# 健康教育

☆　がんばり強い子の育成
——知・徳・体の調和をめざした健康教育…… 2

☆　めあてをもち、ねばりづよく
——心身ともに健康な子どもづくりをめざして…… 7

☆　児童の保健活動から地域ぐるみの健康づくりへ
——丈夫で明るい元気な子どもをめざして……13

☆　テーマ「個と集団」……18

昭和58年度健康優良学校　全国特別優秀校・全国優秀校　〈朝日新聞社提供〉

No.90

堤防マラソンの子どもたち

青森県八戸市立三条小学校

校長　佐　藤　忠　夫

# がんばり強い子の育成

## ——知・徳・体の調和を めざした健康教育——

### 1．はじめに

“朝のかけあし、その日のスタート”を合言葉に、子どもらの一日が始まる。

登校と同時に、校舎の裏を流れる浅水川の堤防をマラソンコースとして、それぞれの学年の目標距離に向かい子どもらは今日も走り続けている。

本校の堤防マラソンが始められてから、既に12年の歳月が流れている。児童数約千人の規模にしては、規準の半分にも満たない狭いグラウンドのため、とかく、運動が不足がちとなる。その悪条件を補い、更に積極的な体力づくりを目ざしているのが、この堤防マラソンである。

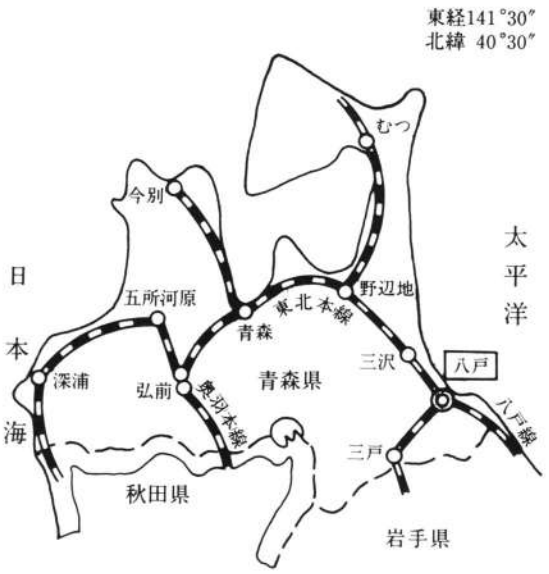
昭和51年から3か年にわたる「文部省体力づくり推進指定校」が契機となって、学校だけの体力づくりから、地域の体力づくりへと発展したのが、本校自慢の「親子おはようマラソン」である。これは、毎年4月から11月にかけて、毎日曜の午前6時から、親と子が連れだって、堤防マラソンコースを走ることにしている。当初は、学校を会場とした一か所で実施していたが、2年、3年と年を経る毎に、会場数が増えて現在では、学区内六か所で行われている。運営は地域の父母が中心となって、それぞれの地域状況に合わせたコースを設定して「親子おはようマラソン」が実施されている。子どもの親だけでなく、希望する方は子どもがいなくても、誰でも参加するよう奨励している。冬は天候や地盤の状況からシーズン・オフとしているが、1月1日は「元旦マラソン」の名のもとに、学校会場で盛大に開催されている。

### 2．本校をとりまく地域の状況

八戸市は、青森県の東南部に位置し、市の北東部は太平洋に面し、岩手県を源流とする馬渕川及び新井田川河口に発展した水産業、工業などを産業発展の軸に躍進を続け、人口24万人を擁する都市である。本校は

市の西部に位置する上長地区で、昭和30年に八戸市に編入されている。減反政策以前は穀倉地帯で、住民の多くは農業で生活を営んでいたが、今日では、児童の家庭の80%が国鉄はじめ会社勤務等の月給生活者で占められている。

学区のほぼ中央を東北本線が走り、八戸駅がある関係から、八戸の表玄関的役割を担っている地区でもある。




## 3．本校の概要

明治９年に開校し、本年で107年の歴史を有している。昭和17年全日本健康優良児童女子日本一が生まれた学校でもある。

28学級（難聴２・精薄１含む）児童数969名である。本校の近くには、県立高校、中学校、幼稚園、保育所等の文教施設が集まっている。

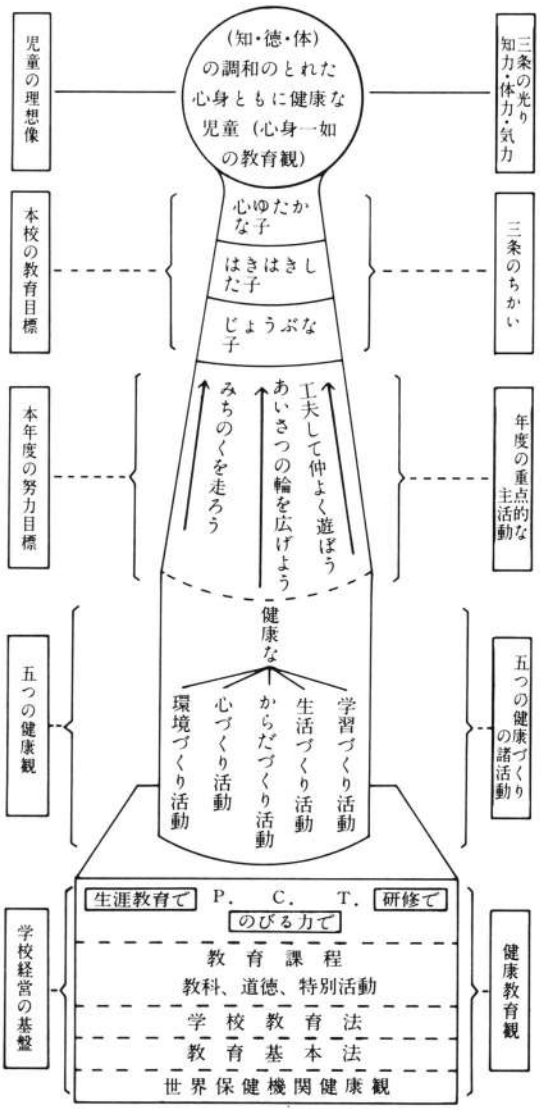
現校舎は、十勝沖地震のため、木造校舎改築を余儀なくされ、昭和47年に現在の防音鉄筋校舎が完成している。校舎完成からおよそ10年を経過した今日、既に教室不足をきたし、狭いグラウンドに、更にプレハブ仮校舎二教室が設置され、従来にも増してグラウンドが狭くなっている。校舎構造そのものも、防衛庁サイドの設計とあって、教育的に、特に健康面に関しては、良好な校舎環境とはいわれない。即ち天井が低いとか、玄関が薄暗いとかの、多くの点で、環境的課題を有する学校でもある。児童数増加にともなって、近い将来において、分離校舎の建設が予定されている。

## 4．学校経営の目標と特徴的な活動例

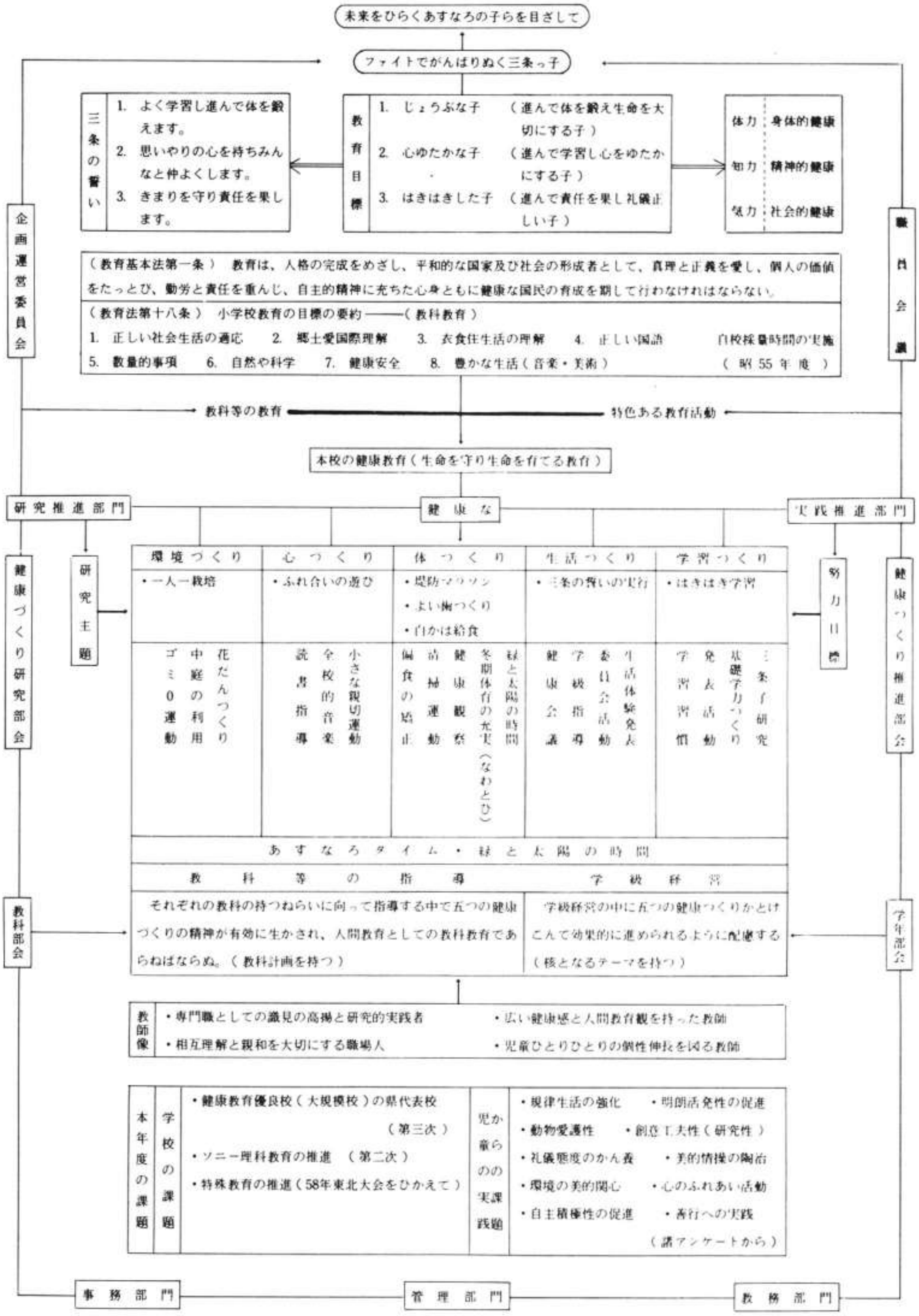
### (1) 本校の教育目標

知育・徳育・体育の調和のある教育を目ざした本校教育の基本的考えを、ひと目で理解できるよう表示したのが、次の「本校健康教育の構造化」である。

**――本校健康教育（ブロンズ型）の構造化――**



# 三条小教育の全体構造



未来をひらくあすなろの子らを目ざして
ファイトでがんばりぬく三条っ子
三条の誓い
1. よく学習し進んで体を鍛えます。
2. 思いやりの心を持ちみんなと仲よくします。
3. きまりを守り責任を果します。
教育目標
1. じょうぶな子 （進んで体を鍛え生命を大切にする子）
2. 心ゆたかな子 （進んで学習し心をゆたかにする子）
3. はきはきした子 （進んで責任を果し礼儀正しい子）
体力 身体的健康
知力 精神的健康
気力 社会的健康
企画運営委員会
職員会議
（教育基本法第一条） 教育は、人格の完成をめざし、平和的な国家及び社会の形成者として、真理と正義を愛し、個人の価値をたっとび、勤労と責任を重んじ、自主的精神に充ちた心身ともに健康な国民の育成を期して行わなければならない。
（教育法第十八条） 小学校教育の目標の要約 ——（教科教育）
1. 正しい社会生活の適応 2. 郷土愛国際理解 3. 衣食住生活の理解 4. 正しい国語
5. 数量的事項 6. 自然や科学 7. 健康安全 8. 豊かな生活（音楽・美術）
自校採量時間の実施 （昭55年度）
教科等の教育
特色ある教育活動
本校の健康教育（生命を守り生命を育てる教育）
研究推進部門
健康な
実践推進部門
健康づくり研究部会
研究主題
努力目標
健康つくり推進部会
環境つくり
・一人一鉢培
花だんつくり
中庭の利用
ゴミ0運動
心つくり
・ふれ合いの遊び
小さな親切運動
全校的音楽
読書指導
体つくり
・堤防マラソン
・よい歯つくり
・白かは給食
緑と太陽の時間
冬期体育の充実（なわとび）
健康観察
清掃運動
偏食の矯正
生活つくり
・三条の誓いの実行
生活体験発表
委員会活動
学級指導
健康会議
学習つくり
・はきはき学習
三条子研究
基礎学力つくり
発表活動
学習習慣
あすなろタイム・緑と太陽の時間
教科等の指導
学級経営
それぞれの教科の持つねらいに向って指導する中で五つの健康づくりの精神が有効に生かされ、人間教育としての教科教育であらねばならぬ。（教科計画を持つ）
学級経営の中に五つの健康つくりかとけこんで効果的に進められるように配慮する（核となるテーマを持つ）
教科部会
学年部会
教師像
・専門職としての識見の高揚と研究的実践者
・広い健康感と人間教育観を持った教師
・相互理解と親和を大切にする職場人
・児童ひとりひとりの個性伸長を図る教師
本年度の課題
学校の課題
・健康教育優良校（大規模校）の県代表校 （第三次）
・ソニー理科教育の推進 （第二次）
・特殊教育の推進（58年東北大会をひかえて）
児童からの実践課題
・規律生活の強化
・明朗活発性の促進
・動物愛護性
・創意工夫性（研究性）
・礼儀態度のかん養
・美的情操の陶冶
・環境の美的関心
・心のふれあい活動
・自主積極性の促進
・善行への実践
（諸アンケートから）
事務部門
管理部門
教務部門

### (2) 本校の健康教育観

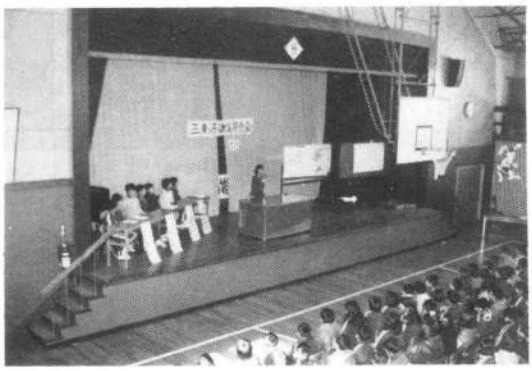
健康教育というと、多くの方々は、学校保健と体育だけに重点をおいて、他の諸活動は二の次にしていると考えがちである。本校では身体に直接的にかかわる学校保健や体育にとどまる狭い意味の健康という概念ではなく、教育活動全般即ち、国民の基礎教育である小学校教育即健康教育の考えに立っている。即ち教育基本法にも述べられている通り「心身ともに健康な児童の育成」にある、という、広い健康観に立っているのである。したがって、教科教育、道徳、特別活動及び課外活動等、すべて含めて健康教育の対称としている。

### (3) 五つの健康づくり

前項の教育観に立って、本校では「五つの健康づくり」という五領域に、主たる活動を分けている。なおこの五領域に合わせた形で、学校の運営組織を進めている。次はその運営組織を構造的に示したものである。（4ページ参照）

①健康な学習づくり

毎日の学習や日常生活の中で物事を研究的に見つめる目や態度が養われるよう努力している。これを本校では「健康な学習づくり」と呼んでいる。三条っ子研究もその一例である。



三条っ子研究の発表会

②健康な生活づくり

子どもの生活を、みんなと仲よく、楽しくやれるような心や態度を養うために、本校では学級朝会や全校朝会で「三条の誓い」を誦和させている。声を出す教育でもあり、目標意識を高める指導でもある。

**● 三 条 の 誓 い**

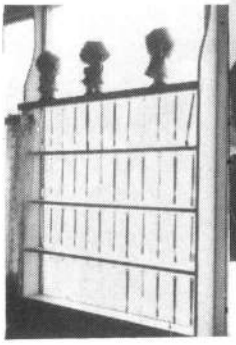
⊙よく学習し、すすんでからだを鍛えます。
⊙思いやりの心をもち、みんなと仲良くします。
⊙きまりを守り、責任をはたします。

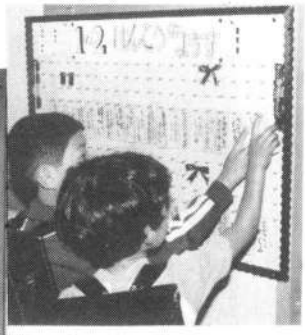
③健康な体づくり

- 堤防マラソン（体育部）
- よい歯づくり（保健部）
- 青空給食や白かば給食（給食部）

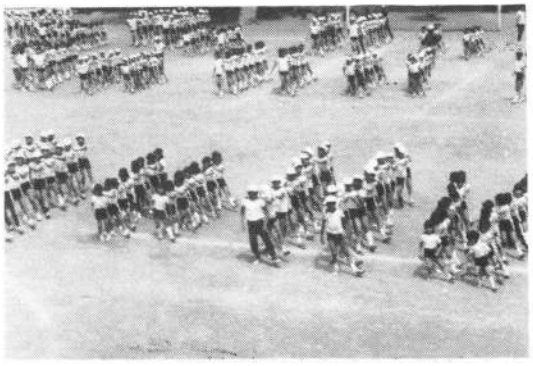
からだづくりは、この三部門を柱として上記のほかいろいろな活動の展開を図っている。特に、よい歯づくりでは、給食後、全校歯みがき「ノンカップ、ノンペスト方式」で実施している。使用した歯ブラシは、本校独自に工夫創案した「太陽乾燥式」の歯ブラシ棚を設備している。又、自からの健康に気をつける習慣を高めるために、「健康表示板」も本校独自なものである。

三条小式歯ブラシ棚





健康表示板の名札を操作する子どもたち



業間のふれあい活動

④健康な心づくり

思いやりの心を持って、みんなと仲よく生活できる子をめざして、子どもどうしが理解し合う「ふれあい活動」の場をもうけている。業間の「緑と太陽の時間」に、異なった学年との組み合わせによって、仲よく遊んだり、ゲームに興じたり、フォークダンスなどを実施している。

⑤健康な環境づくり

恵まれない環境であるが故に、特に児童の環境への関心を高める必要がある。そのための一つとして「一人一鉢栽培」を実施している。自分達の学ぶ学校を「花で美しくしよう」という心を育てるためである。一人一鉢栽培させ、世話をすることによって、理科の学習にも役立ち、しんぼう強さや「やさしい心」も養われる。秋には、世話をよくやった児童に「あすなろ賞」を与え、励ましとしている。この他にタイヤ花壇の世話、５３０（ごみぜろ）運動等も展開されている。

## 5．健康ノート「のびる力」

以上述べた事柄は、本校の活動の概観であるが、多くの活動が児童自身のものとならなければならない。その手だてとして、本校独自の編集による「のびる力」という「健康ノート」を全校児童に持たせている。これは、諸活動の方法や、児童の記録、更に自己評価にも役立つようにしたものである。

## 6．おわりに

これまでの全国健康優良学校特別優秀校は、環境もすばらしく、それにともなった活動も、模範的な充実がなされていたが、本校の場合は「環境の恵まれない点をいかにして克服していくか」という大きな課題のもとに展開された健康教育であるが、まだまだ不十分で、つたない実践であることをお断りしておく。

一人一鉢の朝顔やサルビヤ

表彰を受ける三条小学校
（朝日新聞社提供）

タイヤ花壇

# めあてをもち、ねばりづよく
# 心身ともに健康な子どもづくりをめざして

岡山県川上郡成羽町立成羽小学校

校長　中村順平

## 1．はじめに

教育とは心のつながりがなくては成立しない営みである。小学校教育においては、その心のつながりの最も強いのは学級における毎日の生活・学習である。この学級での営みを基盤におくことが大切であると考えている。

そのために、学級担任は学級の構成員である個々の児童すべてにわたり真のすがたを知っていなければ、有効適切な教育をすることはできないはずである。

また、小学校時代の子どもたちにとって、遊び、集団をつくって遊ぶことの教育的意義は極めて大きいものがある。

さらに子どもをとりまく環境が、子どもたち心身の発達に働きかける力もまた大きいものがあると考えられる。

これらの考えのうえに立って、心身ともに健康で、21世紀をたくましく生きていくことのできる子どもの育成をめざしている。

身体の健康だけでは、真に健康な子どもとは言えない。体も心も健やかであってこそ真に健康な子どもといえる。

健康で生き生きとした心身が、すべての教育の基盤となる、との考えのもとに教育を進めるように努めている。

## 2．地域・学校の概要

成羽町は、岡山県三大河川のうち一番西を瀬戸内海に注ぐ高梁川の支流成羽川の中流に位置し、伯備線備中高梁駅西方約９kmにある人口約7000人の町で、小学校５校中学校２校をもつ。そのうち本校は、町の中心で、川上郡の中心でもある。

寛永16年常州下館より水谷勝隆、成羽５万石の城主として入部し、従来の御殿を増補修築して威厳のある居館とした屋敷跡に建つ児童数394、学級数13（うち特殊１）をもつ中規模校である。

学区は市街地が大部分と、その北側台地にある農山村部からなり、児童数の⅘は市街地居住である。

校舎全景

## 3．健康教育にとりくんだ理由

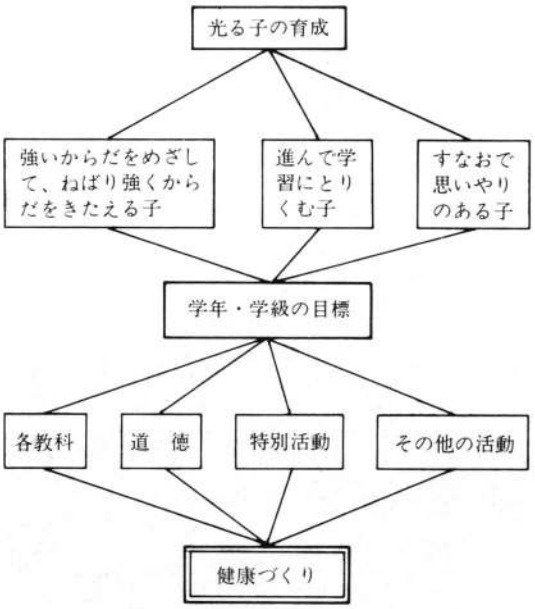
農山村・古い城下町の成羽の地域も、社会情勢の変化から夜型生活リズムになりがちで、子どもたちにもその影響はのがれられず、くらしのリズムの乱れ、基本的生活習慣の欠如も見られだした。その上、53年～55年に亘る校舎・屋内体育館建設工事に伴う危険ということもあり、戸外で遊ぶ子の姿が少くなり、テレビの前で室内で時を過ごすことが多くなってきた。

このことは心身ともに健康な子どもづくり・21世紀にたくましく生きる健康な子どもづくりに、放っておけぬとの反省が校内におこりつつあった。

体位・体力・運動能力の面からも、生活リズム・視力異常・う歯の状況などの実態も調査し反省を加えた。

時を同じくして岡山県教育委員会から55年度56年度二か年に亘り、学校保健・体力づくりの研究指定を受けたことを契機に、全校あげて、また保護者ともども研究への取組みを進めてきた。

## 4．本校でめざすもの




**具体的には**

(1)　強いからだをめざして、ねばり強くからだをきたえる子

①　めあてをもって、力いっぱい運動することがすきな子

②　友だちと助け合って、運動する楽しさのわかる子

③　健康で毎日の生活ががんばれるように、保健安全の習慣を身につけた子

(2)　進んで、学習にとりくむ子

①　よく聞き、よく考える子。

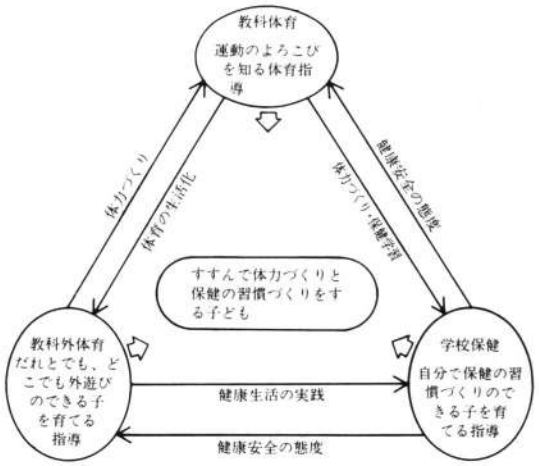
②　ひとりひとりが、目あてをもって学習にとりくみ、問題を解決しようとする子

(3)　すなおで、思いやりのある子

①　思いやりをもち、助けあい励ましあって生活する子。

②　基本的な生活習慣を身につけた子

教育課程全領域によって健康な子どもづくりをめざした。



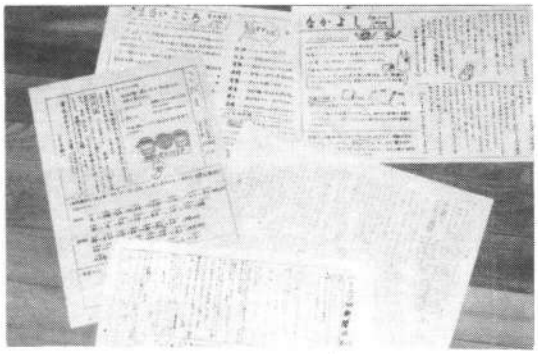

## 5．地域の協力

教育――ことに健康教育は、父母・PTA・学校医をはじめ地域の人たちの理解と協力なくしては実効を上げることは不可能である。

父母・PTAにもあらゆる機会をとらえ、実態を知らせ、学校の考え方や取組みのようすを理解してもらうように努めた。

PTA総会・授業参観日・学級懇談日・役員会・成小だより・保健だより・学級だよりなどあらゆる場を通

して訴えた。



学校だよりなど

○PTAの活動

まずPTAが「なんとかしなければ」と活動を始めた。校地の南側に隣接する鶴首山城趾の麓の町有林950㎡を町から借り受け、自然の中で子どもたちをのびのびと遊ばせようと、古電柱・古タイヤなど資材を集め、労力を奉仕して美しい自然の林の中に、親たちの手作りのアスレチックが完成したのは、55年12月22日小雪の舞う寒風の中、PTA全員作業の日であった。

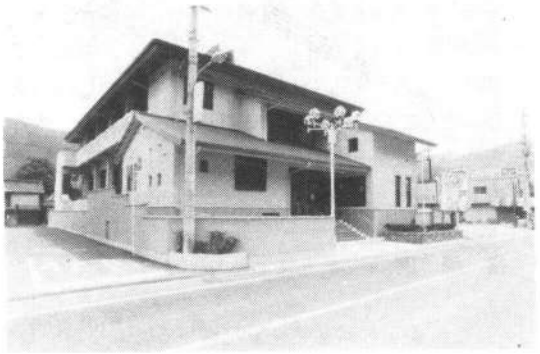
アスレチックランド

労力資金の協力にとどまらず、保健学習の資料の提供、生活リズム点検への協力、家庭における基本的生活習慣の指導などへの理解も深まり協力の動きが出てきた。

○地域社会体育・町民スポーツの振興

町当局・教育委員会もスポーツ振興に積極的に行政努力をされ、スポーツ少年団は、剣道・柔道・野球の3少年団が結成され、週2回の練習、親子競技会の開催などにも盛り上がりをみせ、それを受け57年度総工費1億9千万円の町立武道館の建設をみた。

スポーツ少年団



武　道　館

また体育の日の行事として、全町を12チームに地区分けしての町民スポーツ祭が開かれ、保育所・小学生から老人クラブまで町民一体盛大にしかも和気あいあいの秋の一日を過ごすことも恒例となっている。

町民スポーツ祭

## 6．教育活動の内容

○薄着生活の奨励

皮ふの鍛練・体温調節機能の向上をめざし登校した者から全員ショートパンツ・スポーツシャツに着替えて朝の業前運動なわとび、持久走など学級での計画によって運動場にとび出す。取組み後4年経過、かぜによる学校学級閉鎖もなく、出席率も大いに向上してきた。

一日平均欠席数

S54年度——6.8人

S55年度——6.2

S56年度——6.9

S57年度——6.0

薄着の子ども

○じぶんで課題をもって挑戦する楽しい体育学習

題材の目標を分解し、多くのステップを組立て、自分でめあてをもち、ねばりづよく励まし合い支え合いよろこび合える体育の授業研究を進め、体育ぎらいの子をなくし、生活の中でも自ら進んで練習に励むよう体育の生活化をめざす。

**指　導　例**

第6学年　体育科学習指導案

**1．題　材**　鉄棒運動（腕立て前転を含む連続技）

**2．目　標**

| 体　力・技　能 | 態　度 |
|---|---|
| ○腕立て前転を含む連続技が調子よくできる。 | ○自己の能力に適した課題をもつ。<br>○安全に留意して運動する。<br>○互いにはげまし合い助け合って運動する。 |

**3．指導計画**

<table>
<tr><th></th><th></th><th>1（本時）</th><th>2</th><th>3</th><th>4</th><th>5</th><th>6　7</th><th>8</th></tr>
<tr><td rowspan="2">障害走<br>鉄棒</td><td rowspan="2">15－<br>25－</td><td rowspan="2">・自分の力を知り腕立て前転を含む連続技を組み立てる。</td><td>・障害走をして自己の課題をもつ。</td><td>・一台のハードルを素早くまたぎこす。</td><td rowspan="2">・二台のハードルを素早くまたぎこす。</td><td rowspan="2">・発表会をする。<br>・学習の反省をする。</td><td rowspan="2">・60mの中にハードルをおいてリズミカルに素早く走る練習をする。</td><td rowspan="2">・60m走の記録をとり競争する。</td></tr>
<tr><td>・腕立て前転の練習をする。</td><td colspan="2">・連続技を調子よくできるように練習する。</td></tr>
</table>

6年鉄棒練習カード　ぼくの／わたしの連続わざをつくろう(　　)

できる技

| 上がる技 | できたら○ | まわる技 | できたら○ | おりる技 | できたら○ |
|---|---|---|---|---|---|
| とび上がり | | うで立て後転 | | 前回りおり | |
| 片足逆上がり | | うで立て後転（連続） | | うしろおり | |
| 両足逆上がり | | うで立て前転 | | ふりとび | |
| けんすい逆上がり | | うで立て前転（連続） | | ひこうきとび | |
| | | | | | |

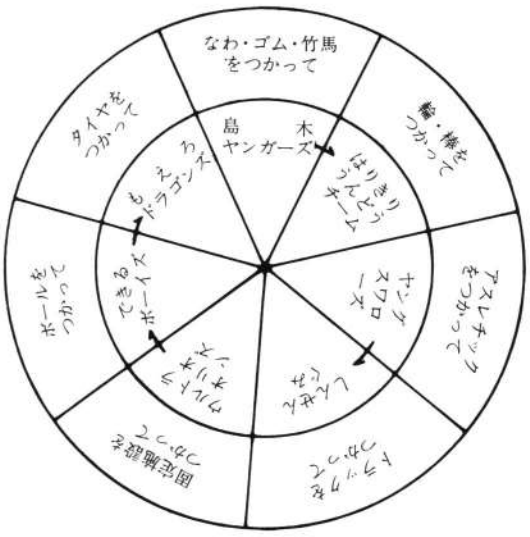
| やりたい連続わざ | |
|---|---|
| | |

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---|---|---|---|---|
| 今日のめあて | | | | | |
| できぐあい | | | | | |
| その他助け合い | | | | | |

腕立て前転のしかた

伸膝の場合　　屈膝の場合

●遊びの種目とローテーション表



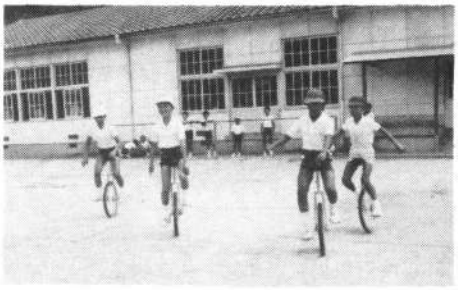

○交流協力の輪を広げる縦割の業間あそび

日課表に毎日30分間の業間あそびの時間を位置づけ、月・水曜を縦割りグループ業間とし、1～6年全員を7グループに編成。前週金曜放課後にもつリーダー会で、子どもたちが計画考案した遊びを共に楽しむ。たての集団遊びの助長と、遊びの地域への広がりを願い、外遊びのできる・外遊びの好きな子どもの育成を図っている。金曜は学級を単位にした業間遊び。火・木曜は自由業間とする。

業間あそび

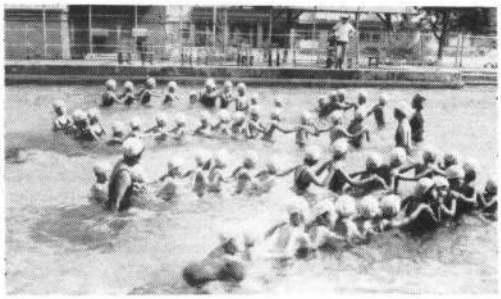
○一輪車による平衡感覚全身運動の奨励

57年度一輪車38台の寄贈を受けたことにより、子どもたちは興味をもって熱心に挑戦し、乗りこなせる人数はどんどん増加して遊びの中に定着し常時活用されている。全校394名中少しでも乗れる者を含めると約70%は乗れ、5・6年生では体育授業にも取入れ、ほとんど全員乗りこなすまでになっている。



一　輪　車

水泳教室



○水泳教室の実施

毎年夏休み第1週7日間をあてての水泳教室を実施。3年生以上の中で25m泳ぎきれない者を抽出し保護者の理解と了承をうけ、3段階22のステップをもつプログラムを立て、全員それによって指導する。毎日90分4人の教師が分担し指導に当たる。

| プログラム | |
|---|---|
| 段　階 | 内　容（すべて大プールにて指導） |
| 1．体がぬれる（水に慣れる） | 1．シャワーをあびながら「パッ」という |
| | 2．水かけっこ |
| | 3．四つんばい歩き（ぞう、うま、きりん） |
| | 4．肩に手をおいて電車ごっこ |
| | 5．水中ボートボール |
| | 6．四つんばい歩き（かば・顔を半分つける） |
| 2．頭がつかる | 7．電車ごっこ（棒をくぐる） |
| | 8．ジャンプしてできるだけ多く手をたたきながらしゃがむ |
| | 9．輪くぐりリレー（輪を水面に浮かべる） |
| | 10．沈んだボール置きかえリレー |
| | 11．水中ジャンケン |
| 3．体が床から離れる | 12．馬とび（二人組） |
| | 13．沈みっこ（水中にらめっこ、息をはく、あぐらをかく、忍者ごっこ） |
| | 14．だるま浮き（ひざをかかえる） |
| | 15．だるま浮き<br>亀の子浮き（手足をちぢめる） |
| | 16．だるま浮き<br>くらげ浮き（足首をもつ） |
| | 17．だるま浮き<br>大の字浮き（力をぬく） |
| | 18．だるま浮き<br>ふし浮き（力をぬく、徹底させる） |
| | 19．けのび（だるま浮きから壁をキック）（プール横コースを使い距離を伸ばす） |
| | 20．輪くぐり（輪をたてる） |
| | 21．またくぐり（三人一組） |
| | 22．おにごっこ（ねことねずみ……手の上、下どちらをくぐってもいい） |

58年度対象児童3年30、4年17、5年15、6年1名計63名。実施最終日25mを泳いだ数20、20～15m 14、10m程度16名と大いに成果があがった。子ども自身は勿論父母からも大へんよろこばれている。

○心の交流を図り、ひとりひとりが生き生きと活動する学級、学校づくり

学級担任と子ども、子どもどうし、先生と父母が、常に心の交流を深くして生き生きと活動する学級づくりを進めるために、まず学校内にすなおな挨拶の輪が広がるように努めた。交流の出発は挨拶にある。そして対話の機会を多くする工夫、学級の組織やふんい気づくりを図ってきた。

その基盤となる個々の子どもの生活心情不満なやみを知るための生活日記指導・文集づくり・学級通信の発行などに努力を続けた。このことはまた教師と父母、学校とPTAの心の交流にもよい結果を生み出してきている。

○学校保健委員会の活動

学校・学校医・歯科医・薬剤師・PTAによる学校保健委員会を組織し、定期的（学期一回）及び臨時に会合をもち、医学的専門的な指導助言を得ながら健康教育に示唆を与えてもらい推進している。その会での協議内容は、学校だより・保健だより・PTA新聞また各会合などで個々の家庭への浸透啓もうを図っている。参観日・PTA総会の日程の中に、校医による講話なども取入れ理解と意識づけに大へん役立てている。

## 7．おわりに

本校の健康教育は、狭い意味での体力づくりや保健活動では決してない。また欠陥や凹みを見つけての対症療法的教育活動ではない。

父母と学校が一体となり、心身ともにすこやかな子どもを育てるためできるかぎりの実践努力を傾けることを、地道に継続してきたにすぎない。

この営みに対し、はからずも健康優良学校全国特別優秀校の栄誉を受けたことを心から感激感謝している。

この道に自信と誇りをもって、倦まずたゆまず成羽の子どもたちのために努力を続けなくてはと決意を新たにしている。

（完）

校舎全景

山梨県西八代郡下部町立古関小学校

校長　伊藤国一

# 児童の保健活動から
# 地域ぐるみの健康づくりへ

## ――丈夫で明るい元気な子どもをめざして――

### 1．はじめに

本校では、小学校段階においても、保健教育の中軸は保健学習であるという考えにたって、過去８年間、保健を校内の研究テーマの一角に必ず加えて継続研究を行ってきた。

昭和51年度以来、茨城大学小倉学教授の提案する六領域の共同研究の母体となって、51年度は１年から６年までの18時間、52・53年度も年間10～18時の保健授業を実践・検証し、54年度には郡学校保健会の指定を受けて郡下に公開した。その実践は「小学校保健教育計画の実践」（ぎょうせい発行）にまとめられている。55年度は足うら調査、体力判定を実施すると共に、学校保健委員会、保健集会、姿勢の体操等に力を入れ、56年度よりハダシ教育に踏み切り、57年度は学校保健委員会に全PTA会員が所属することになった。

57年12月、カリフォルニア州立大学ジョン・フォダー教授が、小倉教授と共に来校されて全校の保健授業を参観されたりした。

58年度は、学校保健委員会の延長に家庭保健委員会

学校保健委員会

を設置し、地域ぐるみで健康問題を考え、学校を中核に実践を積み重ねている。

## 2．地域の概要

古関地区は、昭和31年の町村合併によって旧古関村から下部町古関となった。地区の八分通りは山地で占められ、山峡の悪条件下で生活が営まれている。

人口1142人。全耕地面積は158ha程で、1戸当たりの平均耕地面積はわずか3.9aの典型的な零細農業地帯である。急速な経済の発達と、それに伴う変動は、地区の生活構造を大きく変えた。林業経営の不振、養蚕の凋落により青年の殆どは他出し、一家の生計の柱である男性は、現金収入の道を求めて、少数の公務員・勤め人を除いては、なんらかの形で出稼ぎか、または他地区へ勤めに出て生計を立てている。

時代の波をうけて、児童数も毎年減少の一途を辿り、一時400人を突破した児童数も現在52名。3分教場も廃校となって、スクールバスが遠隔地の児童を送迎している現状である。

## 3．古関小学校の子どもの実態

文化的刺激の乏しさと人口構造のアンバランス等、生活環境の悪条件にもかかわらず、子ども達は素直で、明るく、元気いっぱいに毎日の学校生活を送っている。

これは、きびしくも清らかな自然、人情味豊かで平和な山峡の生活、温い家庭のふん囲気に育まれているせいであろうと考えられる。ところで、本地区は無医地区であり、1週間の中、隔日3日、しかも午後、診療所に通ってくる内科医の診療に頼っている。医師のいない不安な地区で「病気にかかる前にかからぬ工夫」「自分の健康は自分で守る」という意識を高めることが、何よりも大切なことになっている。ここに、教師集団の目が向けられ、教育活動のあらゆる機会をとらえて、知識と習慣を身につけさせるための指導が、ねばり強く続けられてきたわけである。

## 4．学校の教育目標

### (1) 本校の教育目標

①丈夫で明るい元気な子ども
②すじみちを立てて考え、進んで勉強する子ども
③互いに仲よくはげまし合う子ども
④きまりを守り、つとめを果たす子ども
⑤創るよろこび、働くよろこびを知る子ども

### (2) 学校経営の基本方針

①教育課程の内容を、具体的、実践的に編成し、運営に当たっては弾力的に実施し、その成果をあげる。
イ．教育内容を精選し学習の焦点化をはかる。
ロ．学習のねらいを明確にし、ひとりひとりの学習の成立をはかる。
ハ．学習活動の多様化（教育機器の利用）につとめその質的向上をはかる。

②職員全体の連帯性、創造性によって教育実践の充実をはかる。
イ．子どもの個性を尊重し、愛情をもってひとりひとりの指導にあたる。
ロ．体力づくりを推進し、子どもの健康保持の確立をはかる。
ハ．小規模校につくられる問題点を明らかにし、運営の万全をはかる。

③教育環境の整備を強化する。
イ．人間尊重の教育環境をつくるため父母、地域、その他の関係との協力体制を確立する。
ロ．物質環境の整備をはかる。

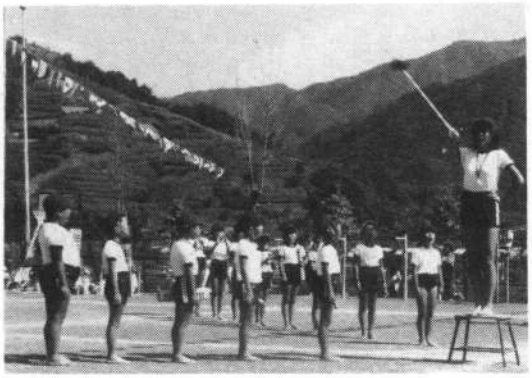
## 5．特徴的な保健活動の概要

### (1) はだし教育

足うらの実態

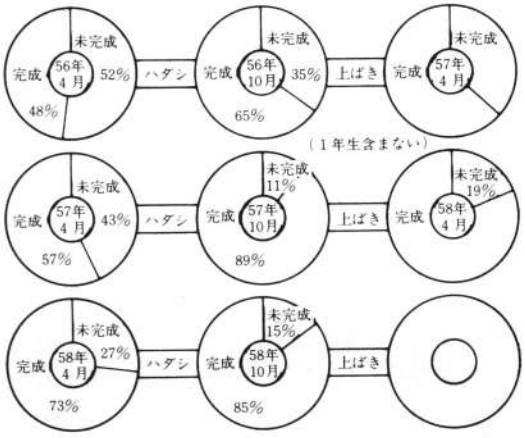
現代っ子に多い扁平足、土ふまずに注目しよう。あんよが下手な現代人、などいくつかの新聞でとりあげたこの問題に本校が取り組んだのは、56年3月である。全校児童の足うら調査を行った結果、両足未完成者52%という実態が明らかになり、以前から土ふまずの形成には、ハダシがよいことを保健雑誌

で読み実行の時をまっていたが、学校保健委員会や、PTA総会に提案して大賛成を得たことから、暖かくなる4月をまって実行にふみ切った。以後3年間4月から11月までハダシの生活をしている。1年に2回足うら調査をしてその効果をみている。



はだしの運動会

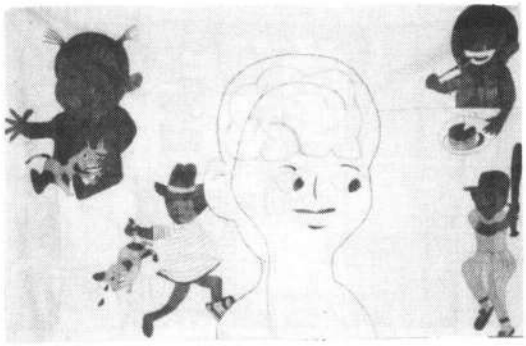
その記録を図示してみる。




### (2) 保健集会

本校では47年ころより、全校児童を対象に保健集会を開いている。

右記のような指導案によって45分間保健劇や、OHPを行っている。基準は管理目標にそっているが、歯の健康、冬の衛生等は疾病も多いので回を重ねて実施している。子どもに興味をもたせ、その間に知識を学ばせたいと考えて劇を取り上げたが、同じテーマで、毎年同じ劇をくりかえしたのでは、子どもの興味が薄れてしまう。そこで脚本は年々新しいものを創作している。練習をする保健部員の努力と苦労も大変だが熱心にとりくみ効果を上げている。



2月保健集会バック

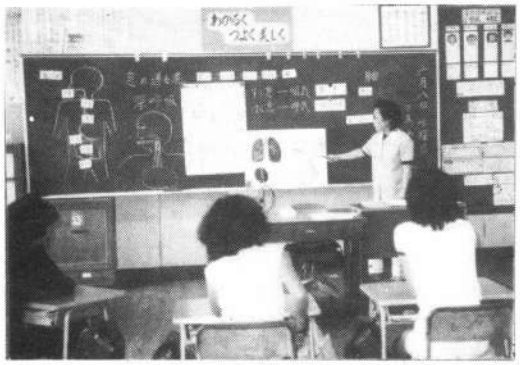
集会の展開

| 活動の内容 | 指導視点 |
|---|---|
| 1．はじめのことば<br>2．保健集会のうた<br>3．耳の日にちなんで<br>4．OHP 耳を大切にしよう<br>劇・健康生活の反省<br>5．保健学習の発表<br>6．教師の感想<br>7．おわりのことば | 集会のねらいについて<br>3月のうた、2回うたう<br>耳のたいせつさ、よみもの<br>耳の大切さをOHPをとおして視覚する。<br>1年間の研究された保健学習を発表して劇化する。<br>2月の保健学習のエキス、1学年2，3分<br>2年担任<br>保健部 |

耳の健康保健集会

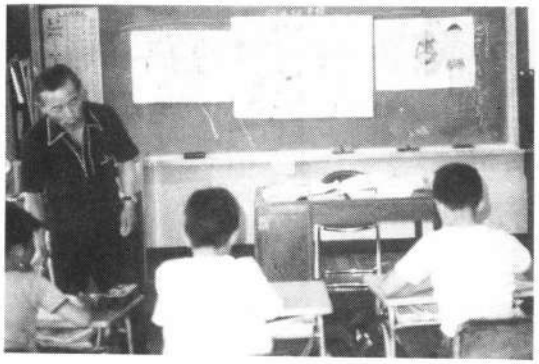
### (3) 保健学習

小学校の段階においても保健教育の中心は「学級における保健指導の徹底」であるという考えにたって、教育内容の構造化に努力してきた。



4年・息の通り道の授業

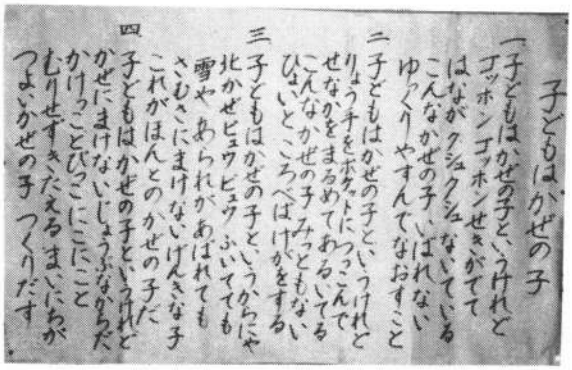
学校で児童の健康を保持増進させていくためには、健康生活能力を発達させる機会をとらえた保健指導が大事であるが、学校でしか果たせない、健康に関する科学の成果を学び、それを将来の健康生活における判断と行動に適用する能力、態度を育てる学習が中心になるべきと考え実践している。保健学習は自主性を育て、人間性豊かな児童の育成をめざす教育の基本ともなる重要な分野であると考えている。



3年・赤痢の授業

### (4) 自作の歌

本校では人間性豊かな子どもを育てるために心に張りをもって学習できる心の健康に力を入れ「丈夫で明るい元気な子ども」を育てるために自作の歌を何曲もつくって学習効果をあげている。そうじの歌、保健集会の歌は児童が口ずさみ、かぜの歌、はみがきの歌や耳の歌などは、月の歌として全校で歌うようになっている。そうじの歌は、毎日15分間清掃の時かけ、とまると清掃がおわりになるように仕組まれている。習慣でレコードがかけられない時の清掃は生き生きとした清掃ができないような感があり、みんなに親しまれている。




子どもはかぜの子

### (5) 姿勢の体操

人間の骨格の主要な部分である背筋、このゆがみは健康にさまざまな悪影響をおよぼすということから、本校では、正常児にはよい姿勢の保持、既にゆがんでいる児童には矯正で簡単にできる方法で、自作テープレコードにふりつけ実施している。みんなが体操をし、また体操することで姿勢への関心の動機づけとし、家族で続行することに心がけさせている。時間は3分32秒で火曜日と木曜日の1校時の休み時間を利用して行っている。今後は目のグリグリ体操も、時間をとっておこなうことにしている。時間を確保して継続することが大切であると考えている。

教室での姿勢の体操

### 姿勢の体操

①首の運動（準備運動）
肩をさげるくせ、首をちぢめる子どもたち。
まっすぐ首の位置をおくことに気づかせる。

②上体後方そらし
背筋に力を入れ胸をひらく。背が相当にいたいがまんして天井を見るようにする。

③体ナイフ状維持
腹に力を入れ背をのばし、たまたま腹筋にうんと力を入れにくい足をそろえて上げる。

④体の側屈
胸筋、背筋をすばやく緊張させる。
からだがぐらつかないようにする。

⑤腕、背面のあやかけ
両手の指先きが背中で合わせられるようにする。
左右のちがいに気づかせる。

⑥上体ひきのばし
かかとを上にあげず体をのばす。
かえした手でぐーんと上にのばしきる。
かかとを上げず下から地下にひっぱるかんじにする。

⑦深呼吸
しずかに呼吸し、心をおちつける。
あごをひく。下腹を出さず自然に直立する。

答辞をのべる古関小学校 若狭ゆりさん
（朝日新聞社提供）

### 6．あとがき

本校PTAが、16年前から発行している文集「ほたぎ」の創刊号に、「ほたぎは母木。子を養う基。休みなく力を新しい生命に与え、人知るも知らざるも黙々として朽ち果てるまでその営みを続ける――。」とある。

大きな賞をいただいて思うことは、長い歳月、本校の教育を守り育てて下さった方々の教育愛に燃えた尊い力である。

職員も努力した。児童たちも、教師の願いや要求を素直に受けとめ、生き生きと活動した。そしてPTAも、各家庭で多彩な実践を積んでくれた。そうした力の総和が、この栄誉をもたらしてくれたものと信ずる。今回の受賞が大きな責任を伴うことは言うまでもない。人の和を根底に、地域ぐるみの健康を推進する長い道が私たちの前にある。怠惰は許されない。いよいよ積極的に、研究的に、地域の皆さんと共にこの道を進もうと決意を新たにする次第である。

式典前日グループに分かれて与えられたテーマについて討論　（朝日新聞社提供）

式典後リーダーの指導で合唱するくつろぎの一時　（朝日新聞社提供）

仙台市小野学園清水幼稚園
園長　小野和子

園舎全体

# テーマ　「個と集団」

当園は仙台市東部市街に位置し、小学校裏隣に開園16年目を迎える私立幼稚園であります。近年、教育の荒廃が叫ばれ、大学から高校、高校から中学へ順次底辺の方へ向かって降りて来たようで、非行問題も低年令化していると聞いています。幼児にとって幼稚園は集団生活の第一歩としてスタートしていますので、幼児教育の重要性に大いにかかわってくると思います。

一人の子どもが家庭という温室の中で育てられ集団の中でどう子ども同志がかかわり合ってくるかが大きな問題になるのである。

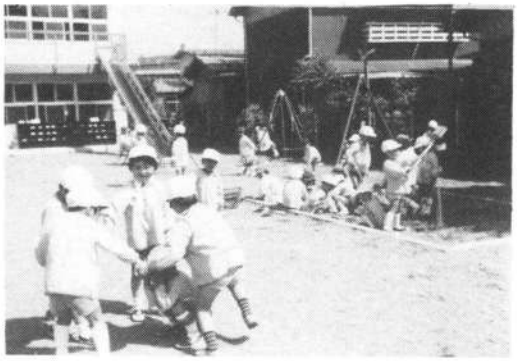
昔からの諺に「三ツ児の魂百までも」その性格なり生活習慣が小さい時からのものとして身についてくる。そう思うと責任重大な仕事として懸命に努力しなければなりません。

そこで当園では、その年令に即した「個の確立」「集団の中での個のあり方、生かし方」たとえ3才児であっても一人の人間として尊重し励まし自分の力で最後までやろうとする気持を大切にしています。ここで一番子ども達の活動する時に大切なのは「集団のルール」になって来ます。自分勝手な事をするとどうなるのか？友達づくり、遊びの創意工夫、暖かい人間関係をつくるために、いろいろなトラブルがあっても、経験や体験を通して得ないと身につかないのではないかと思うのです。

どこの幼稚園にでも教育目標があるように当園でも次の五つの目標を教育目標としてかかげております。

1．健康な子ども
2．他人に迷惑をかけない子ども
3．あいさつのできる子ども
4．考えて行動する子ども
5．意欲を持つ子ども

上記の子ども像を描いて保育を進めております。実際保育の場で、悪い事は悪いとA先生B先生どの先生も同じ。何故そうなのか子ども達に考えさせ、子ども達自身に気づかせる事が必要のようである。そうする事により、集団のルールは上から押しつけのものでなく子ども達自身の問題意識を持ち、はみ出しをやると他の子どもから注意を促される。友達同志から云われると自分の悪い所は直さざるを得ない。そのためには、何よりも教師陣の話し合い、意志統一が前提条件なの



集団ルールの場

は当然であります。

幼稚園は、たくさんの行事が組まれております。運動会を一例にあげると、当園の恒例縄飛びリレーがあります。五才児全員が縄とびをしリレーで勝負をつける演技なのです。

子ども達は年長組としてのプライドを持っており、年中組時代から年長組になったら、縄とびリレーをやるんだという意気ごみがあるのです。戸外でひと跳びずつ毎日毎日自分から進んでやるのです。当然個人差はあるが運動会の日、大勢の観衆の中から「○○ちゃんがんばれー」という声援を受けて、自分の力をありったけ出して頑張っている子ども達の姿は私の脳裏から離れません。涙ぐみながら興奮して「あれよあれよ」と云っているうちに全員跳び終え観客から大きな拍手を受けどの子も自信と充実した気持でいるのが、じーんとこちらまで伝わってくるようです。

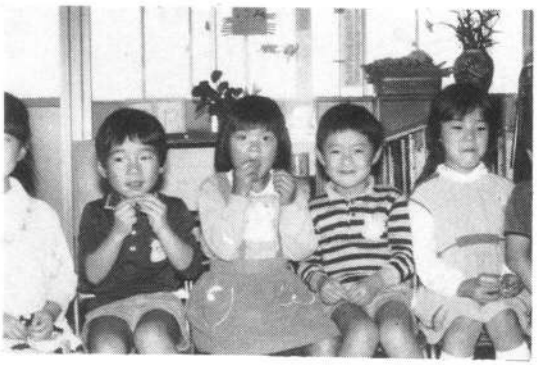
何をするにしても自分の頑張りを最後までやったという満足感、苦しいけれど完成した時の喜び、大人も子どもも同じ気持ではないでしょうか。

縄とびの練習

小さな事でも毎日の積み重ねが大きな努力となって実を結ぶ、そして次のものに挑戦してみようという気持を育てるのではないでしょうか。

ビタミンのとり方は個人差があるし、集団生活の中で全員肝油を飲み、体を鍛え、いろいろな事に挑戦していこうという気迫が感じられます。最近骨折事故が多発しているので、骨身のある食事をと云っていますしかしなかなか子ども達は偏食が多く思うように行きません。「先生肝油は薬だよね!!」「ええそうよだから1日1粒かかさず飲む習慣をつけましょう」と話しております。「先生カワイの肝油ドロップは？」と時には催促されるくらい楽しみのようです。どの子もにこにこ肝油を飲み元気そのものです。今年も健康優良児の審査の結果、最優良児が出ました。2年連続です。園内喜びでいっぱいです。また、私の園と親しい園にも三年前肝油を勧めました。その園からも一つの楽しみ

肝油くばり



肝油をたべる時の表情

が出来たし、遊びも一段と活気づいたと喜ばれております。

私も一粒の肝油を口にしながら、1日の保育の反省をしている毎日です。

## 昭和58年度　健康優良学校

大規模の部（19学級以上）

| | |
|---|---|
| 全国特別優秀校 | 青森県八戸市立三条小学校 |
| 全国優秀校 | 神奈川県小田原市立酒匂小学校 |
| 全国優秀校 | 愛知県一宮市立大和東小学校 |
| 全国優秀校 | 埼玉県川口市立並木小学校 |
| 全国優秀校 | 栃木県黒磯市立黒磯小学校 |

中規模の部（7～18学級）

| | |
|---|---|
| 全国特別優秀校 | 岡山県川上郡成羽町立成羽小学校 |
| 全国優秀校 | 香川県大川郡大内町立誉水小学校 |
| 全国優秀校 | 岐阜県揖斐郡池田町養基小学校養基保育所組合立養基小学校 |
| 全国優秀校 | 富山県中新川郡上市町立宮川小学校 |
| 全国優秀校 | 新潟県西蒲原郡弥彦村立弥彦小学校 |

小規模の部（6学級以下）

| | |
|---|---|
| 全国特別優秀校 | 山梨県西八代郡下部町立古関小学校 |
| 全国優秀校 | 富山県婦負郡細入村大沢野町学校組合立猪谷小学校 |
| 全国優秀校 | 石川県羽咋郡志賀町立上熊野小学校 |
| 全国優秀校 | 沖縄県中頭郡与那城村立桃原小学校 |
| 全国優秀校 | 宮崎県北諸県郡三股町立宮村小学校 |


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



健康教育第九十号

昭和五十九年四月三十日発行

編集発行人　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―五一―八
電話東京(三八五)三一一一(代)