健康教育

¥	公害を解決するには
☆	健康生活の習慣化をすすめるために4
☆	健康中田の教育・・・・・・・7
¥	つよい子の育成めざす安塚の教育10
₩	健康優良児日本一寺田幹根を出した福田小学校のこと12 健康優良児日本一寺田幹根君一喜びと願い—13 幹根君をたたえる14 幹根を育てて15
☆	健康慶良日本一山内世利子・・・・・17 日本一健康優良児を担任して・・・・18 「日本一」となって・・・・・・19





公害を解決するには

慶大名誉教授

医学博士 原 島 進

1. 公害の種類

「公害」はわが国では新しい言葉である。それが広く 用いられはじめたのはここ数年以前からのことである。 わが国の場合と殆んど同時期に同様な問題の解決にせまられていた欧米の産業発展を遂げた諸国では,国民の生活環境,特に都市の生活環境を悪化するものとして,都市の大気の汚染とか,都市生活に欠くことができない水の水質の汚濁とかその他のものがとりあげられなければならなくなった。欧米社会の特に都市化にともなうそれらの新しい問題はここに例示した汚染とか汚濁とかいう言葉で指示されてきた。

わが国ではこれらの近代社会の生活上の不都合さを総括するものとしての言葉を探していた。それが公害であったということができる。従って、われわれが理解するような公害にあたる英語もドイツ語もフランス語もないといったほうが正しい。日本の国語に公害が速かにまた抵抗なしに加えられたのは、漢字のもつ特徴の1つのあらわれであるといってよい。このように、公害は大気汚染や水質汚濁よりも概念として広いので、今日ではゆき過ぎるほどにしばしば用いられている。われわれの生活上の不便を起こしそうなものに安易に使われているきらいがある。

公害対策基本法は公害防止の基礎になる法律と考えられているが、そこでされている公害の定義によれば、

「事業活動その他の人の活動に伴って生ずる相当範囲 にわたる大気の汚染,水質の汚濁,騒音,振動,地盤の 沈下及び悪臭によって人の健康又は生活環境に係る被害 が生ずることをいう」

である。すなわち、これらの明確に指示、区別される 6 つのものが、狭い意味の、すなわち法律による定義で ある。そして、公客とはその総括名であるということが できる。従って日本語ではその広い意味に用いられた公 害という語の上に限定する形容詞を冠していることが多 い。産業公害などはそのよい例である。 この公害対策基本法の定義によれば、公害が公害となる意味は、それが人の健康に関係して、もとより、この健康を害するように作用するからであるといっている。ここで公害と名づけられるには、そのほかに、生活環境を害するように作用するだけのものも含まれている。ここで、生活環境とは、人の生活に密接な関係のある財産並びに人の生活に密接な関係のある動植物及びその生育環境をいうものとするとなっている。すなわち、人間以外の物と動植物を保全する目的ももっている。しかし、公害防止の第一の目的は国民の健康を保護することにあるのはいうまでもないことである。

2. 健康の定義

公害対策が健康の保護を目的としてたてられていることが明かになった。ここでは健康こそが尊ばれなければならないし、それが保護されなければならない。

そこで本誌の題名が「健康教育」であり、そのために本誌は昭和31年以来創刊されていることを思いおこさなければならない。公害対策の目的が健康の保護にあるとしても、われわれが明かにしておかなければならないことは健康とはどのような状態をいうのであるかということである。これがわかっているようで、本当のところそうではない。

健康についての専門の学問である衛生学や医学は長い間かかってこの問題を研究してきた。健康の内容を明確にすることについて本誌が努力を続けてきたことは読者がよく知って居られることであろう。現在,健康の定義として世界で認められているものは世界保健機関が採択しているものである。

すなわち、「健康とは肉体的にみても、精神的にみて も、また、社会的にみても完全によいという状態であっ て、病気でないとか病弱ではないとかいうだけのもので はない」

公害対策が目的とする健康の保護を全うした結果は、 国民の健康はこのようなその定義に答えるものでなけれ ばならない。公害によって病気や病弱が起こってはならないし、さらに、それらよりも、もっとよい状態を肉体的に精神的に、また、社会的にみてもいえる状態をつくりださなければならない。

完全によい状態というものは現在では実現することが まだできないものであるといわなければならないとして も,健康の最低限度が症状がまだないというような軽い 病気よりもすこしはよい状態と考えられる。あるいは, すくなくとも,もっとよい状態のほうに向いていなけれ ばならないのである。これを積極的な健康といってもよ い。

この健康の定義は個人個人について先ず考えられるものであるが、個人が集まったものとしての国民全般についてはどうなるのであろうか。

公害を定義するに当って用いた「相当範囲にわたる」 という言葉のうちにはある地域にわたる現象であること を意味しているし、そこで公害の影響を受ける人々は年 令別、性別はもとより抵抗力が病気の有無、その程度に よって異なる人々である。

このような人間集団が生活している,換言すれば地域にわたる公害の対策を各個人のほかに考慮する場合には,問題になっている人間集団のうちで最も抵抗力の少ない人々を健康の最低限度あるいはそれに近いもうすこしよい状態に保ちうる大気,水質などを確保しなければならない。これが公害対策における環境基準の設定である。

3. 公害意識

公害対策はわが国では特に立ちおくれているといわれている。それは、政府、地方自治体、産業界においてしかりという。しかし、公害はその名のしめす通り、これらの団体だけが作り、また責任をもつべきものではない。住民の日常の生活によっても、公害の程度や範囲は増加していることを、他を批判するとともに、自らも反省しなければならない。大気汚染、水質汚濁、騒音などの公害のうちでも代表的なものをとってみても、自分が利用している自動車運転、水洗化、冷煖房設備などの個人の普通な都市生活によって、増悪の一つの原因をなしているかも知れないのである。

公害はその本質のうえから、他人ばかりでなくて、自 らもその原因を作っているのである。そして、地域住民 の一人としては、他人も自分も公害の影響を同様に受け ているのである。

このような公害意識こそが地域の世論となり,政府, 自治体,産業の対策実施を推進させる力となりうるので ある。この公害意識がいちばんおくれているのではない かと反省することが多いのである。

ただ,公害意識の過剰はさけなければならない。まず,如何なる物質とか条件が,人の健康にどの程度に悪い影響を及ぼしているかをみきわめる必要がある。

それには、さきに述べた公害対策基本法に定義された 種類の公害について、この法によって規定される環境基 準にてらして、地域の人々の健康の事情を考慮する必要 がある。

環境基準が設定されてはじめて,合理的な対策が大気 汚染の一つ一つの項目について定められるのである。こ のことは、水質汚濁、その他の各種の種類の公害につい ても同様である。

大気をつくる空気が含む汚染物質,河川の水がもつ汚 濁物質その他の公害をつくる,具体的な物質または条件 について環境基準はこれから設定される計画になってい る。

4. 環境基準

公害意識にしろ、合理的な対策の設定にしろ、われわれの生活環境の異常は環境基準にてらして論ぜられるものでなければならないことは既に述べたことから明確であろう。

ところが、公害対策基本法が施行されてから3年を経た現在で環境基準が設定されたものはまだ、遺憾ながら1つであるに過ぎない。 亜硫酸などの「いおう酸化物」がそれである。 いおう酸化物は石油、石炭などの燃料の使用によって大気中にその濃度を増す。

ところが、この物質によって、(1)地域にある一般病人の症状の悪化が証明されないこと、(2)地域住民の一般死亡率の増加が証明されないこと、(3)閉塞性呼吸器疾患の有症率の増加が証明されないこと、および、(4)年少者の呼吸機能の好ましくない反応ないし障害が証明されないことを条件として、これらの諸条件をすべて満たす濃度をわが国の大都市でえられた資料を整理して求めると、はじめて「いおう酸化物」の環境基準がえられるのである。この濃度を超えてはならない。

ここに注意しておきたいことは、これらの人間の健康 に関する資料は1個人だけのものではなくて、相当数か らなる人間集団についてのものである。その人間集団の なかには、「いおう酸化物」に対して抵抗力のすくない 前記の4つの条件にあう人々がいること、そして、それ らの抵抗力がすくない人々も耐えうる濃度が環境基準を 設定する場合の基礎になったのである。

環境基準は大気の汚染、水質の汚濁及び騒音について

政府が定めることになっているが「いおう酸化物」以外の大気の汚染物すなわち一酸化炭素,浮遊塵埃などについては目下検討中である。また,水質の汚濁についても準備中である。騒音の環境基準については間もなく設定されるであろう。

大気の汚染又は水質の汚濁の原因となる物質の排出などが行われる場所についての規制の措置は環境基準の設定をまってい行いうるわけである。

5. まとめ

公害は事業活動その他の人の活動に伴って生ずるもの であり、地域的には相当範囲にわたるものである。した がって、人が過密にいる都市化された地域に起こりやす い。

公害の主なものは, 大気の汚染, 水質の汚濁, 騒音で

あるが、これらは大分類であって、その原因となる物質 または条件は一つ一つ異っている。故に、それらの物質 ごとまたは条件については夫々環境基準を設定しなけれ ばならない。

これらの物質または条件は人の健康又は生活環境に係る被害を生ずる。

公害は人の健康を第一義としその被害を避けなければ ならないが、この健康は個人だけに限られるというより は、地域の住民の各自全員に関するものである。

環境基準の設定が公害対策の基礎になるものであるが、大気や水質の汚染又は汚濁の原因にたいして、抵抗力を増加しようとする個人的対策はあまりに有力ではない。公害の原因の除去ないしは軽減のほうが、より実際的である。



健康生活の習慣化をすすめるために

新潟県教育委員会指導主事

大 島 一 夫

1. 習慣形成をはばむもの

顔を洗ったら気持ちがよかったり、歯をみがいたら口がさっぱりとして気分が爽快になったら、またやってみようという気持になるはずである。ところが、こどもは自分から進んで手を洗ったり、歯をみがいたりしようとしない場合が多いものである。どんなに親が繰り返し注意しても、さっぱりききめがなくて困りますよと親はなげく。

食前の手洗い,衣服の清潔,読書や書写姿勢から給食 の好き嫌いにいたるまで,どこの学校でも熱心にとりあ げられている保健指導の内容であるが,指導の効果があ がらないで困りますと,ベテラン教師で さえも 口にす る。

そこで習慣の成立条件をはばむものに対して,現場的 な発想から分析してみることにしよう。

2. 人間工学は教えている

手洗いの蛇口の高さが、ひじの位置より高かったらど うなるであろうか。手を洗うと、水は手くびを伝ってひ じまでぬれる。夏ならよいが、長袖のシャッの手くびが ぬれるくらい気持ちの悪いことはない。ところが学校の 手洗いは、低学年児童の手くびからひじまでぬらす蛇口 の高さのものが意外に多いものである。



用便の後や食前は、学校の「おきまり」としてかわいい1年生が行列をつくって手洗いをしているが、さて、そのなかで、手を洗って本当に気持ちのよい児童は何割くらいであろうか。家庭に帰れば、台所や洗面台は必ずといってもよいくらい大人の規格で作られ

ているから、神様を拝む形で顔を洗い、手を洗う。清潔 検査でどんなに二重まるがついても、道徳の時間に「少 しくらいつらくても、がまんして実行する子がえらい子だ」と教えられても、これでは習慣として身につく道理がない。

自分のふとんをしいたり、たたんだりする習慣は、家庭における重要なしつけの一つであるが、押入れの高さと、児童の身長との関係を考えてふとんの置き場を考える家庭は案外少ないようである。押入れの上段にふとんをしまうこは低学年には無理であろう。

歯ブラシやコップの置き場所も、まず子どもの身長を考えるべきであり、飛びあがって歯ブラシをとったり、 踏み台を運ばなければならない状態にしておいてはまずい。棚の高さが変えられない場合は、子ども用の踏み台がいつも備えつけられている必要がある。

大脳生理学で最近よくいうのであるが、年少のころ、特に行動をとおして形成された神経の回路は消えにくいことをあげている。しかし、このような人間工学的配慮が欠けていたら、神経の回路形成はそ害されるのである。子どもたちの健康生活の実践を円滑にするために、学校の中を人間工学的な観点で点検すると、改善すべきところがいろいる目につくものである。その例を二、三あげて参考に供したい。

(1) 机,いすの寸法と体位

学校を一巡して、教置の窓から児童の姿勢を見れば、 机いすが適切に配置されているかどうかがすぐわかるは ずなのに、それがわかってもらえないのは残念なことで ある。文部省が昭和43年に調査した結果は、次のように 驚くべき結果を示していた。

全国公立小学校202校無作為抽出調查,昭和43年7月1日文部省

・机の高さの適否

(適当な高さの机を使用	10.1%
高すぎる机を使用	88.2%
低すぎる机を使用	1.5%

いすの高さの適否

(適当な高さのいすを使用	22%
高すぎるいすを使用	68%
低すぎるいすを使用	10%

・机,いすともに標準に適合したものを使用 0.7% 適合しないものを使用 99.3%

この結果からみて、最近の子どもの発育がよくなったから、従来の規格の机の高さではまに合わない。だから高いものにしなければならないという論法なのであるが、子どもの身長が伸びたのは下肢の発育が著しいのであって、いすは高く、机は低くした方がよいという結果になっている。

家での勉強机であるが、これは少なくとも学校よりは 適合を欠いているであろう。小学校1年の入学記念の机 が、高校卒業まで使われるのだからおして知るべきであ る。服も、帽子も、靴もみんな大きくなるのに、机いす だけはそのままで使われている場合がきわめて多い。

(2) 蛇口の高さ

水道の蛇口の高さが、使用する児童の体位に適合して

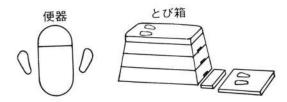


いるかどうかを調べたらおもしろ い結果がでるであろう。ある学校 の水飲場が図のようにハネて床が いつもよごれてしまうので,20~ \30cmのゴムホースをつけたら水が ハネなくなった。蛇口の高さの不

適合と、水圧のコントロールをほんのちょっとしたくふ うで改善した例である。

(3) 手や足の位置

便所をよごさないくふうの一つとして, 足の位置を白

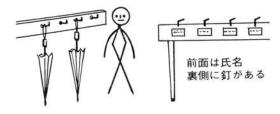


ベンキで書いておく学校がある。とくに大便所の足型は、汚さぬ先のくふうとしてたいせつである。トイレットペーパーの置場所は右がよいか、左がよいか、そして高さは、便器と前後左右の間隔は、と考えると、まだまだ改善の余地が多いものである。飛び箱や踏み切り台に手や足の位置を書いて指導する教師もあるが、身長との関連を考えたらすばらしいことになるであろう。

(4) 下駄箱や雨具かけ

下駄箱や雨具かけの高さについても案外無頓着のようである。また、上段の靴からたれた泥水が下段の靴の中へはいったり、せいより高く靴を持ち上げてようやく届く高さでは困るのである。

雨具かけの釘の高さが児童の顔の高さになっている学



校が多いが、押されたり、ぶつかったりしたら、どうなるであろうかと潜在危険に気づいてほしいと思うのである。

3. 習慣化をすすめるために

学校における保健指導は、一般に抽象的な指導が多い。「よい姿勢で字を書きましょう。」「毎日歯をよくみがきましょう。」というかけ声は、いやになるくらい聞かされるが、どんな書写姿勢が正しいのか、そして、自分のいま字を書いている姿勢はよいのか悪いのかというような評価が、子ども自身のものとなっていないことである。自己評価、相互評価が、子どもの活動のなかにとり入れられて、行動の自己修正をするプロセスをつくりだすことが、習慣化を図る指導の現代化であろうと思うのである。次に方法的な開発事例をあげてみることにする。

(1) 姿勢きょう正棒の活用

本と目との距離は30cm以上離して見ることを教師は口で教えた。しかし、子どもたちは、からだで体得する機会を与えられないまま、高すぎる机に向って本を読み字を書いた。物の長さの30cmは目測でもわかるようになるが、自分の目との距離の30cmという感覚はなかなかわかりにくいものである。そこで30cmの棒を持たせて教える運動を展開してほしいのである。これは小学校1年生の入学当初に徹底して指導するならば、姿勢指導と近視予防に大きな効果を生むことになるのであろう。机の高さは、30cm運動の普及によって、自分のからだに合った高さの机やいすを選ぶ子どもになっていくことが期待される。



(2) 歯みがきの評価

歯みがきの検査表はどこの学校でもみられるものであり、その評価は本人の挙手や申し出によって、○にもなれば×にもなる。口の中をのぞき合って相互評価するにしても、きわめてあいまいである。そこで、科学性の導入ということで歯の表面の汚れ、とくに食物のかすの付着物を染色することによって、歯の清掃状態の評価に利用することができる。

歯の汚れを染め出すには,染め出し液と染め出し錠を 使う方法がある。

薬剤としては、厚生省が食品添加に許可している毒性 のない赤色系の色素が適当であろう。

筆者の実験結果では

- ① エリスロシン (赤色3号)
- ② フロキシン (赤色104号)

の二つが適当のようである。

エリスロシンは動脈血のような鮮紅色でドギツィ色なので今から10年ばかり前,筆者は使用しないことにしたのであるが,最近,米国プロクターアンドギャブル社で使用,カラーテスター(錠剤)として登場するにいたった。

フロキシンは感じのよい口紅を思わせる色でもあり, 嫌味もないので推奨したい色素である。

使用法としては,

- ア. 0.3%フロキシン溶液を綿球で歯に塗布し、水で うがいをした後評価する。この場合、ピンセットで 途布する術者が必要。
- イ. 0.1%フロキシン溶液を, さかずき一杯くらいで口をすすぐ,溶液が歯全部にゆきわたったらはき出し,水でうがいして判定する。
- ウ・フロキシン錠を使用する方法(新潟県学校保健会扱い)口の中でかみくだき、溶解するのを待って歯の表面歯間を通過させて染め出す。つばをはき出し、うがいをして判定する。

この判定法は、自分の歯のみがき方がよかったかどうかをその場で評価したり、歯ブラシの良否や歯みがき時間の適否の評価にも直結する方法として高く評価される。このような評価法を導入することによって、実践意欲がより高まるであろう。

4. 家庭の協力

ある小学校低学年の学級会における話し合いを参観し たが、その中に重要な発言が多かった。そのうち問題と なるものをとりあげてみよう。

(1) テレビの見方

1時間見たら15分目を休ませるために、テレビの足に注意を書いた紙をはっておくという意見がでたところ、おかあさんがはぎとってしまうからだめだということであった。



(2) あいさつ

あいさつや、食前食後の「いただきます」 「ごちそうさま」を忘れないようにしようと いうことで、みんなが意見を出し合った。 その中で、三角錐に「あいさつ」と書いて



食卓に置いたらという意見が出た。こどもの発想として 大変よいと思っていたら,これもおかあさんが承知しな いであろうという意見がでてオジャン。

(3) 食後の歯みがき

食後の歯みがきを忘れないようにし ようということでこれも三角錐に歯み がきと書いて、食卓か茶ダンスの上に



置いたらよいという意見がでたが、これもおかあさんが 許可しないであろうということであった。

子どもの意見や発想をたいせつにしようという家庭の 雰囲気がない限り、すばらしい子どものアイデアはふみ にじられ、創造力を生む思考がしぼんでしまうことを恐 れるのである。

まとめ

最近における人間工学の領域は、わたしたちの身近な 生活にひろげられ、応用されるにいたった。児童生徒の 机、いすの規格作成は、人間工学の応用としてきわめ て、意義ある研究であると同時に、健康の増進、近視の 予防、学習能率の向上等に直接結びつく新しい問題であ る。また、各種の使用目的と体格に適合した自転車の選 定と、交通安全管理、動きやすい台所や洗面所、手洗、 足洗場、便所や靴、雨具置場、使いやすい家具、さらに 衣服のボタンやポケットの形や位置、装身具のデザィン 等、人間工学的な応用面がくらしの中にいくらでも存在 するということである。これは本来の人間工学より次元 が低いのであるが、生活を楽しく、能率的にするための 新しい視点として重要であり、生活の安全や傷害の防止 等とともに、望ましい習慣形成への寄与が大きく期待さ れているのである。

しかし、それにもまして重要なのは、人間工学の考え 方の中には、人間尊重の精神が内蔵されていることであ り、民主的な人間形成の具体的な実践としてたいせつに したいものである。

健康中田の教育

横浜市立中田小学校長

田 中 茂



1. 地域の概要

本校の所在地である戸塚区中田町は、横浜市西端にある戸塚区の、ほぼ中央部に位置している。

この地域はかって、緑の山林、水田、畑の平担地であり、近隣都市へ新鮮な農産物を供給する純農村地帯であった。しかし10年くらい前から住宅が増加しはじめ、特にこの数年来は、急激な速度で宅地造成がなされ、緑の田園は次々に姿を消し、道路は舗装され、交通量は激増し、新興住宅地としてめざましい発展振りをみせるようになった。

中田町は戸数約5,700,人口約20,000余。小規模の会

社・工場と、3%の農家を除いた以外のほとんどは個人 住宅である。また住民の職業分類をみると、その80%以 上がサラリーマンとなっている。

住民は一般に教育に深い理解と熱意をもち、学校に対しては至って好意的、協力的である。かつて本校の独立開校や、校庭整備、校舎建設、または給食調理室、講堂建設などに示された住民たちの熱意と実践力のすばらしさは、今も多くの人々の話題としてとりあげられ感謝されている。

2. 学校の歴史

本校は昭昭26年10月の開校で,現在学級数30,児童数

1,250 である。

開校当時は12学級595の児童であったのが、地域の発展と共に膨張し、42年度は圧縮で39学級、1,700の児童数となった。そこで分校を開校し、ついで独立させて現在のようになったのである。

校地は旧海軍の兵舎跡であった関係から、今でも横浜 市随一の面積をもっているが、当時はひどく荒廃してい て、教育の場としてはまことに不適当であった。このた めに初代校長は、職員、P.T.A、地域民の協力を得て、 校地の整地、植樹、その学校環境整備に非常な努力を傾 注された。この環境整備の仕事は2代、3代の校長にも 引継がれて、学校も面目を一新した。

記録によると、地域民の勤労奉仕が5日、1か月、40日などとあり、動員数も延3,300名とある。また植樹も1万本以上にのぼっている。これによっても地域民の学校に対する協力振りが推察されるのである。

こうした学校環境づくりに対する努力の一方,職員は 理科・体育・社会・算数などを次々に研究して、それぞ れ発表している。また昭和39・40年度は、市の研究指定 校として保健教育について研究し発表会をもっている。

このような研究実践の成果は、努力と共に次第に向上 し、本校創立以来現在までに、よい歯の学校・学校給食 ・学校保健・学校環境美化・健康教育・交通安全などで 各方面から20数回にわたって表彰の栄を得ている。

3. 学校経営の重点

(1) 児童生活のめあて

- ・よく考え, すすんでべんきょうする子
- ・力を合わせ、まじめに仕事をする子
- ・明るく,じょうぶな子

この3つの生活のめあては、子どもたちの目標である と同時に、本校教育の目標でもある。この3項目の中 に、心の面では人間尊重・協同・勤労・自学自習・判断 力・実践力を、体の面ではよりよい習慣形成・体位の向 上・体力の伸長などの目標を含めている。

子どもは自分の生活を豊かにするために、また自分の 心の支えとしてこれを活用し、職員は理想の児童像をこ こにおいて日々の実践に努力しているのである。

(2) 経営の基本的な考え方

「教育は人なり」ということばがあるが、教育愛にも えた個々の職員の積極的な教育活動が、全職員の協同体 制のもとに展開された場合、その成果はより以上の向上 をみる。これは明白な事実である。 本校はこのような考え方を基本において、和を中核とした、建設的・協力的な職場づくりに努めている。職員はこの楽しい職場の中で、思う存分活動をし、教育目標として定めた、のぞましい児童育成のために、積極的な指導態度をもち、指導に創意くふうをこらし、特色のある学校づくりに努めているのである。

(1) 本年度本校教育の重点

ア 児童の生活態度の確立

学習の効果を高めるためにも、健康な心身を育成する ためにも、児童の生活態度を確立することは何よりも重 要なことである。このためには、まず、児童の生活に秩 序と責任感をもたせ、学級・学年・学校という集団意織 を育てるように留意している。そして集団の中の個人の あり方を十分に理解させ、それが行動としてあらわれる よう指導したいと考えている。

ィ 確かな学習指導の推進

教師の指導したことは、児童に定着しなければならない。それには教師の充実した研究と、児童の真剣な学習 態度が必要である。この二点に重点をおいて学習指導の 推進をはかりたい。

ゥ 児童の家庭生活指導の徹底

家庭は人間の基礎をつくる場であり、さまざまなしつ けを身につけさせる場でもある。そこで学校では、より 積極的に家庭への働きかけをおこなって、家庭教育と学 校教育の相違、役割を理解させ、しつけその他の、家庭 での生活指導について実践させるように努力している。

4. 創造と実践のあゆみ

創立以来19年の本校のあゆみは、職員および本校関係者の「たえまない創造と、地道な実践のための努力」ということばで表現されると思う。

児童の健康を高めるための施策は、そのひとつひとつ がくふうにくふうされ、改善に改善を加え、しかも長年継続実践されてきたものである。ここではその一、二を 参考までに記したいと思う。

(1) 学校環境づくりのために

本校が開校当初から学校環境づくりに全力を注いだことは、それがそのまま健康教育へのスタートであった。

当時の児童には眼疾者が多かった。この問題を解決するためには、まず関東ローム層による砂塵を防ぐことが 先決であると判断した。それが校庭の整地、砂の撤布、 植樹・芝生の造成などとなって実施された。また児童の 眼疾撲滅のための直接的な方法として、眼科校医による 校内治療がなされ, 眼疾者を急激に減少させるという成 果をあげた。その他生垣の造成、池・交通教室・花壇な どが次々に造成されて, 学校環境は次第に整備された。

(2) 児童の健康維持, 増進のために

○児童側……児童が自主的に健康の維持増進をはかる ためには,基本的な健康習慣を形づくってやることであ る。このための方法として本校では次のようなことをお こなっている。

- ・毎日おこなう児童自身の健康観察(表に記入する)
- 毎日の健康カード記入・健康手帳の利用・体力測定 (廊下に測定の器具類をおく) 保健コーナー (教室内)
- ・姿勢コーナー(自由に使用できる)などが用意されて いる。また学校の全児童や家庭へ働きかける児童活動と して, 児童保健委員会の活動がある。

○教師側……教師のおこなう保健教育には、知識・技 能を習得させるための保健学習と、習慣・態度の形成を はかる保健指導とがあるが, これについては具体的に次 のようなことをやっている。

- ・学年別,月別の保健学習計画,保健指導計画の活用
- 教師による児童の健康観察(健康観察板の利用,観 察表の記入,疾病異常一覧表の記入など)
- ・保健コーナーの経営(各学級)
- ・保健カレンダーの活用(毎月発行,月の指導目標, 具体的な指導方法,保健行事など記入されている)
- ・健康かぞえ歌の利用(健康安全10か条をかぞえ歌に したもの, 随時利用)
- ・姿勢定木の利用(姿勢に注意させるため教室内で利
- ・保健主題放送(月の指導目標を教材化し問題をなげ かけるように校内放送をする) などがある。

(3) 学校と家庭との連絡強化のために

保健に対する知識・技能・態度は、それが実践に結び つかない限り何の役にも立たない。

これらのものが家庭生活にまで浸透し, 実践されるよ うにするためには, 学校と家庭との連絡が至って重要で ある。

家庭への働きかけの具体的な場や方法としては,

・家庭調査, 家庭訪問, 学校参観と学級懇談会, 父親参観, 家庭教育学級, 学級委員会, 学年·学級 P. T. A

などの他に,

・健康手帳の活用(特に愛の検印という方法を考え,

家庭の関心を高める)

- ・健康カード,保健だよりの利用
- 健康相談日の設定
- ・愛の点検 (家庭の安全点検)
- ・学級だより,学年だよりの利用,

などによって,保健思想の普及,保健習慣の形成,保 健的態度の定着をはかるようにしている。

5. おわりに

本校はこのたび, はからずも日本一健康優良学校とし て、栄ある表彰を受けることができた。今までこうした 目標をおいたことがなかったので, この結果を意外に感 じたと同時に, 地味な教育実践が実を結んだことに対す る喜びも大きなものがある。

年々の学校経営の中に、保健に関する課題を とりあ げ, その解決に努めるという活動が, 長年継続されて来 た。その過程は至って平凡で地道であった。それだけに この間における職員の努力は申すまでもなく, 校医・薬 剤師の方々や,地域社会の協力は大変なものであった。 この長年の功労に対しては,心から感謝している次第で ある-

本校はこのたびの受賞を契機として, 多くの諸賢のご 指導をいただき, 今後更に一層の精進を続けたいと決意 している。

昭和44年度健康優良学校

日本一(12学級以上)

神奈川県横浜市立

中田小学校

日本一(11学級以下)

新潟県東頸城郡安塚町立 安 塚 小 学 校

特選(12学級以上)

香川県三豊郡豊浜町立 茨城県水戸市立

豊浜東小学校 城東小学校

岡山県倉敷市立

第五福田小学校

埼玉県大宮市立

植竹小学校

特選(11学級以下)

島根県那賀郡旭町立 東京都八王子市立

今 市 小 学 校 加住小学校

熊本県上益城郡矢部町立 白糸第一小学校 大阪府大阪市立

西船場小学校

都道府県代表校代表(12学級以上)

沖 繩 豊見城教育区立 長 嶺 小 学 校 都道府県代表校代表(11学級以下)

北海道 士別市立

多寄小学校



つよい子の育成めざす 安塚の**教**育

新潟県東頸城郡安塚町立

安塚小学校長 横 尾 源 七

1. こんなことになろうとは

本校が今回はからずも小規模校健康優良学校日本一の 表彰をうけた。まさかこのような最高の栄誉を得ようと は、過去において10年もこの道に努力し、その至難なこ とを経験しているだけに、本気にはなれなかった。他に すばらしい学校がたくさんあるのに、すまない気で一ば いである。

第一に、昨年度はじめての応募である。県二位表彰を うけてさえびっくりした。来年度は県一位になりたいも のと、いささか努力した。これが日本一になったのだか ら驚きである。

第二,児童数185名,学級数特殊学級を入れて7学級,職員数9名の小規模校である。養護教諭も事務職員もいない。学校薬剤師も配当されていない。

同じ小規模でも10学級11学級,特殊を入れて12,13学級とか,分校もあるとかの職員数の多い学校とは比較にならない。その上職員の異動がはげしい。こんな学校が日本一である。

第三,表日本の年中快晴にめぐまれている所と異り, 北陸の陰うつな空,12月から3月までは雪にとざされ, 積雪は多い時は3mを越す。児童数は年々減少し,貧困 な家庭経済は毎冬一家の中心である父親の出稼ぎを余儀 なくする。こんな所の学校が日本一になったのである。

第四に、健康優良学校というとやはり施設面でも整備され、充実された学校であることを考える。当校で施設面で誇り得るものは、3年前落成した鉄筋三階建の校舎だけ。グランドは猫の額のように狭く、プールもない。その他環境施設は全くこれからである。日本一だからと期待して参観される方はきっとがっかりされるだろう。これが日本一なのである。

このような日本一であるが、日本一にしていただいた 意義は大きい。それはこの学校は日本中どこにでもある 一般的な学校なのである。このようなへき地で、ちっぽ けで、施設の整っていない学校でも、「やれば日本一に もなれるんだ」ということである。そして健康優良学校 とは結極は「子どもがどんなにできているか」であるこ とをはっきり示していただいたことである。

2. 安塚というところ

北陸本線と信越本線の分岐点,直江津市からバスで1時間余り国道253号線をま東に進み,保倉川,そしてその支流の小黒川の谷あいに入った所に安塚町はある。

400年のむかし、南北朝時代南朝の忠臣として活躍した風間信濃守の居城は344mの直峯城であり、以後戦国時代上杉謙信の春日山城の出城として要しょうな地で、その城下町であった。

城下町としての安塚はその後も郡の中心的 位置 に あ り, 郡役所や各種官公衙がおかれ, 行政上の中心であった。また郡立農学校, 村立実科女学校(現在県立安塚高校)等, 郡内唯一の中等学校をもつ教育の町でもあった 昭和30年近村三ヵ村が合併し, 町制をしいたが, 標高60m~700 m に耕地散在し, 天水に依存する零細農家多く, ために人口の流出相つぎ, 新町発足当時11,000人余あった人口は現在8,000人(10月末)を割った。在校児童数も10年間に½強に減少した。全く過疎にあえぐ山村である。

当学区は町の入口に位置し、いわば町の中心であり、 各種官公衙またはその出先機関も多数あるところ、した がって勤め人が多く、教育に対する関心も町内で一番高 い方である。このようなわけで、学校も郡の中心校的存 在で、歴代優秀な校長が経営され、研究校としての実践 も見るべきものがあった。

P. T. Aの教育熱心は,学校給食の実施,図書館の充実,放送施設の充実となり,ついに町当局をして校舎の完全改築にまでふみきらせた。そして42年度文部大臣表彰となった。

3. こんなにして健康教育をすすめた

(1) 動 機

イ. 陸の孤島にあるへき地性より

郡都安塚といっても前述のようなへき地であり、地域 社会の生活様式は旧態依然である。

教育や保健の重要性は理解されても、やむなく第二義 的になりがちである。ここにおいて学校教育は、単に学 校内において殻にとじこもっていてはだめで、地域に働 きかけ、地域ぐるみで行なわなければ実績をあげること ができない。

ロ. 近代的校舎の落成を契機として

体育館,本校舎と満3年間建築工事の継続で,グランドはつぶされ,体育館はなく,そう音にあけてくれた。 伸びる前に縮むのは致方ないとして,精神的不安定,体力の低下,情操面の貧困,安全保健面の不徹底と,悪影響をうけたことは事実であった。

それだけに校舎が落成したときの喜びは大きかった。 これを機に、この新校舎に見合う「心身ともに健康な児童の育成」こそ職員に与えられた課題であり、またそれが、貧困の財政の中から多額の費用を投じ、校舎建築していただいた町当局や地域の方々に応えることであると、職員は覚悟を新たにした。

ハ.「明るい町づくり運動」に力を得て

学校が健康教育推進の方針をうち出し、実践の歩を進めたとき、町当局は43年度から「明るい町づくり運動」 およびそれをふくめて「町振興綜合10か年計画」の実践にのり出した。学校の方針にぴったりである。これに力を得て町当局と連けいを保ち、地域ぐるみ健康教育の推進に力を入れた。

(2) 教育目標(42年度改訂)

- 。積極的な気力とたくましい体力を持つ子に育てる (つよい子)
- 。ねばり強く,さいごまでやりぬく子に育てる (がんばる子)
- 。お互い協力し、喜んで働く子に育てる

(仲のよい子)

。明るく美しい心の子に育てる (明るい子)

(3) 重点目標

「つよい子に育てる」

- 。正善を強く求め、その実現にむかって努力する
- 。強い身体と強い意志をもつ
- 。美を求め, それをつくり出す
- 。根気づよく筋道を通して考えぬく

(4) 実践

イ. 児童, 父兄への意識づけ

児童,父兄ともに「つよい子」の具体的目標を定め; その実践に努力する。児童は全校活動の発表会の際,随 時成果を発表する。P.T.Aはこれについてグループ研 修を行ない年度末に印刷物にまとめる。

ロ. 全校活動の実施

体力増強運動,発表会,リズス運動等を校時表に位置づけ,計画的に実施する。特に体力増強では,持久走(日本一周マラソン)縄とび,懸垂,ボール運動に力を入れている。この全校活動によって,たくましい体力,さいごまでやりぬく強い意志,積極的な行動と発表力を身につけたいと念願している。



全校活動リズム運動(毎週木曜日)

ハ. 環境の美化, 保健的整美

体育館大壁画、階段廊下の作品掲示、保健コーナー、 庭園・花壇造成、一人一鉢運動、小動物飼育など、これ によって常に美しさと清さを求め、つくり出す心あたた かい思いやりと助け合う心を養いたいと心がけている。

ニ. 健康管理の徹底

ウシ予防と 100 %処置,寄生虫 0 運動,健康的良習慣の育成など,家族ぐるみの運動を行なっている。

ホ. 職員の研修

授業第一計画と反省、記録の累積等につとめる。実力 ある教師の骨身を惜しまない愛情こもった指導によって のみ、健康な児童は育成される。

4. 今後の課題

実践について具体的に記述するゆとりがなくなった。 当校の日本一は前述のように、まことに不完全な日本一である。中央審査員の言葉を借りれば、「八分咲」の日本一である。これを「満開」の日本一にすること、これが私どもの課題である。富士山も登りつめればあとはくだる一方である。頂上をめざしてがんばることこそ、教育で最も大切なことでないか。



健康優良児日本一 寺田幹根を出した福田小学校のこと

静岡県磐田郡福田町立

福田小学校長 名 倉 誠 司

1. 当校の今昔

明治6年創立された本校は、当時児童数わずか177人の、今でいえばきわめて小規模校であった。

自来児童数が年毎に増加し、明治39年には329人と、創立当時の約2倍にふえ、大正11年には早くも805人と約5倍に増加、昭和に入りいよいよ児童数は増大し、戦後一層急速にその数を増し、ついに昭和30年1,000人を突破、現在は1,200人に近い大規模校に発展した。その間毎年数多くの前途有為な卒業生を育て、世に送り出してきた。

このように長年にわたって多くの歴史を築き上げてきた福田小学校も、昭和43年4月1日を期し福田西小学校と合併し、より一層の大規模校となった。そして昭和45年4月から統合された新福田小学校が誕生する。現在市街地をやや離れた田園の中に新しい敷地(33,000m²)に、鉄筋三階建二校舎と、同二階建一校舎を建設し、児童数も両校合わせて1,300余人となり、普通学級30、特殊学級2の合わせて32学級と名実共に輝かしい前途を担って統合福田小学校の第一歩が初まる。

近い将来1,400の児童が腰掛けて一度に入れるだけの 広さを持つ体育館と、長さ50メートルのブールを造る計 画も着々進められている。一方、運動場も低学年生用運 動場及び遊び場を、中・高学年生用と区別し、教室の南 側を利用して造る予定である。

このように運動場をはじめとする体育の施設・設備を 積極的に充実した、より立派なものに建設しようとする 意欲を持ったのは、実に現在の学校運動場並びにプール が、児童数に比べて余りにも狭く、そのため運動場など は一本の草も芽を出す余地のないほど子どもたちが活用 してくれている現状から痛感したからである。

2. 学区の概況

校歌の冒頭に「遠州灘の**潮騒**も聞こゆる学び舎に集う 我等」という歌詞がある。 かくの如く本校は、黒潮の荒波の音も真近に聞かれる 県中央南部の穀倉地帯、太平洋岸の一小都市である。現 在も漁業に従事している人達が若干いるが、昔はほとん どの人達が漁業を営んでいた。従って伝続的にやや荒ら 削りな粗野な面も見られるが、進取の気性に富み、その 故か沿岸漁業が荒廃しだすや、いち早く(天保2年)大 和地方から雲斉織を家内工業として取り入れた。これに 端を発し、明治35年動力式工場の出現を見、近代工業へ の一歩を推し進めた。以来40余年、幾多の困難と不況を 克服し、現在工場数千余を数え、従業員5千有余人、別 珍コール天その他の織布製造額は実に45億円に達し、遠 く海外までも輸出されている実に活気溢れる工業都市と なった。

因みに現在の保護者の職業をみると、工業(織布業)が60%を占めて圧倒的に多く、次が農業で20%、残りの20%が漁業・商業・公務員等である。

児童を取りまく環境は以上でおわかりの如く,多くは「鍵っ子」という言葉で代表されるような状態の中におかれている。ほとんどが家内工業であるため、昼夜を分かたず工場内で両親が働き続けているので、とかく子ども達は放任されやすく、一定の小遣銭を与えられてその日を暮らし、家族揃って食事をとる時も少なく、まして家族団んらんの時も持たれない現状は、教育的にもあまり好ましくない環境である。

こうした織布機械工場の騒音の中で潮風と共に育って 来た福田の子等は、自然話し声も大きく、言葉も乱暴に なり勝ちであるが、反面、性格は全般的に明朗活達なよ い特長も多々持っている。

寺田幹根はこんな学区環境の中に育った六年生である。

3. 晴れの栄誉

11月1日の晩方, 寺田幹根が日本一になった報告を受けた時, 本当に驚いた。学校においては学力といい, 体力といい, 優れた児童であるが, 日本一になるとは全く

の驚きであった。東京での表彰式を終えての帰りに、改 めて寺田幹根の姿をみた時、日本一になってよかった、 これで学校の自慢の種が一つふえたという実感が湧い た。

この栄誉をかち得たのは、本人の素質・努力・家庭の 力が大部分である。学校の力となると、いささかはずか しいことである。

これが健康優良校として表彰されたのであるならば、 と思い、新しい校地の施設はこの事を目標にしていかな ければならないと努力するつもりである。

11月8日,県の表彰式に審査委員長の先生から「敬礼」 の仕方の注意があった時も,寺田幹根の態度は実に節度 ある会釈であったとうかがい,さすがは日本一という感 じを深くした。

後日, 年刊文集第六号「福田の子」の中の彼の作文の

一節に次のような感想が掲載されている。

『11月3日』この日は、ぼくにとって生がい忘れがたい日となることでしょう。あの時の感げきほど、ぼくを喜ばせ、力づけてくれたものはありません。……(中略)でも心が落着いてきた時『えらい重荷を背おわされたな。』と思いました。しかし、今考えて見ると、重荷を背おえると信じられたから選ばれたのです。だから、その期待に答えるべく努力に努力を重ね、立派な人間になることが、両親やお世話になった多くの先生方、国や関係者の方々に対する最良の恩返しであると思います。……(後略)」

上記の如く将来, 寺田幹根がこの日本一を 重 荷 と せ ず, 自分の可能性をのびのびと十分に発揮するよう心か ら強く願っている次第である。



健康優良児日本一 寺田幹根君

--- 喜びと願い---

担任大桑爱子

「県から健康優良児の調査がきているが,幹根君ならいいかもしれないから出して見ますか。」と, 教頭先生からお話がありました。

5年6年と2年間受持ちましたが、まず目につく一人と言えましょう。常に自己を見つめ、より高い目標にむかって根気強く黙々と努力し、遂には目標に達し、また、それ以上に進んでいこうとする子どもが幹根君であると言っても過言ではありません。

そこで、さっそく書類を書き始めることにいたしました。体の均整はとれているし、体力の方は申し分なく、 成績もすぐれているし、これならばと、書類を県の審査 に提出したのでした。

第1回,2回と書類審査も通り,最終審査として,9 月22日,静岡市において県一が競われることになりました。私も父親と共に付き添いとして行きました。これまでに選ばれた男6人,女6人の児童達は,見るからに体格も良く粒揃いの集りでした。 知能テストが済んで控室へもどってきた幹根君の顔つきは真剣そのものでした。知能テストの問題を全部やり遂げてしまわないと気がすまない勢いでいたのです。いつものがんばりが見えてきたことに、付き添いの心をほぐしてくれたのでした。続いて身体測定と運動能力テストが行なわれました。

学校を出る時、「運動は体育の服装でやればいいでしょう。」と、ことばをかけますと、「先生、ユニホームとショートパンズ、それにはち巻きをしめてやらないと自分の本当の力が出せないからどうしてもこの服装でやりたいです。」と、 張り切った調子で言うのでした。 当日はたった一人だけ福田小とマークの入った黄色いユニホームが広い会場に目だちました。

私達は遙か遠くから、児童達の動きを真剣に見つめていました。50m走、ボール投げ、幅飛び、懸垂の4種目とも、緊張のあまり全力を出し切れなかったが、まあよくやれた等と言っておりました。中でもボール投げはす

ばらしい力が発揮できたように思います。

次々に審査は終り結果を待つ時間が待ちどおしくて, 心配やら不安で落着かず,何度も控室を歩いたものでした。不安と期待の交錯する長い時間もやっと過ぎ発表の 時がやってきました。

「県一には、福田小学校の寺田君に決定しました。」 との、審査員のことばに、「ひそかに願っていたことが とうとう実現されたのだ。」と、 胸の中が熱くなるのを 覚えました。書類提出以来、どうか良い成績であります よう願っていたことが、今目の前にはっきりと、「県一」 と、なって現れたのです。

学校の先生方をはじめ、町や地方の多くの方々も非常 に喜んでくださいました。

この喜びもさめないある日のこと,「10月30日から3日間,東京で行なわれる中央審査会へ出場するように」との通知を受け取り,喜びは,またも,驚きに変わりました。

いよいよ日本一の席を競う場へ臨むのだが,気軽に思う存分,堂々とベストを尽してくるように言い聞かせ, 黄色いユニホームをかかえて元気よく父親と共に上京いたしました。日本一になって帰ってくることもあり得るかもしれない等と,ひそかに先生方や,ご両親と笑顔を浮かばせたこともありました。(学校の電話番号を書き取って行くように父親にお願いしたことが,まさか,真実になろうとは……)

11月1日午後5時半,「日本一になった。」との電話の 知らせに驚き,まさか,人違いではないかと,何度も何 度も聞き直したのでした。翌日,朝日新聞に大きく報道 され,はじめて幹根君に間違いないことが確認できたわ けです。

県一に、そして日本一にと、より高い目標にまで達し 得たことは、最高の喜びであると共に、将来への期待の 大なるものがあることを痛感いたしました。「幹根君, ほんとうにごくろうさまでした。これからもしっかりた のみますよ。」

これまでに育ててこられたご両親の力は、まさに日本一であったに違いありません。寺田さん一家は、日本一を生むことができる家庭だったのです。幹根君の書いた作文の一節に、「だれも助けてくれる人はない、自分自身の体力と、精神力でがんばり通すのだ。」このことばは、幹根君の心髄に流れていることでしょう。いざという時には、何らかの形で態度に現われてくることでしょう。。

幹根君も一人の成長盛りの子どもです。欠点もたくさ んあります。これからも多くの方々に、いろいろな面で ご指導いただくことと思います。そのような時にも決して自分を特別な人間だと思いこまないで、今までの幹根 君でありたいものです。どうか、心身共に健全で社会に役立つりっぱな人間に成長していってください。 幹根君が強く正しく生きぬくことが、多くの方々へのご恩返しであることを忘れることなく、せいいっぱい伸びていきますように、お願いいたします。

一地上のすべての草木は、土の奥深くまで、どっしりと力強く根を張っていす。どんなにきびしい寒さにも世の荒波にも負けまいとして生きています。そして、大空にむかってすくすくと、幹を伸ばしていきます。——

幹根君をたたえる

体育主任

河村禧已夫



。自然の中に

遠く赤石の連峰の続く所、霊峰富士の姿が見える窓。 遠州特有のからっ風が今日も運動場を横切り、そして、 かつて、ベルリンオリンピック大会において、水泳1500 mの種目に優勝された寺田氏の栄光をたたえて作られた ブールを横切って過ぎ去る。

夏の日,賑わった売れっ子だったブールの姿も 佗しく,傍に黙って見つめるポプラの木の葉も散り果て,黒々とその幹をみせ早や冬の姿ではある。

ここ静岡県西部,太平洋の潮騒えを朝な夕なに機の音 も高く聞こえる港町,福田。人口18,000,豊かに広がる 田園。こんな環境の中に幹根君は育った。

。現在の姿

2学期も終りに近づいている今朝も,1年生の先頭に

立って登校してくるリーダーとしての彼。学級や学校の 役員として、常に積極的に児童会の運営に実践に活躍し ている彼。そこには何事にも驚かぬ自信こそあれ、うぬ ぼれとかたかぶるようすはみじんもみられない。

。過去の記録

今,彼の体育の足跡をたずねてみると 5 年生に始まる。近隣校が集まって開かれた陸上競技大会でボール投げで55m 7 cmを投げ優勝している。 6 年生になってからの主な記録を拾ってみると,郡水泳大会において,背泳50m,45 秒 8,第 2 位,郡や近隣校での陸上競技大会ボール投げで62m58 cm,優勝 2 回,更に 400m継走の強力なメンバーの一員として,58秒 6 で優勝と第 5 位の公式記録を保持しているのである。

県審査会の記録では走り幅とび4 m70cm, ボール投 げ65m, 懸垂10回, 50m走7秒5,

全国審査会においては,走り幅とび4 m76cm, $\pi - \mu$ 投げ64m,懸垂12回の結果と聞く。

このような記録も、決して、短期間に生まれたものではなく、各種大会前において彼の練習の熱心さ、たえまなき研究心。人一倍多い練習量と恵まれた体格から生まれたものと思う。

全国審査会出発の日、「先生いってまいります。」の挨拶の時、記録の更新をして来なさいと私はいったものである。過去の大会に出場した際、身につけた背番号11番福田のマーク入り、黄色のシャツを身につけることによって彼の気持がおちつくからということである。静岡県一というだけでも高嶺の花である。日本一は遙かに遠い道である。せめて自己最高の記録をマークさせたい。こんなささやかな願いが最高の栄冠をいただいたのである。

これは幹根君個人の喜びだけでなく学校の全児童をは じめ、地域の人たちと共に祝福するところと考えるので す。

。父子の対話

上京の車中,父との対話の中に,「後日に後悔のないよう,6年間のすべてを全力投球しなければならない。ただ,自分のからだと精神力だけだ。だがなんとしても日本一は福田に持ち帰らねばならない。」との父の励ましのことばがありましたが,彼に,現在もなお「だれも助けてくれない。自分自身の力で頑張るんだ。」と言われたことばは,日本一をいただいたことと同時に一生大事なことばとして残るだろうといっています。また,表彰式に答辞を読んだ時の感動をそのまま,「郷土をよく

するため、世の中のためにつくす人間に成長したい」と いっております。

。これから

夏の暑い日盛り、小雨降る日も、長い夏休みを一日の 欠席もなく、懸命に頑張ったその精神力と恵まれた体力 とをもって、各種大会を経過し、晴れの日本一を受賞し た彼は今、周囲の祝福の中にあって、何を考え、どのよ うに今後進むべきかを考えていると思います。

瞬発的に爆発し、燃焼し去る大会での経験。じわじわ と寄せる練習の苦しさに耐えた精神力を、学校生活の上 に、家庭生活の中で活用し、一段と心身の向上にみがき をかけることと思います。

健康であることは、身も心も健康でなくてはならない。幹根君を鏡として、数多くの人が続くことを夢みながら筆を置きます。



家庭の都合で中央審査会に上京できなかった私は、 「健康優良児日本一になりましたよ」との電話に、母親 としての喜びと、「日本一」と言うことばの重みを、涙 の中でしみじみとかみしめました。

幹根は、生来健康な素質があったのか、町の健康優良 児の代表になり、あるいは離乳期の場合も、家業の繁忙 な事もございましたが、離乳食もとらせず家人と同じ物 を食べさせました。その突然の食物の変化にもかかわら ず、その後小学校に入学するまで、病気らしい病気もせ ず順調に成育してまいりました。

① 学校と環境

浜辺の町で、南は遠州灘に面し、北は広々とした田園、遙か東北に富士山が裾野までその勇姿を一望する事ができる風光明眉で、しかも、気候が温暖、そして、加えるに昔の漁師町の野生的な気風が現存しています。しかも周囲の環境以上に恵まれていましたのは、小学校の教育指導方針が、「強くたくましい子供」に育てる事を一大目標として大いに努力して戴いた事、そして、この実践目標を強力に推進すべく補助していただいた保健養護の先生、給食の関係者、五六年を担任していただいた大桑先生、またその他の担任していただいた先生方の慈愛に満ちた教育の御指導。このように恵まれた環境がこのたびの受賞の最大の要素だろうと思います。

② 栄養と食事

皆様方どこの家庭も同じだろうと思いますが、「我が 家の幸福は健康から」と、栄養面では特に私なりの細心 の注意をしてまいりました。別に高価な食物ではござい ませんが、栄養のバランスに注意したとも言えます。

幹根が三歳になりましてからは、副食を残す事を許さず、食べ終るまで座席から立つ事を許可しませんでした。副食のカロリーが満点であっても食べ残した分だけマイナスになる。すなわち栄養不足になる。そんな心配よりも、食事の躾を考慮に入れてのことです。母親として食事の躾が厳格すぎないかと、反省した事も再三ありましたが、結果的にはなんでも食べるようになり、四年生ころから、体位・体力とも他の児童よりも抜きんで伸びてきた原因の一つかと思います。

③ 家庭の躾

小学校入学前の一年間,その時折々に勉強がどんなものか分かり易く教導したためでしょうか,入学以来家庭で勉強を教えた事が数回しかなく,勉強が遊びと比較しますと正反対にまじめなように見えます。下校してもすぐ勉強させず,太陽の下で十分開放的な遊びをさせて,夜自主的に勉強させています。

体力面では、就寝前に、腕立伏臥を三年生のころから 指導してまいりましたが、五年生ころから膝の屈伸運動 または重い物を持って手首の運動など、毎晩ではござい ませんが進んで体力の養成に努力しているようでござい ます。陸上・水泳大会の優勝を目標の努力かとも思いま すが、それが体力の充実した要素の一点かと思います。

静岡県の審査前には郡大会の水泳・陸上競技の練習が 続き、体重も3kgほど落ちていたために、審査を意識し ての運動の練習はしませず,ただ主人が幹根に「努力に こそ勝利があるのだ」と、身近な例を話し、切々としか も根性をシゴかれていた様子でございました。幸い県一 位、そして特選児になりました時にも、家庭での指導は、 主人が学生時代競技選手でしたので、陸上競技はフォー ムが美しくなくてはだめだと、幅・投の二種のフォーム だけ教え、練習は本人の自主性を尊重しました。

中央審査会に出発の時に、「全力を出して頑張りなさい。後日、今少し頑張ればと後悔しないようにね」と、送りました。主人も努力と根性の成果を期待し、一言の激励もせずに二日間の審査を遠くから静かに見ていたとの事です。

特選児童のだれが選出されても立派な「日本一」になれましたのに、幸い過分な幸運に恵まれて日本一に選ばれました事を深く感謝し、将来とも逞しい健康を維持し、若竹のように伸びやかに育てたいと存じます。

答辞に、「世の中の人の幸福に役立ちたい」と言った 幹根に希望を託し、皆々様の末長い御指導をお願いいた します。

昭和44年度健康優良児

日本一(男子)

静岡県 福田町立 福田小学校 寺田 幹根 日本一(女子)

福島県 福島市立 清水小学校 山内世利子特 選(男子)

北海道 旭川市立 永山小学校 稲尾 茂則岩手県 釜石市立 小佐野小学校 高橋 俊明宮城県 仙台市立 長町小学校 高橋 昌之山形県 寒河江市立 寒河江小学校 角田祐三郎福島県 いわき市立 小名浜第一小学校 大内 宣明埼玉県 大宮市立 宮原小学校 小田川 匠山梨県 敷島町立 吉沢小学校 中丸 保彦徳島県 徳島大学教育学部附属小学校 辻 泰弘香川県 高松市立 築地小学校 谷川 修一特 選(女子)

茨城県 出島村立 安飾小学校 金塚太美子 埼玉県 妻沼町立 男沼小学校 奈良原利子 岐阜県 川島町立 川島小学校 佐藤 弘江 京都府 城陽町立 井波小学校 柏坂 麻里 京都府 大阪市立 苅田小学校 中田 佳子 岡山県 笹岡市立 中央小学校 笠井 三技 福岡県 浮羽町立 中部小学校 平林 久美

健康優良児日本一山内世利子

福島市立清水小学校長

高 田 進



1. 山内世利子さんのこと

山内さんは、たいていのことは、こなしてくれるであろうという安堵感が持てるこどもである。県の代表として、東京での中央審査会を受ける場合にも、運動能力の検査で平素の力を出してくれれば、面接その他ではたいてい大丈夫であろう――却って実力以上の力を出すかも知れないという予想が持たれていた。

健康優良の代表として選ばれる児童は、さすがに、粒 選りの方ばかりで、ことに全国代表の20名の健康優良児 は、選考委員長の選考過程の説明どおり、なかなか甲乙 をつけにくいりっぱな体位体力の持ち主である。

山内さんの11月の中央審査のさいの体位,体力の記録は,本人の記憶によると,次のとおりである。

ĺ	身	長	155.7cm	50m走	7.8秒
	体	重	48. 3kg	走り幅跳	3.76 m
ı	胸	囲	81.7cm	ソフトボール投	34 m
	座	高	83.2cm	けんすい	69秒

この記録は、六年生の女子のなかで、大がらでしかも よく均斉のとれた児童の体位体力であって、ひとつひと つでは、特にずばぬけたものは見当らない。

山内さんのこの記録と、過去3か年間の女子日本一の体位体力とを比較してみると、非常に似ている。この四人の六年生は、一見して、六年生としての発育において、肉体と精神とが美しい均衡を保って発達していると感じられるこどもたちである。健康優良児の選考の基準として、特に精神と肉体の調和的な発達という点に重点を置いているのであろうと推測するのである。そして私は、このような方針に大いに共鳴し、むしろ、肉体は、精神的健康によって健全になり得るものであって、今後いっそう、精神面を重視していただきたいと願うものである。

2. 学校と家庭のこと

山内さんは、清水小学校に五年生の時に転校してきた。母親の記録にのっているように転校の回数が少なくない。しかし、本校ではそんなに珍らしいことではない。

本校は、福島市の西北郊外の住宅団地のほぼ中央に位置している。児童数は1500名で市内一の大規模校、流動的地区の状態を反映して、児童の転出入が相当にはげしい。校舎は古びているが、校庭はかなり広く、運動好きの学校である。学校の東側に、交通激甚の13号国道が通っているので、交通指導には特に留意して、交通公園なども設けられている。

山内さんは、度重なる転校経験をりっぱに生かして、 物おじしないリーダーとしての性格を育て上げた好例で あろう。ここにも担任教師と母親のはげましが、すばら しく効果的であることを示している。

本校では、学校の努力目標として、自主学習、つよい体づくり、よい学級づくり、の三つをかかげて、児童も教師も共通に努力している。

山内さんの6年2組は、鹿又先生のイキのよい指導と、こどもたちの意気とがピッタリ合って、志気の高い学級がつくられている。世利子さんは、その中で、ハキハキと意見を述べ、テキバキと物事を処理し、カイガイしく友だちのめんどうを見る――ひとくちにいって、真面目な性格どおりの生活ぶりである。

どこの親でも世利子さんのようなこどもが欲しいなあ と思うであろう。そして,このように育て上げたいなあ と願うことであろう。

だが、山内さんのお母さんの教育態度からは、特別の 秘訣をくみとることは難かしい。ただ、家庭生活全体が いかにも健康であり、母親が自分の信念として、人間は もともと何かに耐えて生きなければならないものだとい う、平凡な方針を、明かるい態度で、こどもたちの教育 に実践している点にあるようである。家庭教育の重要性 が論じられるとき、おおいに考えさせられる こ と で あ る。

山内さんは、テレビ出演や新聞記者との会見で、将来の希望を聴かれると、 *外交官になれるならば、そうありたい。と言ってきた。そして、*現在は女の外交官の数が少なく、なかなか難かしいと思うが、私の名まえは、世を利する子という意味でつけられているので、外交官のような仕事で、お役に立ちたいものであると願っている。と述べる。若い希望が満ちていて気持ちがよい。しかし、われわれは、日本一の栄養の重みに耐えかねる時がくるのではあるまいか、などと杞憂する。

世利子さんは, きっと精いっぱいがんばることであろ

う。多少の悩みを克服できる耐性はすでに養なわれている。そして,大成していただきたい。

3. おわりに

清水小学校は、今年で創立80周年を迎え、記念の学習発表会を開催した。その時、80年の栄光という題で、本年度中に学芸・体育の諸活動で収めた数々の成果を紹介して、そのフィナーレとして山内さんの表彰が披露された。山内さんが日本一の栄光を受けたことは、80年の沿革の総決算として、また、わが校の未来の明るい展望として、まことに意義深いものであったとしみじみ感じさせられた。

日本一健康優良児を担任して



鹿叉カッ子

11月1日午後3時を少しまわっていたかと思われる。朝日新聞社の待合室は、発表を待つ人々の緊張した空気で静まりかえりシーンとしていた。やがて審査委員長が見えられ「ただ今から昭和44年度健康優良児日本一を発表します。女子代表、福岡県いや福島県福島市立清水小学校山内世利子さん。」 待合室は拍手とざわめきで一杯だった。

最初,福岡県と聞いたので「ああだめだったのか。」 と思った瞬間だったので急には日本一の栄光を実感とし てうけとめることができなかったのである。皆さんから の盛んな拍手に山内さんも次第に落ちつきをとりもどし たのか,うれしさのあまり感激の涙を流していた。それ もそのはず山内さんは均整のとれた体格であっても優良 児のなかで決して人目をひくような存在ではなかったの でしたから。

思えば、山内さんが日本一に選ばれたのは決して偶然 や運などというものではなく、私には当然のことと思え るのです。

明るくてすなおな性格の中にたえず努力しようとする

熱意が秘められ、学習・スポーツに精を出してきた山内 さんの努力が実を結んだものと思います。

「私は百メートル走がにがてなので記録をもっと伸ばさなくては……」とひとりでおそくまで練習に励んでいた山内さん。どこまでも自分のたりない面を補なおうと努力し、忍耐強く、しかも、自分自身にどこまでもきびしくしようとする態度には級友もいつしか感激して、いっしょに競走相手になってくれたものでした。

幾日かすぎた午後「いくら練習しても記録がのびないのですが……」としょげた顔でやってきた。スタートにおけるダッシュが悪いのか、フォームが悪いのか、体育主任の指導を受けた。自分のたりない面をとことんまで貫ぬこうとする秘められた闘志、物事を理論的に解決しようとする態度、目標をもって努力すればきっと実現できるという信念の持ち主である。

表彰式の答辞と日本一にえらばれたときの作文に,

「……わたしが日本一になれたのは、ただ運がよかったからだと思います。これからは社会に役立つ人間になるようがんばる覚悟です。……日本一の優良児にえらばれました。うれしさと同時にとても重大な責

任を感じました。わたしが日本一になれたのも御指導くださいました先生方、それから多くの世の中の人のおかげだと思います。これからはこの感激をたいせつにし、世の中のために役立つ人間になるようがんばることがみなさんへのお礼というものになるのだと思います。……」

このように、日本一になった喜びと責任を書いていま す。

健康優良児日本一という名のもとに, 級友や世の中の

人たちからずいぶん大きな期待がかけられると思います。しかし、山内さんにも、いるいる欠点が多く、これから幾多の苦難の壁にぶつかり、それをのりきらなければならないことでしょう。そんな時には、山内さんも日本人のひとりであることを忘れずにあたたかい態度で見守ってやることがたいせつだと思います。これからは自分の選んだ道に、彼女自身の健全な精神で苦難の壁をつき破って進むことでしょう。そして、社会に役立つ人間になられることを期待し声援をおくります。

「日本一」となって

母山内和子



i1月3日の表彰式に「日本一」という栄誉を与えられ、私は信じられないまま表彰台に立ち、「我が子が、我が子が」と疑う気持ちだけで、ただ今でもあの時の瞬間を思い起こすことができないほどの心境でございました。そして児童代表として式の最後に答辞(自分一人で作文したもの)を読みあげた時、「いつの間にこんなにまで」と、学校の先生方への感謝の気持ちでどうしても涙をおさえることができませんでした。決して涙もろくない私といたしましては、久し振りの感涙だったと思う次第でございます。

娘 世利子に就いては、特にとりたてて申し述べる養育方法はございませんでした。

ただ、精神的にも肉体的にも強く育てたいという気持 っから次の点に注意したつもりです。

(1) 12月3日の冬生まれでしたが、「部屋をあたためる」「暖かいオムッをさせる」ということはいたしませんでした。(日赤病院からの指示もありましたが、この訓練は皮膚を丈夫にし、それ以来かぜ一つひかなかったのです)

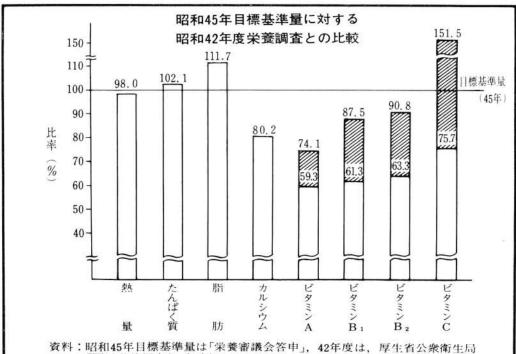
(2) 満2歳ころから余分なオモチャは与えないで、 一つのものを相当期間使わせるようにいたしました。幼稚園・小学校に入っても、子供のねだるままのものは与えることはいたしませんでした。私なりの経済的な生活環境があったと思われますが、我がままな気持を増長させずに忍耐力を養なうのは大いに効果があったと思っております。

お陰様で、質素な生活に馴れながら食べ物にはほとんど好き嫌いなく、手前味噌になりますが忍耐強く、何事も負けず嫌いで、明るく育ってくれました。主人の勤務の関係で、小学校も四たび転校いたしましたが、まるっきりの環境変化にもめげず、毎日楽しい学校生活を送つておる次第でございます。

これ偏えに,担任の先生方の「お心尽し」の賜と感謝 の気持一ばいで,生涯忘れることができません。

この上は、娘の世利子もこの名におぼれることなく、 あくまでも謙虚な気持で自信をもってなんとか初志を貫 徹し、世の人のために、いくらかでもご恩返しできる仕 事を成し遂げることを願う気持でございます。

水



「国民栄養調査(42年度)」。

(注):ビタミンの斜線部分は調理による損失分である。

(厚生省:厚生白書昭和44年版から)

"ママの質問箱"

★総合愛育研究所保健指導部長 医学博士 松島富之助先生

★お茶の水女子大学教授 医学博士 平井信義先生 これは河合製薬提供のラジオ番組で、毎日毎日お家庭のお母さん方が、心をいためるお子さんの病気や教育、あるいはしつけなどについて、左記の両先生が親切にお答えくださいます。ご利用ください。 どについて、左 くださいます。

[各局の放送時間]

(放送は毎日、但除日曜)

ニッポン放送 (東京)

9時20分から

九州朝日放送 9時25分から (北九州)

ラジオ大阪放送

(大阪)

東海ラジオ放送 (名古屋)

9時45分から

11時から 北 放 送 台)

北海道放送 9時15分から

(札 幌)



学童の健康づく

品質本位の保健栄養剤

カワイ肝油ドロップ 3号

1粒中 { ピタミンA

3,000国際単位 300国際単位

(fili

肝油ドロップ

2,000国際単位 ピタミンA 2,000 ピタミンD₂ 200 ピタミンB₁(セチル破験塩) 1 粒中 200国際単位 2.75mg

カワイ肝油ドロップ C

3,000国際単位 300国際単位 20 mg

11世35分から

給 食 強化剤

1g中{ビタミンA ビタミンD2

50,000国際单位 5,000国際单位

製造係光元 河 合 製 薬 株 式 会 社

東京都中野区新井2丁目51-8