

健康教育

- ☆ 明るく 活気に満ちた楽しい学校
— 自分の力を せいっぱい出せる子 — 小杉 肇……………2
- ☆ 生き生きとした石相っ子
— たくましいからだ 豊かな心
強い意志をもつ子どもの育成 — 井原 仁……………7
- ☆ 人間性豊かな「たくましい津具っ子」の育成
— 子ども一人一人が生涯にわたって
健康に対する自己教育力を
身につける指導をめざして— 八杉健二……………12

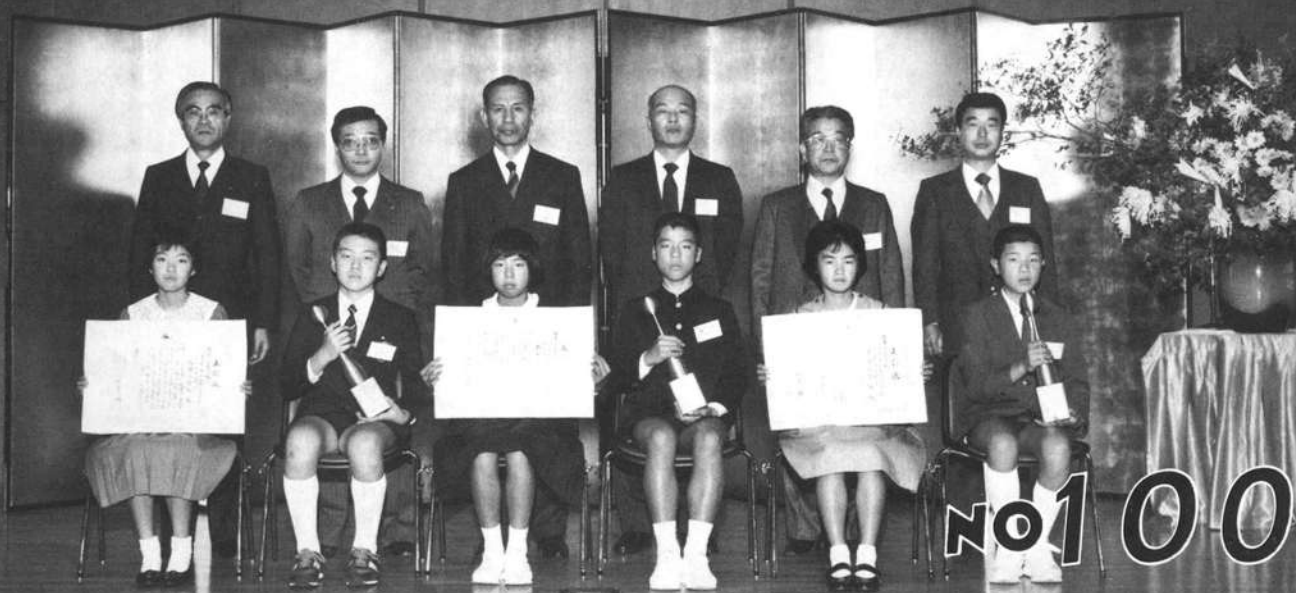
昭和61年度健康優良学校 全国特別優秀校

〈朝日新聞社提供〉

昭和61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



明るく 活気に満ちた楽しい学校



—自分の力を せいいっぱい出せる子—

青森県西津軽郡木造町立向陽小学校

校長 小 杉 肇



空から見た本校の学区

はじめに

本校の健康教育は、「いのちの尊さ」を根幹に「心」と「体」の健康増進をめざしている。たくましく生きる力を育てるために、子どもを取りまく条件を五領域に分け、「五つの健康づくり」を推し進めてきた。学力（アタマ）、気力（ココロ）、体力（カラダ）、生活（クラシ）、環境（マワリ）づくりを軸とした教育活動の推進である。

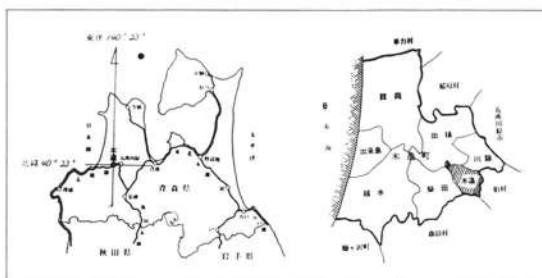
この健康観に立ってどの領域でも、子ども自らが考え、計画し、実践、反省する過程を大事に自主的、主体的な学習態度の育成を基本にすえた、子どもが躍動する学校生活を目指す。

どの子も目を輝かせて集中してくるような授業づくりを柱に、自主マラソンや太陽を浴びて仲よく遊ぶ青空タイム、640名で演技する全校表現、全校音楽集会、父母や地域の人たちと生活や環境を共に考える向陽健康会議、自由研究の発表会など、活気のある楽しい学

校を創り上げようと努力している。学校行事も、校風創造という立場から常に反省を加え、創意工夫をしてきたつもりである。

1. 学校の概要

木造町は、青森県の西北部に位置し、七里長浜を有する日本海に面し、周囲には田園が広がっている。当学区は、木造町の南東にあり、商店街を形成しており、町の中心部にあたる。面積は町全体の3.8%にすぎないが人口は30%にも及ぶ。



本校は、町の中心街より東方約500m程離れたところに位置し中学校、高等学校と隣り合わせの学園区にある。町内16小学校のうち唯一の大規模校である。昭和57年に特殊教育センターの役割として、「ことば」「きこえ」「こころ」の3教室が新設されたが、教室不足のため「ことば」と「きこえ」の教室は約150m程離れた町教育委員会に隣接して設置されている。

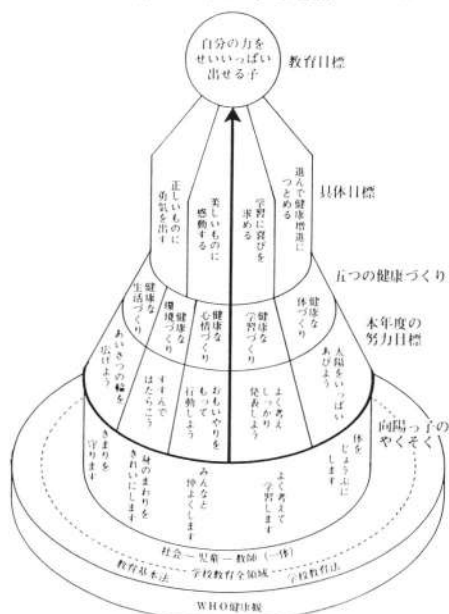
本校の健康教育は、昭和54年から子どもの側に立った授業づくりと全校表現集会を創り上げることを積極的にすすめ、「心身の充実した子どもの育成」をめざしてきたことに始まり、昭和59年県健康優良学校最優秀校、よい歯の学校賞、昭和60年全日本健康優良学校

県代表校、緑化推進コンクール入賞等するに至った。

2. 教育目標と全体構造

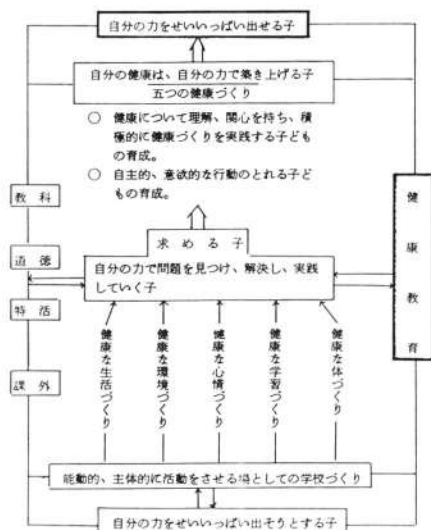
知育、徳育、体育の調和のとれた子どもの育成がねらいであり、教育目標具現化のために理解しやすいように、子ども像として構造的に表示している。

心身の調和のとれた子ども像(知・徳・体)



五つの健康づくりを基盤とした健康教育を全教育活動に位置づけ、教育目標「自分の力をせいっぱい出せる子」にせまる。

本校教育のねらい

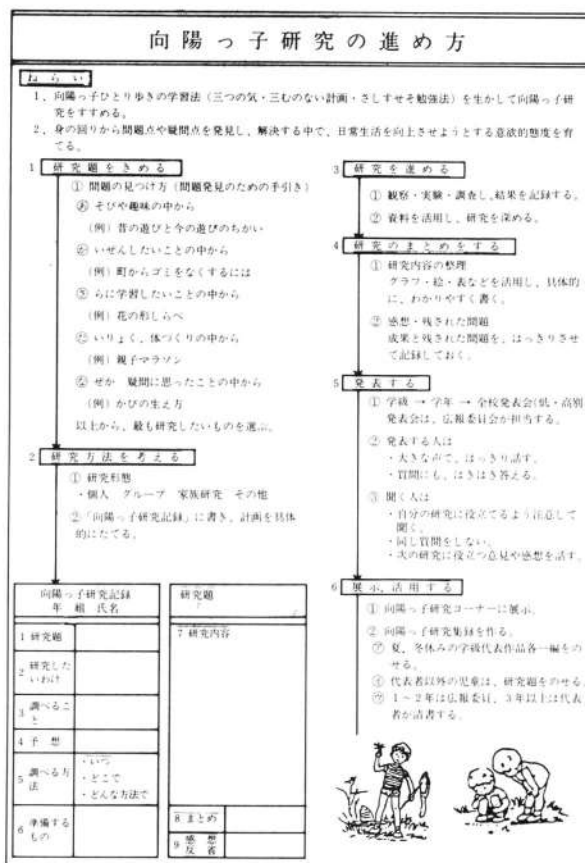


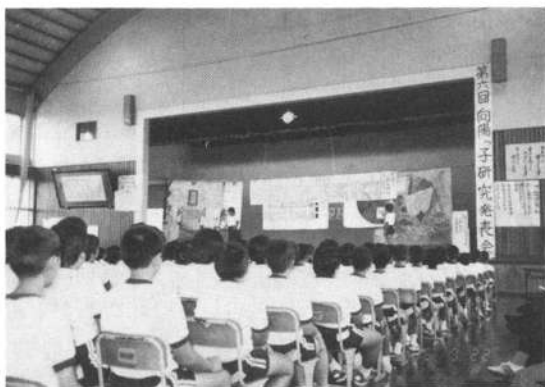
3. 五つの健康づくり

(1) 授業の充実——健康な学習づくり

一人ひとりの子どもが学習課題にむかって創意工夫しながら意欲的に取り組む「生き生き学習」をめざして実践している。教師が主導になり知識や技能を教え込むのではなく、子ども自らが求め、学び合う学習である。そのために、一人ひとりの子どもに「向陽っ子ひとり歩きの学習法」を身につけ、ひとり学習ができるようにすると共に、学習内容の定着、基礎的訓練「はっきり返事」に力を入れた「健康な学習」づくりをしている。

向陽っ子ひとり歩きの学習法		
・三つの気	・でとに学習	・さしすせそ勉強法
1. やる気	1. ひとりで	③ がす……………(問題発見)
2. はん気	2. みんなと	④ らべる
3. こん気	3. 先生といっしょに	⑤ し道をたてて考える (問題解決)
「やる気」を出し「はん気」になって「こん気」でよく取り組む	ひとり学習をもとに、ひとり・むら・むたのない計画で、生き生きと学習する	⑥ いりして確かめる
		⑦ うかどうかなめず……(実践・応用)





自分の手や足で調べた「向陽っ子研究発表会」



読書を通して学ぶ「みんなで読もう会」
(読書感想文発表会)

(2) 道徳教育の充実——健康な心情づくり

一人ひとりの子どもに「人間尊重の精神」を身につけさせ、それを生涯に亘って生かす人間を育成するため、その基盤としての道徳性を教育活動全体の中で養うことを目標としている。

本校では、学年、学級の枠をはずした全校児童を24の縦割班に編成し「仲よし班」と名づけて清掃、集団

遊び、製作活動を主体的に行わせている。また、いつも歌声があふれている学校であるように、教師、児童の大合唱が計画、実施されている。更に「一人一鉢」「障害児との交流会」を通して生命尊重、思いやり、友情、信頼関係が育つようにしている。

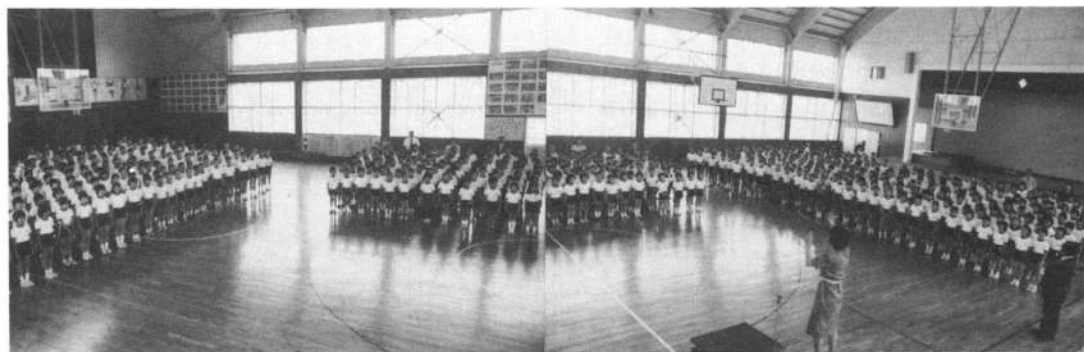


心がふれあう「仲よしタイム」(全校たてわり班)

(3) みがき合う体育、保健——健康な体づくり

一人ひとりの子どもが生涯に亘って、心身の健康、安全の保持増進と体力の向上に努め、豊かな生活を営む能力や態度を育成するために次のことを指導の重点としている。

- 「自己の課題の認識」→「動きの質を高める」→「動きの高まり(体力)を生活化」の課程による課題解決学習をすることによって自己学習力を高める。
- 「太陽をいっぱいあびよう」を努力目標として、子ども達の自発性や自主性を重視し、運動は楽しいものだ、ということを実感させていく。
- 全校表現を意欲的、創造的に進めることによって学級や学年ではできない、共通の目標を追求させる過程の中で体力を高め、人間性を豊かにしていく。



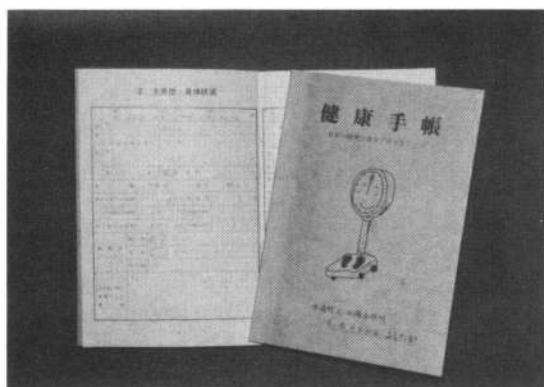
さわやかな歌声がひびき合う「歌の広場」(全校音楽集会)

昭和54年度	津軽の子	吹雪に負けない向陽っ子
55	太 鼓	元気あふれる向陽っ子
56 58	岩 木 山	岩木山のような、やさしいたくましい向陽っ子
59 61	ピーターパン	強くて優しい勇気あるピーターパンのような向陽っ子



夢の世界を創作した全校表現「ピーターパン」

- 「自分の健康は自分で守る」ために、自分の出生から病歴、成長状態を高校まで記録していける「健康手帳」を活用していくことによって健康に対する意識を高めていく。



自分の健康は自分の手で
健康の歴史を綴る「健康手帳」

(4) 基本的生活習慣の確立——健康な生活づくり

一人ひとりの望ましい成長発達を図り、集団生活に対応できる子どもを育成するために生活リズムの確立に努めている。その第一に「あいさつ」を取り上げ「あいさつの輪を広げよう」をテーマに学校、地域が一体となって進めている。第二に自分の生活を見直し、向上させるために「向陽っ子のやくそく」をつくり、全

目録	行 動 す る こ と が ら	
学校 まで	・家族みんなで「おはようございます」。排 他 ・朝食は、ゆっくりしつかりと 食後のほみがき ・右側を歩き横断はなしかめて ・先生、友達、近所の人達と元気にあいさつ	交通少年団 ・ 安全協会 「あいさつ道路」
始業 まで	・廊下で健康観察板に色板で自分の健康をはっきりあら わす ・教室、廊下のカーテンや窓の開閉 ・おはようマラソン ・学習準備 各係や各委員会としての仕事を	向陽小学校健康観察板 向陽小児童運営委員会・運動委員会 児童保健委員会「健康観察表」
朝の 会	・学年の歌 朝のスピーチ ・係が学級の健康状況の確認 目直からの連絡	保健指導（ショート）
学 習	・はっきり返事 はきはき学習 学習中の姿勢 ・採光 通風に注意	「向陽小目の位置メジャー」
時休 間	・廊下は右側を歩く トイレにいき、きれいに手を洗う ・つぎの学習の準備	
夕育 いん 空	・学年の枠をはした元気な遊び 用具の後始末 ・運動後の汗のしまつ 手洗いはしっかりと	業間 20分
給 食	・窓を開け グループづくりをする ・右けんて手を洗う 清潔な服装で能率よく配ぜん ・放送を聞いて楽しい雰囲気 ・全校一斉に食後のほみがき	おはし給食 にはし給食 一斉はみがき
清 掃	・窓を開ける 仲良し班で仕事を分担 四ない清掃 ・後始末、手洗いはしっかりと	仲良し班清掃(1ー6年たて割り班) 言わない・走らない・しゃがまない ・飛ばない
の帰 り	・今日の歌 各係や先生からの連絡 緑りのスピーチ ・整理整頓をし、窓や、カーテンをしめる	安全指導（ショート）
放 課 後	・各係や各委員会の仕事を ・部活動をする 用具の後始末 汗のしまつはきちんと	向陽小児童会
下 校	・健康観察板の色板を「帰」にする ・安全に注意して帰宅する	向陽小健康観察板
就 寝 まで	・「ただいま」ははっきり大きな声で ・一人勉強 ・食事は、家族そろってなごやかに ・家族そろって食後のほみがき (カード記入) ・「おやすみなさい」	全校自主学習 向陽小家族はみがきカード



一日は 心さわやか「おはよう」から

教育活動に亘って実行できるように努めている。

(5) 潤いのある環境——健康な環境づくり

子どもの心をゆり動かし、やる気を起こさせ、学校生活をより豊かなものにするため、次の3点を中心的な考えにすえて、手づくりによる「健康づくりに役立つ環境」をめざして取り組んでいる。

- 教師と児童が創意工夫して、共働きによる体験を通してより健康的な環境づくりをする。
- 父母や地域の理解と協力のもとに、快適な学習環境や体力づくりなど、児童が活動しやすく豊かな人間



ワクワクしながら登校する環境づくりを自分たちで



冬はスキーの季節 自分たちのスキーを廊下に整とん

づくりに役立つ環境づくりをする。

- 諸検査を活用し、児童にも環境衛生に対する関心を高めるとともに、よい習慣を身につけさせる環境づくりをする。

4. 心身障害児の教育

本校の特殊学級は、精神薄弱特殊学級(日向学級)、情緒障害学級(こころ)、言語障害学級(ことば)、難聴学級(きこえ)、の四つの教室で構成され、障害児を総合的な視野に立って治療教育が出来る。西津軽郡内3町5ヶ村全域から幼児、児童、生徒が「教育相談及び通級指導」という形で来室し、郡内障害児教育のセンター的役割を果たしている。

通級指導では、障害児に対する能力、適性をいかす教育の実践をめざす個別の指導は勿論のこと、学校全体の活動のなかで健常児との交流を図っている「全校朝会、仲よし班清掃、仲よしタイム、全校表現活動、青空給食、部活動」等障害児と健常児が同一の場で学校生活を営み、相互理解がなされている。



きめこまかな指導のされる日向学級(特殊学級)

5. 向陽健康会議から地域へ

本校では、各種保健委員会との名称的混同をさける意味と、体、生活、学習等から広く議題を取り上げていくことから「向陽健康会議」としている。年3回の開催を原則としているが弾力的に運営している。

「向陽健康会議」では、単なる討議に終わることなく実践に結びつくことに重点をおいているため、PTAはもちろん地域住民の深い理解と協力が必要である。そのために「向陽健康会議」から学校通信「すこやか」の毎月発行、「保健室だより」、PTA保健委員会発行の「けんこうだより」、PTA広報の「向陽」、「児童会だより」その他学年、学級通信等によって活発な啓蒙活動をしている。

なお、学区内の10班編成の子ども会育成会の代表が会議に加わり、地域での実践の組織として活躍している。

おわりに

今、学校は大きく盛り上がり、「明るく、ねばり強く、たくましい子」に成長しつつあり、「自分の力をせいっぱい出せる子」(教育目標)に育っていることの証である。640名で演技する全校表現、音楽集会での素晴らしい合唱力。常に歌声があり、躍動がある。職員の意欲と指導力、それに呼応する父母、地域社会の惜しまぬ理解と協力によって学校は創られつつある。特に本校は、昭和25年以来、度々、郡、県の健康優良学校に選ばれ、伝統として息づいているようだ。

私は、受け継がれた、この火を一層充実させ、確かなものへ燃えあがらせる重大な使命を持っている。

新たに伸びる子どもたちの姿を励みとして大きな歩み続けていきたいと思う。

生 き 生 き と し た 石 相 っ 子

— たくましいからだ 豊かな心
強い意志をもつ子どもの育成 —



自然豊かな石相小学校



岡山県赤磐郡赤坂町立石相小学校

校長 井 原 仁

1. はじめに

今日、学校に求められているものは、活力と創造性、そして豊かな人間性とふれあいを回復していくことである。

教育は人間を全体的に育てる仕事である。子どもは常にその生体が全体的に発達していく過程にあり、子どもの育ちは早過ぎても遅くても問題がある。育つべきときに育つべきものを、育てる実践こそ今日の教育の課題である。しかし、現代の社会は複雑で動きも急テンポで子どもの遊びや生活リズム、家庭生活や食生活に変化を及ぼし、子どもの体質にまでその影響を与えつつある。子どもの弱さは、社会の不健康さ、おとなの不健康さが反映しているのではないかとさえ思われる。

2. 地域・学校の概要

赤坂町は岡山県東南部に位置し、人口約5700人、約60%が山林原野の農村である。地形的には町の中北部は丘陵台地からなり、南部は川沿いに平坦地が開けて

いる。石相小学校は町の南部の平野部を学区としている。

岡山市のベッドタウン化は隣町まで及んでいるが、この町にはまだ影響はみられない。本校は、緑の山、清らかな川、平野のある自然豊かな中に、今どきめずらしい木造平屋建て校舎である。

3. 健康教育取り組みの概要

(1) 本校健康教育の考え方

本校では、健康教育を学校教育で行う児童の現在及び将来についての、心身の健康の保持増進のためのすべての活動と考えている。したがって、各教科・道徳・特別活動及び課外活動等すべてが健康教育の対象である。

(2) 経営方針と教育目標

本校では、学校での健康教育を守りの保健でなく、攻めの健康づくりへと進めることを意図して、経営方針、教育目標、教師の姿勢を関連づけながら端的で鮮明なことばで児童像をつくり、職員員の共通理解と家庭・地域への理解と協力を進めてきた。

○経営方針

生き生きとした 積極性ある校風づくり
(級風)

○教育目標

心豊かで生き生きとした たくましい石相
の子どもを育成する

○教師の姿勢

生き生きとした 子どもづくりのために燃
える教師になろう

○児童像

生き生きとした 石相っ子(生きのよい子)

考えた。そこで、自然との接触をはじめ、そのかわりを積極的に教育活動に生かしていこうとした。そこに、心も体も健康な生きのよい子どもの育成ができるものと考えた。

4. 特徴的な教育活動

(1) 体力づくり……すすんで取り組む体力づくり

(ア) 自然の中で自然の姿で体力づくり

児童は登校後、スポーツ着にきかえる。自然の中の木造校舎ということもあり、年間を通してはだし・はだか(うす着)の生活を、各自が体調にあわせて努力することをすすめる。



体力づくり(石相のはだかんぼたち)



体力づくり
(元気にはだし・はだかの運動会)

(3) 健康教育に取り組んだ動機

現在の児童の実態や教育に対する社会の要請から、本校の教育を見直してみることは肝要なことであると考えた。

児童の実態から

- ・朝からあくび
- ・朝会時などうずくまったり、倒れたり、保健室ベッドが満杯傾向
- ・つまずいて骨折する
- ・土ふまずの形成が悪い
- ・室内にとどまる児童が多い
- ・運動場での歓声が弱い など

(4) 実践の構想

農村の児童は、豊かな自然環境からもともと野性味のある子どもたちのはずである。そこで、恵まれた自然を生かし活用した暮しや活動を採り入れ、そこから教育目標を達成しようとした。具体的には、

- ・はだし、はだか(うす着)の学校生活の奨励
- ・石合山を活用した健康づくり
- ・遊びの生活化
- ・生活リズムの定着
- ・地域をはりおこし、その結果が学校へはね返ってくるような保護者・PTA・地域連携など、地域に根づいた健康教育をめざす
(全体構想図参照)

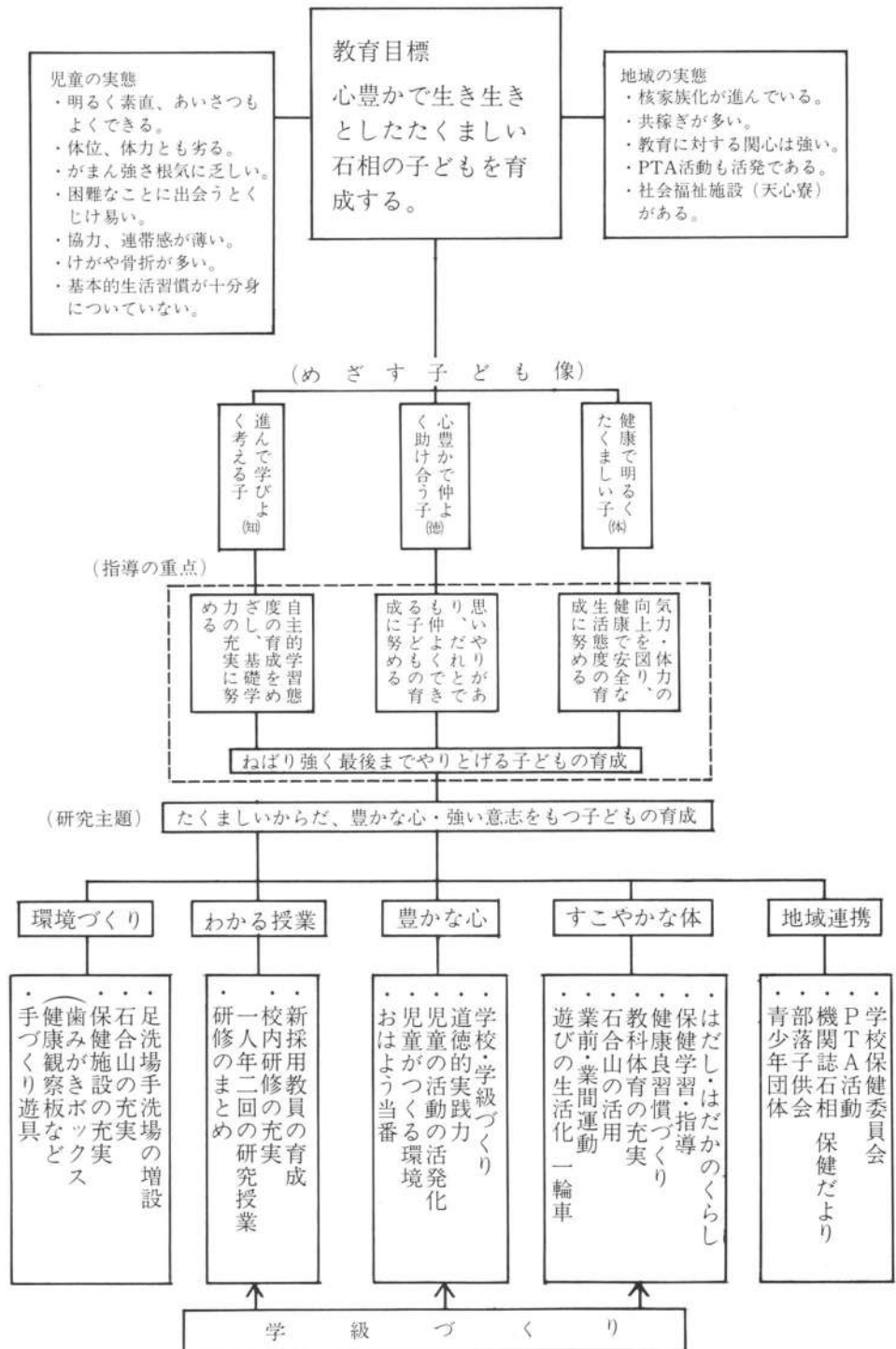
現在の教育課題は実に多い。むし歯・視力・肥満など身体的なものや、登校拒否など非社会的行動、いじめ・暴力などを頂点とする反社会的行動など心の問題が大きく提起されている。本校では、こうした問題は「児童の自然(広い意味)との接触体験の減少や身体的活動の不足」が大きく影響しているのではないかと

(イ) 自然や遊具を使った体力づくり

○ コケコッコertime(業前運動)

はだし・はだか(うす着)の業前運動は体も頭もすっきりとして一日をはじめることができると考えた。

研究の全体構想図





体力づくり(フラフープ名人)



体力づくり(石合山健康コースで体力づくり)

・計画	月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
内容	自由遊び	一輪車 アスレチックなど		夏休み		自由遊び	持久走と 自由遊び		なわとびと 自由遊び				
・時間	8:00	8:10	8:15	8:25	8:30								
	登	校	着かえ	運動 レクリエーションの時間	休	休	休	休	休	休	休	休	休
	10分	5分	5分	10分	5分								

○ 生き生きタイム(業間運動)

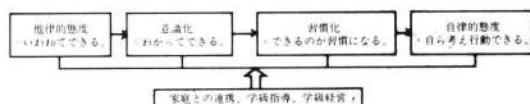
山・坂・樹木を活かした石合山健康コース、遊具を利用したサーキットコース、おにごっこ、雨天時は石相ストレッチ体操を交代で実施する。

・計画	月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
内容		体力づくり運動		夏休み		自由遊び	体力づくり運動		なわとび		なわとび		
・時間	8:00	8:10	8:15	8:25	8:30								
	登	校	着かえ	運動	休	休	休	休	休	休	休	休	休
	10分	5分	5分	10分	5分								

○ 自由タイム(業後時間)

みんな仲よく遊具を使って自由遊びをする。

(2) 習慣づくり……自分たちの健康は自分たちで



○ 学校における習慣づくり

- ・学級指導、保健学習では目・歯・姿勢・かぜの予防を重点項目として指導する。
- ・習慣づくりとしてくらしのカードによる反省、5つの生活目標の徹底、よい子の姿勢など学年で約束項目をつくり実践をすすめる。

○ 家庭における習慣づくり

コケコッコ運動をすすめ、個人の目標も項目にいったコケコッコカードにより点検し、生活リズムを



習慣づくり(字を書くときは30cm)



習慣づくり(背すじをのばしてよいしせい)

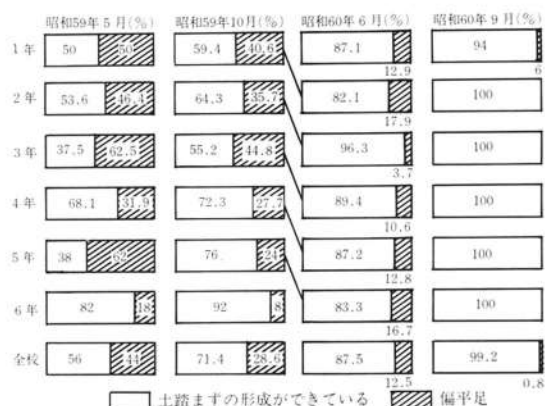


習慣づくり(冬でも薄着でがんばる子)

正常なものにし、活力ある子どもを育てようとした。

○ 疾病異常とその対策

- ・う歯 年3回の検診で、う歯治療100%をめざし、現在は定着している。
- ・土ふまずの形成

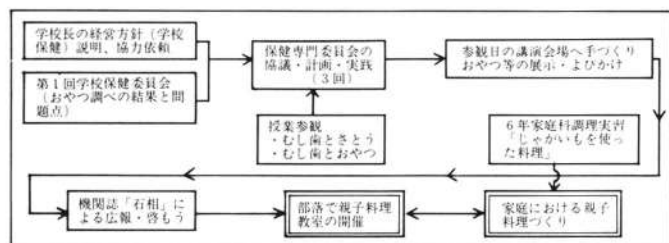


5. 地域連携

地域連携は単なる手つなぎではない。学校が地域をほりたがやし、地域が燃えて活動し、その結果が子どもへはね返ってくるものでなければならないと考えて実践している。その結果、活動の内容が次第に広がり、互いに関連しあい地域ぐるみで質が高まっている。

(1) PTAとの連携

学校保健委員会から地域活動への一例(おやつ作り)



地域連携(砂川クリーン作戦)

(2) 部落PTA(子供会)の活動

○ 部落での特徴ある活動

- ・少年消防クラブ ・緑の少年隊
- ・ミニ図書館 ・クリーン作戦 等

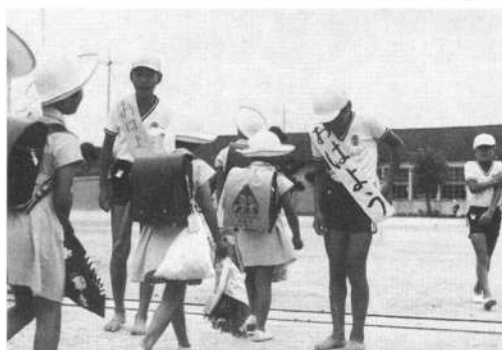
(3) 石倉山活用など、各種地域の団体と相互に連携活動をすすめている。

6. おわりに

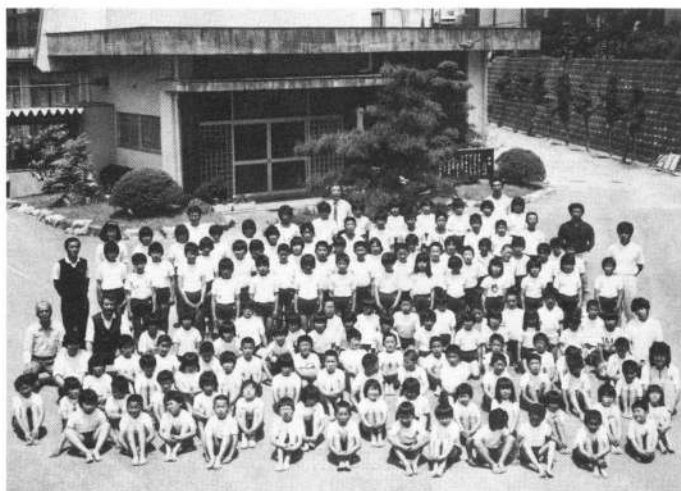
私たちは、学校らしい学校で児童が生き生きと活動し、しかも頑張る力、たえる力を備えながら、自己の生活管理能力を養うことが、知・徳・体の調和のとれた人間づくりにつながると考えている。

したがって、特別なことを特別にしたのではなく、当たりまえのこと、どこでもしなければならぬことを徹底しようと努めたつもりである。そうしたなかで、各方面から「子どもが生き生きしてきた」、「勢いがある」といわれるまでに変容してきた。これからも、学校が先導的役割を果たしながら、深化拡大の実践をすすめたい。

心づくり
(チャボと一緒に)



心づくり(ほくらがきめたおはよう当番)



正面玄関と全校児童・職員



愛知県北設楽郡津具村立津具小学校

校長 八 杉 健 二

人間性豊かな「たくましい津具っ子」の育成

—— 子ども一人一人が生涯にわたって

健康に対する自己教育力を

身につける指導をめざして ——

1. はじめに

(1) 校区の概要

本村は、愛知県の北東端にある。村の面積の88%は山林で、村の周囲には高さ1000m級の山々が連なっている。集落は、海拔 650 m 前後の盆地にある。

昨年 の 国 勢 調 査 で は、村 の 人 口 2035 人、14 歳 以 下 の 人 口 334 人、65 歳 以 上 の 人 口 480 人 で あり、愛 知 県 内 で 老 年 人 口 指 数 が 最 も 高 い 村 で あり、

最 近 で は、高 冷 地 と い う 立 地 条 件 を 生 か し た 夏 秋 ト マ ト、ナ ス な ど の 果 菜 類、シ ク ラ メ ン に 代 表 さ れ る 花 き 類 の 栽 培 が 可 成 り 盛 ん に な っ て き て い る。

(2) 児童の実態

児童の家庭状況で、特徴的な面は、

- 中学生以下の子どもがいる 180 世帯のうち、三世帯世帯数は72%
- 本校児童の保護者世帯数78戸のうち、母親が就労しているのは41世帯。

- かぎっ子は5世帯である。しかし、夕食時には、ほとんど家族全員がそろう。

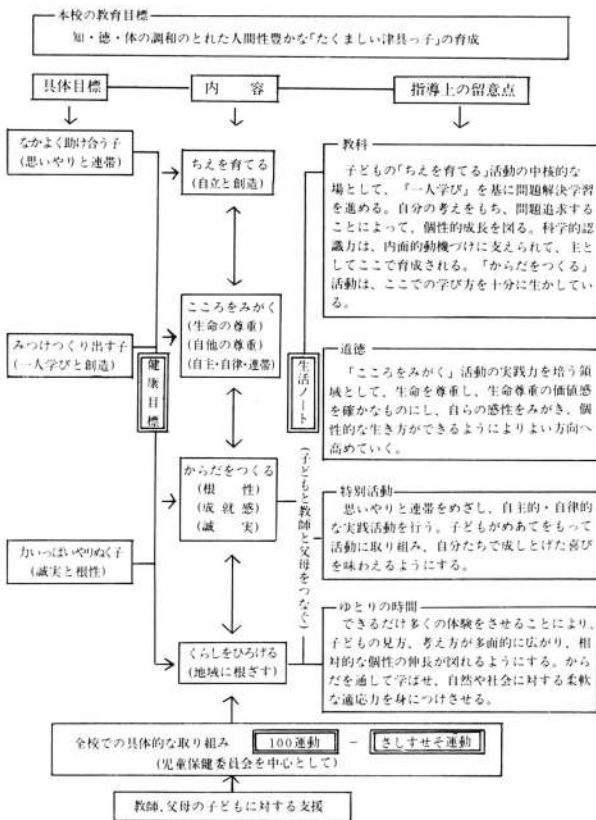
児童数は 130 名で、7 学級である。豊かな自然に恵まれた環境は、純真で素朴な児童を育む反面、社会性や積極性に欠ける児童も多い。

2. 本校のめざす健康教育

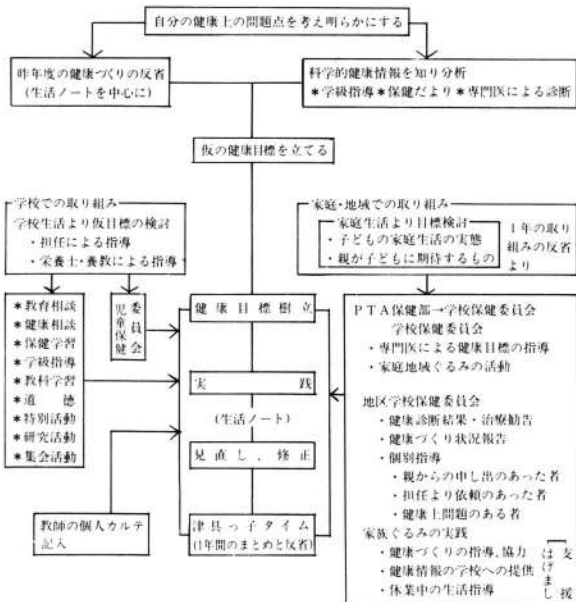
本年度の重点努力目標

- 人や自然とのふれあいを大切にして、信頼と敬愛を基盤にした心温まる学級づくりをめざし、一人一人の個性と能力の伸長を図る。
- 児童が生涯にわたって、常に学習する態度を身につけるよう、「一人学び」を中心とした、問題解決学習の研究と実践を進める。
- 児童一人一人が生涯にわたって、自己の体力づくりと健康、安全の保持、増進のため目標を持ち、目標達成のために力いっぱいやりぬく態度を育てる。

3. 研究推進のための構想



4. 主な実践内容



(1) 一人一人に自己意識を高める「健康目標」の樹立と、その実践の「生活ノート」

ア 「健康目標」に対する研究構想

児童は、ただ単に「健康目標」に取り組むだけではなく、取り組みの過程で、習慣形成を図ったり、継続するための忍耐力を培ったりする。また、取り組みの中で、新しい課題を発見したり追求するなど、発展的なねらいを持っている。

取り組みの様子を、「津具っ子タイム」や、朝の会での1分間スピーチで発表している。児童は、友だちの発表を聞き、自らのやる気を起こしている。

イ 「健康目標」の分類と主な取り組み

教師は、一人一人の児童についての「健康目標個人カルテ」を作成し、個別指導の支援をし、指導記録を残している。

＜昭和61年度「健康目標」分類＞

	1年	2年	3年	4年	5年	6年	合計
歯	11	2	4	6	5	0	28
目	0	0	3	5	2	3	13
姿勢	4	5	4	2	6	9	30
生活リズム	3	1	2	5	1	4	16
食生活	2	0	6	1	3	0	12
体力づくり	3	3	3	2	4	2	17
清潔・かぜ	2	1	3	0	4	0	10
心	1	1	0	0	0	4	6
合計	26	13	25	21	25	22	132

また、児童自身も、低学年では3項目、高学年では、5項目のチェック項目を決め、自己評価をしている。

毎日の実践の様子は、「生活ノート」に記録され、父母や教師による指導や助言を受けている。



全校児童の「健康目標」

ウ 生活を見つめる「生活ノート」、
「生活ノート」のねらいには、

- 基本的な生活習慣を形成し、生活リズムの確立を図る。
- 「健康目標」への取り組みを振り返らせることにより、自らの健康管理・健康づくりのできる児童を育てる。
- 身近な事象を見つめ、生活を切り開き、よりよくしていこうとする心の健康を育てる。

記述の仕方や評価の仕方は、学年ごとに異なるが、どの学年の「生活ノート」にも、基本的な生活習慣の形成、「健康目標」への取り組みの様子、心を育てる生活作文の、3つの内容で構成されている。

児童は、毎日の自分の生活を振り返り、「生活ノート」への記入をとおして、一日を反省する。そして、親・教師の朱書きによる個別指導や援助を受け、健康生活への努力を続けている。

(2) 生活体験を豊かにする「津具っ子タイム」

ゆとりの時間の中で年間35時間を、生活体験活動として、全校態勢で行う。

ア 健康づくり活動

年間11時間で、「健康目標」の樹立や、取り組みの様子、児童の研究成果などを発表し、意見交換を行っている。全校児童で行う場合と、上、下学年部会とに分けて行う場合とがある。



「健康目標」発表会

イ 心をみがく活動

「津具っ子の森」を利用した自然探索や音楽会、

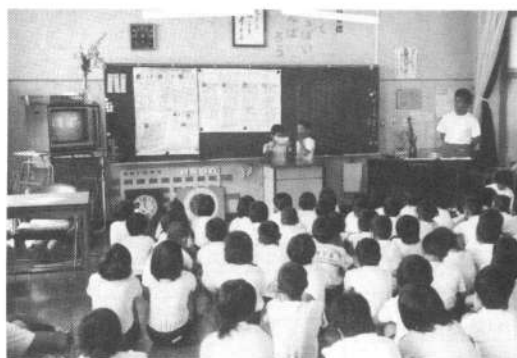


マーチングバンドのパレード

読書会を行っている。高学年児童で、マーチングバンドを編成し、その活動にも力を入れている。

ウ 研究発表会

長期休業などで、自由研究をしたことを発表する会である。内容は、健康教育に関するもの、体や食生活など、多方面にわたっている。



児童の研究発表会

(3) 「100運動」と「さしすせそ運動」

昭和58年度の本校児童の疾病第1位は虫歯、第2位は視力異常であり、また、年間を通じて、全校児童の皆出席日が月に2～3日ぐらいであった。

- 1……背すじをまっすぐにする。
- 0……欠席を0にする。
- 0……虫歯を0にする。

この実態を改善するために、月別強調項目を決め、

全校児童に実行させている。この運動の展開により、姿勢を正しくしようとする意識を高めたり、欠席0をめざしたり、歯みがきやうがいにも力を入れる児童が増えた。

また、「さしすせそ運動」は、健康を保ち、食生活を改善し、丈夫な体をつくる運動として、昨年4月から取り組んでいる。

さ……砂糖をひかえめにする。
し……塩分をひかえめにする。
す……好き嫌いをなくす。
せ……節食で腹八分目を守る。
そ……即席食品の取り過ぎに注意する。

この二大運動は、学校保健委員や児童保健委員会が中心になって、村全体への浸透を図っている。各項目の強調月間を設定して、児童の手によるポスター、養護教諭による保健だより、栄養職員によるさしすせそ新聞、強調項目を入れた「100、さしすせそカレンダー」の配布、無線放送による二大運動の紹介を行い運動を展開している。

100 さしすせそ カレンダー 1月

はせき 0

せっ食しよう (腹八分目)

「もういっぱい」そう思っても ばら八分目。 北設楽郡津具村立津具小学校

からだをきたえ 欠席ゼロを めざそうよ。 5年 村松勇次

SUNDAY	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

北設楽郡津具村立津具小学校

(4) 豊かな心と体をはぐくむ「津具っ子の森」

学校前にある私有林約5haを借りて昨年度から「津具っ子の森」を造成し始めた。スギやヒノキの人工林の中に1kmの自然観察コースと体力づくりコース、高さ9mと7mの展望台2基、教科学習にも使える音楽広場と造形広場などを作った。

「津具っ子の森」での活動は、ゆとりの時間、学級活動、児童会活動、教科学習などで、利用している。



「津具っ子の森」の清掃

5. おわりに

本校の健康教育の実践は4年目を迎えた。一村一校という恵まれた環境の中で、健康教育をととして、家庭や地域社会との結びつきは着実に強まり、成果をあげつつある。児童の諸活動も日常生活の中に定着し、充実した日々を過ごしている。

すべての生活の源は、健康な心と体にある。生涯を通じて、健康保持と増進のために、学校と家庭と地域社会との連携をますます密にして、しかも一体となって、「本校なりの健康教育」を進めたい。真の成果は、今後の研究と実践の累積と継続にあると考え、精進したい。

昭和61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	青森県西津軽郡木造町立向陽小学校
全国優秀校	福島県福島市立福島第三小学校
全国優秀校	富山県富山市立奥田小学校
全国優秀校	愛知県渥美郡田原町立田原中部小学校
全国優秀校	栃木県河内郡河内町立田原小学校

中規模の部 (7～18学級)

全国特別優秀校	岡山県赤磐郡赤坂町立石相小学校
全国優秀校	愛媛県伊予郡砥部町立宮内小学校
全国優秀校	香川県観音寺市立高室小学校
全国優秀校	富山県富山市立五番町小学校
全国優秀校	長崎県南高来郡国見町立神代小学校

小規模の部 (6学級以下)

全国特別優秀校	愛知県北設楽郡津具村立津具小学校
全国優秀校	新潟県中頸城郡三和村立上杉小学校
全国優秀校	熊本県熊本市立松尾西小学校
全国優秀校	静岡県浜松市立都田南小学校
全国優秀校	山口県玖珂郡錦町立深須小学校

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