒板用柄物カーテン（アップリケ）

エ 壁掛時計

オ カレンダー

カ 天じょう装飾用5色紙テープ

キ 書・画・写真

ク 花（生花・鉢植え）

ケ 飾り小物

コ ビニル製ストロー入れ

※ 飾り小物について

テーブルごとに季節や社会的行事等を考慮しながら配置する。

アヒル、流しびな、こいのぼり、とうもろこし人形、フェルト人形、ピエロ、回転ピエロ

部屋用として博多人形、フランス人形、民芸コケシ、民芸こまなどを配置する。

③ 掲示

ア 常掲パネル

「学校給食のめあて」

「食生活のチェックポイント」

「ビタミンについて」

「毎日食べている食品にはこれ位の塩分が含まれています」

イ 固定掲示板

(校務分掌給食部プリント)

「給食のきまり」「清潔な手」

「よい食べかた」

「美しいはしの持ちかた」

「野菜やくだものななかま」

「赤黄緑の食品を組み合わせ食べてみましょう」

「いろいろなものはたらきを知ろう」「9月の目標」

「学年学級使用割当、職員割当」

ウ 背面掲示板

(児童会給食委員会ポスター等)

「おもに熱や力のもとになるもの」

「おもに血や肉となるもの」

「おもにからだの調子をよくするもの」

「食中毒をおこしやすいもの」

「給食のおばさんに感謝しながら食べよう」

「好ききらいをしないで残さず食べよう」

「きょうの給食こんだて」

「9月分給食献立表」

エ その他

「函館市学校給食展ポスター」

「学校給食のあゆみと給食週間」

「ここは大森小レストラン」新聞記事

(3) 利用の方法

6年から順次各学級が1日交替で使う。

目的外使用はしない。

必要に応じてふきん、ぞうきんを使用するが、ほうきは使わない。毎週土曜日、電気掃除機を使って床清掃を行う。

担任のほか、校長・教頭・教科担任教諭・言語障害児学級担当教諭・養護教諭・事務職員・栄養職員・用務員・調理員の学校職員全員が毎日交代して参加する。

(4) 児童の反応(作文から)

① 喜びの声

ほこりやごみがなくてきれいだ。

カーテンやテーブルクロス、花や置き物など飾りつけが美しい。

たくさんの先生方、事務のお姉さん、用務のおじさん、給食のおばさんと一緒に食べることができて、いろんな話が聞ける。

グループでおしゃべりしながら食べることができて楽しい。ふだん話ができない人とも話ができる。

残さず食べてしまう。足りない位だ。

掲示物が勉強になる。

名まえがいい。どこの学校にもない。ユニークだ。宝だ。



白布と色布をかけ花の鉢と飾りを置いたワンテーブル

② 要望の声

レストランを増やしてほしい。広い部屋にして学年全員が入れるようにしてほしい。

床をなおしてほしい。

レストランだけで音楽が聞けるようにしてほしい。

飾りや作品を増やしてほしい。

(5) 学校職員の反応(日常の対話から)

レストランを使うようになってから給食の残量が減った。

食事のマナーのしつけができる。

子ども同士、教師と子どもの対話がはずむ。

調理について、子どもの声を直接聞くことができる。(調理員)

(6) レストラン開設の成果と課題

① 成果として確認された点

子ども同士、教師や他の職員と子どもの間に対話が広まり、交流が深まったり新しい関係ができつつある。

給食の食べ残しが少なくなり、毎日の残量が確実に減っている。

食事の態度をしつける機会になっている。

掲示物が給食や栄養についての知識を広め、理解させることに役立っている。

能率的に、安全に、衛生的に給食を行うことができる。

児童会給食委員会の活動場面になっている。

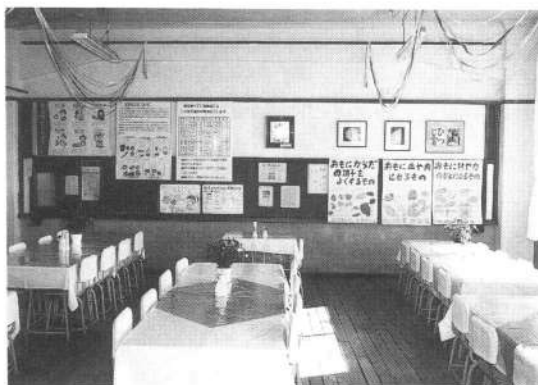
子どもたちが学校へ来る楽しみが増えた。校内生活の憩いの場になっている。

以上のことは当初から予想されたことであるが、ほかにも次のような利点を確認している。

レストランの雰囲気が、美的感覚や情操陶育に役立っている。

飾り小物を製作したり、花を生けたりすることで、学校職員が趣味や特技を発揮する場になっている。

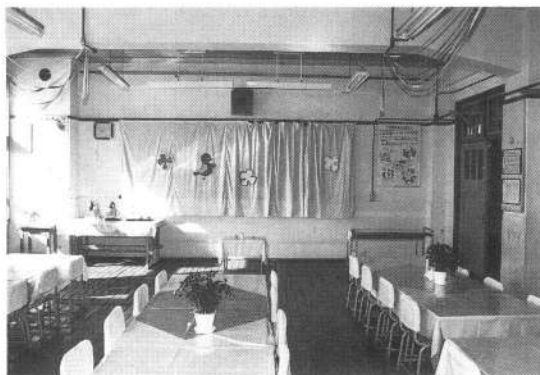
給食の調理員が子どもと一緒に食事することから、調理について子どもたちの声を直接聞けるようになり、大きな励みになっている。



「レストランおおもり」前方から後方をみたところ

② 今後の課題

食事本来の楽しさを増大させ、好ましい人間関係



「レストランおおもり」後方から前方をみたところ

を育てていく場として、床にはカーペットを敷くこと、ステレオを置くこと、花や飾りを増やすこと、石炭ストーブを石油ストーブに交換することなど手だてしていきたい。

あわせて、食事のマナーについて、きちんと身につけさせるよう指導していかなければならないと考えている。

4. 終わりに

レストランをオープンした時、子どもたちはあっと驚いた。毎日古い校舎で生活している子どもたち、自分たちの学校にもこんなにきれいなところがあったのかと、改めて目を見張ったようである。

学校中がいつも清潔で美しいことにこしたことはないが、それはたいへん難しい。それなら、どこか1か所でもいい、楽しい、気持の和らぐ憩いの場があっていいと思う。

学校給食は教育の一部ではあるが、今後とも全職員の知恵と力を集めて、日本一の「レストランおおもり」をめざしていきたいと思っている。

昭和62年度 全日本健康優良学校

大規模の部（19学級以上）

全国特別優秀校	愛媛県伊予三島市立三島小学校
全国優秀校	山口県光市立室積小学校
全国優秀校	富山県射水郡小杉町立中太閤山小学校
全国優秀校	栃木県大田原市立西原小学校
全国優秀校	岡山県倉敷市立茶屋町小学校

中規模の部（7～18学級） 全国特別優秀校は該当なし

全国優秀校	愛媛県伊予三島市立豊岡小学校
全国優秀校	栃木県安蘇郡葛生町立常盤小学校
全国優秀校	山口県下松市立久保小学校
全国優秀校	新潟県上越市立戸野目小学校
全国優秀校	北海道瀬棚郡今金町立今金小学校

小規模の部（6学級以下）

全国特別優秀校	愛知県額田郡額田町立千万町小学校
全国優秀校	静岡県浜松市立滝沢小学校
全国優秀校	岐阜県大野郡白川村立白川小学校
全国優秀校	青森県十和田市立伝法寺小学校
全国優秀校	熊本県阿蘇郡久木野村立久木野小学校

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