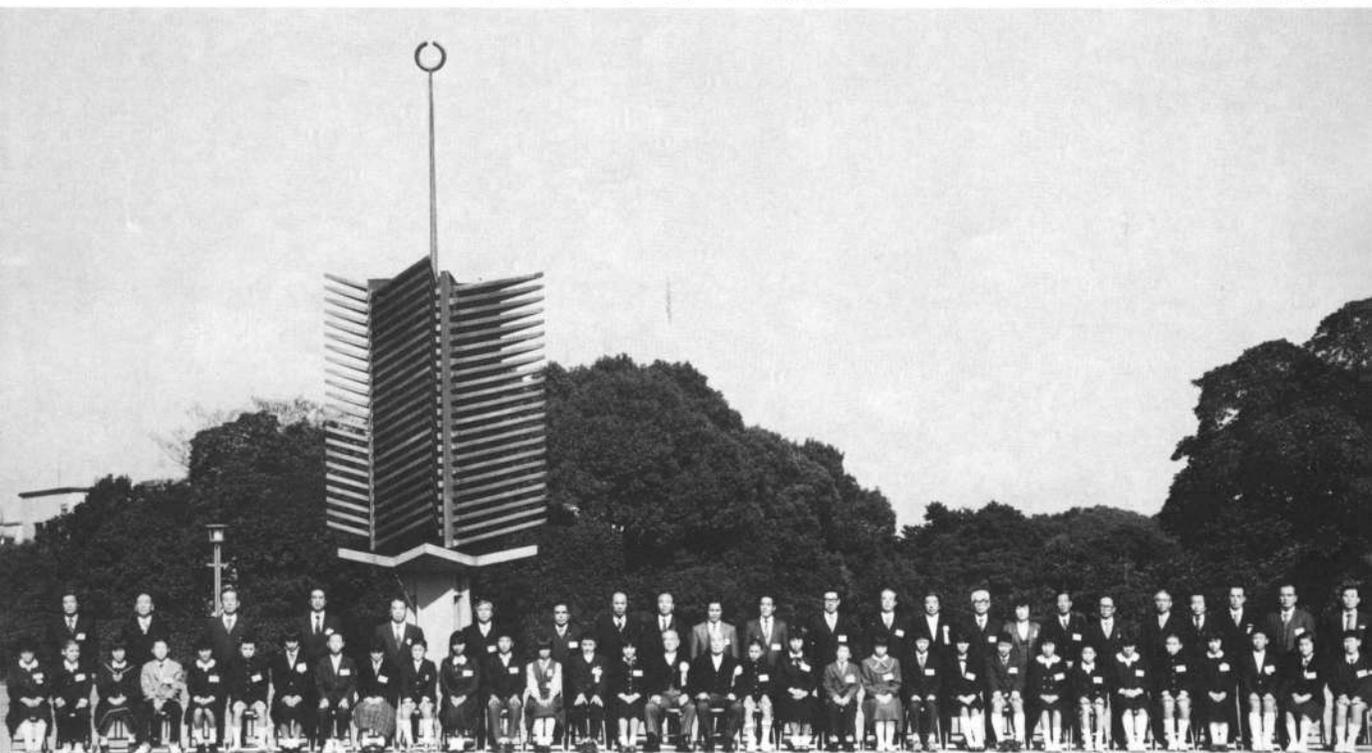


健康教育

- ☆ 子どもと創る健康な学校生活
—たくましく生きる力を培う教育活動の創造— 山賀武四…………… 2
- ☆ 健康でたくましい子の育成
—明るいあいさつ・きれいな学校をめざして— 中村恵一 …………… 7
- ☆ 伸びよ緑と築羽っ子
—心も体も健康で明るくたくましい子を育てる保健活動— 水野修一郎……11

昭和59年度健康優良学校 全国特別優秀校・全国優秀校
天皇陛下拝謁記念 昭和59年11月3日 於皇居

〈朝日新聞社提供〉



no 94



《健康優良学校記念》 柏崎市立 新道小学校 昭和59年10月 撮影

校舎全景



新潟県柏崎市立新道小学校

校長 山賀 武四

子どもと創る健康な学校生活

—たくましく生きる力を培う—

教育活動の創造—

1. はじめに

学校は、平坦な近郊農村地域に新設された統合校である。新しい学校で、新しい時代の新しい教育実践をと、子ども、教師、親が一丸となって燃えている。

—子どもとともに創る—

今、記念碑を作っている。一人ひとりの子どもが自分の顔と名前をレンガに刻み、高学が碑文を選び、児童代表が書き、台座はPTAが担当し、位置は学校が決定する。これは当校の学校づくりを象徴しているようである。

子どものニーズを大切に、子どもの企画を手作りの活動に組織してやり実践する。そこに、つくる喜び、できる喜びを味わう。湧きあがる子どもの生命力を見ることができる。

健康な学校生活を「子どもと創る」「子どもが創る」

そんな学校風土を育てたいと願っている。

—豊かな社会に育つ子ども—

激しい地域社会の変化は、子どもの遊びや生活リズム、友人関係や家族生活、食生活や体質等に深い影響を与えている。

いじめ、非行、無気力、体力低下、虚弱、疾病などの生きる力の衰えは予想をはるかに超えているようである。その反面、「現代っ子」の人なつつこさ、表現力、情報の広さ、着想の豊かさなどはすばらしい潜在能力を秘めているように感じられる。

「われら現代っ子」の感覚を生かし、学校生活の活性化を図りたいものである。

—生きる力を培う—

学校は、生きた人間が生活する場である。その生活場面の主人公となって十分に行動し活動できる子ども達を育てたいのである。

行動する人間、活動する人間が持つ基本的資質として、自ら学ぶ力、自ら活動する力、自ら健康づくりをする力の三点を生きる力としており、それぞれの意欲、態度、能力の高まりを期待している。



2. 本校をとりまく地域の状況

柏崎市は、新潟県の中央部中越地区にある。信越線、越後線、北陸自動車道、国道八号線が通り、柏崎港は日本海をへだてたシベリヤとを結んでいる。

人口8万3千人、明治、大正と石油の黄金時代を経て、現在原子力発電所による大電源地帯の建設が進められている。

鯨波海岸は変化の多い自然に恵まれ、佐渡弥彦国定公園に指定されている。

校区は、柏崎駅から国道353号線を5km入った農村地帯で、鶴川をはさんで20集落、世帯数1,130戸、人口4,800人、兼業農家がふえ共稼ぎ家庭が8割に達している。経済状況は豊かで、住宅団地の造成等近郊化が進んでいる。

3. 本校の概要

昭和57年4月に、高田小学校と上条小学校を統合して開校された。13学級（精薄1）359名、教職員19名の構成である。

校地は、国道にそい、前面は田園に、背後は丘陵地となり、緑に囲まれたすばらしい自然環境の中にある。

校舎は教室棟、管理棟、体育館、食堂棟からなり、明るく、空間もゆったりしている。

食堂、綜合室、集会室等の特設施設があり、屋外も斜面を利用した遊び場、スキー場、柿栽培園、マラソンコース、散歩道など自然の中の施設が本校の特徴でもある。

開校間もない為、今後の環境整備が期待されているところである。

4. 教育目標と教育活動の展開

(次頁参照)



姿勢体操



保健活動



保健活動

教育目標と教育活動の展開

教育目標	ゆたかな心で、たくましく、学ぶ子ども
年度重点目標	一人一人の子どもが、生き生きと活動する学校であることを目指して <ul style="list-style-type: none"> • 学び方を身につけ、なぜと追求する子ども • 進んで学級や学校の活動に取り組む子ども • 健康安全の習慣を身につけ、体力づくりにはげむ子ども

教師の共通理解 1. 子どもの特性を伸ばす創意と実践 2. 活動性の重視（発達課題） 3. 本物に、本気で挑戦する追求活動の成立 4. 甘さの容認からの脱皮 5. 教師の既成概念で子どもをとらえない。	教育課程の編成と活動		
	各教科の教育活動	<ul style="list-style-type: none"> • 基礎的・基本的な知識技能の定着を図る指導の計画 • 創作、表現、問題解決等の個性的、創造的な活動の充実を図る計画 	
	道徳、特別活動、学級・学校生活の教育活動	<ul style="list-style-type: none"> • 人間の生き方を考え、生きる力を培う教育活動の創造 • 集団参加と、人間関係の体験学習を深める場の設定 • 一人ひとりの人間的欲求の充足の場の設定 	
	生きる力を培う教育活動		
	健康な生活づくり	健康なからだづくり	健康な心づくり
<ul style="list-style-type: none"> ○ 自主的学習習慣の形成 ○ 児童の研究活動 ○ 安全生活 ○ 健全な生活づくり ○ 健康環境の構成 ○ 環境衛生 ○ 家庭、地域との連携活動 ○ 家庭、地域の健康づくり 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 健康学習 ○ 体育学習 ○ 体力づくり活動 ○ 健康習慣の形成 ○ 体育の生活化 ○ 疾病異常の克服 ○ 保健体育行事の充実 ○ 食生活の充実 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 道徳教育 ○ 情操教育 ○ J R C 活動 ○ ふれ合い活動 ○ 読書、表現活動 ○ 飼育栽培活動 ○ 特別活動 ○ 自主性、社会性の育成 	

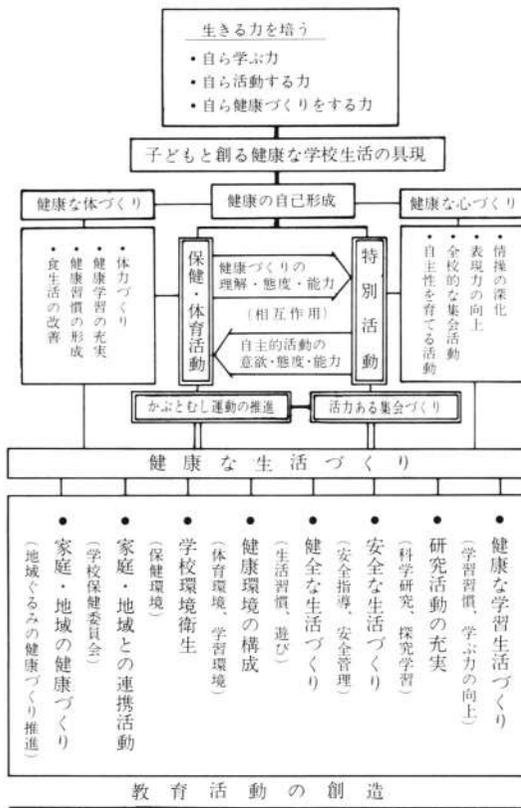
一日の生活リズム	週の生活リズム	年間の生活リズム(教育期)																																			
8:15 みつばち活動 朝の会 健康観察 8:40 第1限 第2限 10:15 業間運動 10:35 第3限 第4限 12:15 姿勢体操 給食 歯みがき 休憩 13:30 清掃 13:45 第5限 14:30 ふれ合いタイム 15:30 午後の活動 17:00 退勤	<table border="1"> <tr> <td></td> <td>朝の活動</td> <td>午後の活動</td> </tr> <tr> <td>月</td> <td>1週 全校朝会 2〃 生活朝会 3〃 J R C 朝会 4〃 音楽朝会</td> <td>個人活動</td> </tr> <tr> <td>火</td> <td>全校TV放送</td> <td>1週 学級指導 2週 自由活動 1 委員会活動(冬)</td> </tr> <tr> <td>水</td> <td>学級朝会</td> <td>課外活動</td> </tr> <tr> <td>木</td> <td>1週 児童集会 2〃 音楽集会 3〃 児童集会 4〃 音楽集会</td> <td>クラブ活動</td> </tr> <tr> <td>金</td> <td>学級指導(ショート)</td> <td>1-3週 課外活動 4週 代表委員会</td> </tr> <tr> <td>土</td> <td>3限 学級会</td> <td>4限 委員会活動(夏)</td> </tr> </table>		朝の活動	午後の活動	月	1週 全校朝会 2〃 生活朝会 3〃 J R C 朝会 4〃 音楽朝会	個人活動	火	全校TV放送	1週 学級指導 2週 自由活動 1 委員会活動(冬)	水	学級朝会	課外活動	木	1週 児童集会 2〃 音楽集会 3〃 児童集会 4〃 音楽集会	クラブ活動	金	学級指導(ショート)	1-3週 課外活動 4週 代表委員会	土	3限 学級会	4限 委員会活動(夏)	<table border="1"> <tr> <td>第1期 (4月)</td> <td>学校生活の適応 生活指導確立の期</td> </tr> <tr> <td>第2期 (5月-6月)</td> <td>学習保健運動発展の期</td> </tr> <tr> <td>第3期 (7月-8月)</td> <td>自主性と協同性伸張の期</td> </tr> <tr> <td>第4期 (9月-10月)</td> <td>運動、読書、芸術充実の期</td> </tr> <tr> <td>第5期 (11月-12月)</td> <td>学習奉仕活動充実の期</td> </tr> <tr> <td>第6期 (1月-2月)</td> <td>冬季健康生活上の期</td> </tr> <tr> <td>第7期 (3月)</td> <td>学習、健康生活 反省の期</td> </tr> </table>	第1期 (4月)	学校生活の適応 生活指導確立の期	第2期 (5月-6月)	学習保健運動発展の期	第3期 (7月-8月)	自主性と協同性伸張の期	第4期 (9月-10月)	運動、読書、芸術充実の期	第5期 (11月-12月)	学習奉仕活動充実の期	第6期 (1月-2月)	冬季健康生活上の期	第7期 (3月)	学習、健康生活 反省の期
	朝の活動	午後の活動																																			
月	1週 全校朝会 2〃 生活朝会 3〃 J R C 朝会 4〃 音楽朝会	個人活動																																			
火	全校TV放送	1週 学級指導 2週 自由活動 1 委員会活動(冬)																																			
水	学級朝会	課外活動																																			
木	1週 児童集会 2〃 音楽集会 3〃 児童集会 4〃 音楽集会	クラブ活動																																			
金	学級指導(ショート)	1-3週 課外活動 4週 代表委員会																																			
土	3限 学級会	4限 委員会活動(夏)																																			
第1期 (4月)	学校生活の適応 生活指導確立の期																																				
第2期 (5月-6月)	学習保健運動発展の期																																				
第3期 (7月-8月)	自主性と協同性伸張の期																																				
第4期 (9月-10月)	運動、読書、芸術充実の期																																				
第5期 (11月-12月)	学習奉仕活動充実の期																																				
第6期 (1月-2月)	冬季健康生活上の期																																				
第7期 (3月)	学習、健康生活 反省の期																																				

5. 健康教育の推進

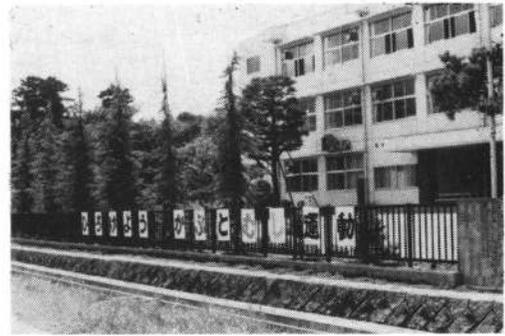
(1) 本校健康教育の考え方

- 小学校教育即健康教育という立場で、児童の生活の全領域つまり教科教育、道徳、特別活動、その他の学校生活すべてを含めて健康教育の対象としている。
- 健康教育の基本は、生命の尊厳性と心身の健康の増進である。たくましく生きる力を培うためには、心身の調和的な発達を図ることが大切であり、全体的な人間形成への着目をより重視する必要がある。
- 健康教育は、生涯の健康づくりの基礎である。「自ら健康づくりをする子ども」の育成が中核的なねらいとなる。

(2) 研究構想と実践の重点



く外からきたらまずうがい」「㊦もだちみんなで力を合わせ、なんでもチャレンジ大きな力」「㊧し歯をなくそう333」「㊨せい体そう進んでやろう」



家庭・地域との連携のシンボル
かぶとむし運動の拡充

それぞれの活動を毎日の生活時程の中に位置づけて実践し、その成果を記録に残して変容を自分でたしかめられるように工夫している。3分間走の場合、全力疾走で200mトラックをどれだけ走れたか、20m単位で走力の伸びを確認できるようになっている。

㊦ 体力づくりの推進

体力づくりの中心的活動としては

ア. 教科体育の中で特に柔軟性を高める。

イ. 課外体育を年間ローテーション方式で運営していく(水泳、陸上、バスケット)。



業間運動 ディスコ集会
心もからだもリラックスして

ウ. 業間体育は楽しい活動を(ディスコ等)

エ. 体育の生活化を工夫する。特に授業中、休憩時間中、学級ふれ合いタイム等において、体育的活動を多くとり入れる。

オ. 学校行事、集会活動において、体力づくりを多くとり入れる。(マラソン等)

カ. 社会体育の中でスポーツクラブの育成充実を図る(野球、卓球、バスケット)

6. 本校の特色ある教育活動

(1) 健康なからだづくり

㊦ かぶとむし運動の推進(健康習慣)

これは児童が自主的に進める健康づくりの合言葉である。「㊦らだをきたえる3分間走」「㊧くぶくぶ

体力づくりの継続的な実践活動とその成果は、一人ひとりの実践記録として累積されるようになっており、特にすぐれた記録は校内掲示板に発表されるシステムをとっている。



ふれ合い活動 おみこし祭

③ 食堂給食と食生活の充実

400名収容の食堂で全校一斉の給食を実施している。衛生管理の面からも、時間管理の面からも、指導効果の面からも非常に効果的であるが、特に全校児童の連帯感の育成に大きな貢献をしている。

子どもの食生活は、栄養摂取の面で甘味の取り過ぎ、カルシウム不足、野菜不足等の問題があり、間食については、好きな物を好きなだけ食べさせている家庭が30%に及んでいる。

「家庭おやつ会議」「おやつ作り講習会」「牛乳二本運動」「手作り弁当」などの改善運動をPTA活動にとり入れ、息の長い実践をすすめている。

(2) 健康な心づくり

① 楽しい仲間づくり

学級の仲間、課外活動の仲間、委員会活動、通学班、清掃班の仲間などと多様な仲間づくりの中で、特に全校集会活動の仲間づくりに力を入れている。

全校児童を赤白青黄のたてわり4集団にわけて活動単位とし、各集団の自主性を尊重した自治的活動の展



楽しい仲間づくり運動
全校ゲーム大会

開を期待している仲間づくりである。

週1回の児童朝会、チビッ子運動会、全校ゲーム大会、JRC朝会などの活動の中で、それぞれの子どもが集団への参加と人間関係についての体験学習を深めている。

② ふれ合い活動

子どもと子ども。子どもと教師。子どもと動植物とそれぞれのふれ合いの中で相手の痛みを自分の痛みとする感性が育てられる。

ふれ合いを豊かにするために自然の中の環境づくりも進められている。ふれ合いの機会を確保するのに毎日2時半からの1時間を特設している。活動内容は学級担任と子どもの創意にまかされ、遊び、話し合い、歌、合奏、運動、散歩、動植物の世話、おやつ作りなどと多彩な活動が展開されている。



動植物との
ふれあい

柿のとり
入れ

(3) 健康な生活づくり

① 生き生き活動の推進

生き生きとしたあいさつ、返事、活発な応答、明るい笑顔、きびきびとした行動、はじめのある態度、よい姿勢、話の聞き方などをすべての活動の基本となる行動として「生き生き活動」と名づけて、全教職員の共通認識のもとにきびしく躰けている。

校内生活はもちろんであるが、家庭、地域生活においても変容を見せ、非常に好ましい学校風土をつくりつつある。

② 地域ぐるみの健康づくり

地域に根づいた生活人の育成を願ってコミュニティセンターが2ヶ所設置されており、その上に各集落センターが遊び場つきで設けられている。

このセンターを根拠にして、公民館、地区体育協会、地区PTA、小中学校、行政が一体となって健康推進活動をすすめている。

「みんなで」「かんたんに」「継続する」という条

件を根底において、食習慣、体力づくり、保健習慣、環境衛生、楽しい行事などの諸活動を自主的に展開しており、「健康展」の行事も計画されている。



雪の晴れ間に（昼休み）

7. おわりに

学校は、基礎的・基本的な知識技能を習得する場であると同時に、子どもが人間として生き方を考え、生き方を体験して、生きる力を培う場であると考えている。

体力低下、体質異常、無感動、孤立化などの生きる力の衰えからの脱皮と、「われら現代っ子」の長所の導入による教育活動の活性化、この二つの願いを「子どもと創る健康な学校生活」にこめ、新しい学校づくりを求めたのである。

健康教育を充実させる具体的手がかりとして「保健・体育活動」と「特別活動」の実践研究をとりあげ、その相互作用による相乗効果を期待して実践してきたが、いささかの成果を確認できて喜んでいる。

本年10月4日(金)には、ささやかながら健康教育の一端を公開し、全国の先輩・同志から御批正を賜る予定である。

健康でたくましい子の育成

—明るいあいさつ・きれいな学校をめざして—



栃木県那須郡湯津上村立佐良土小学校

校長 中村 恵 一

1. はじめに

佐良土小学校 110 年の伝統をふまえ、「健全な身体に健全な精神を」をモットーに、知・徳・体の調和のとれた児童を育てることに傾注してきたが、本年度は特に「明るいあいさつ・きれいな学校」をスローガンとして、校舎の前面に掲げ、110 年の伝統を更に積み上げようと努力している。

「あいさつは、生活のオアシス」

であるという考えのもとに、人と人とのふれあいを深

め、豊かな心を育てるべく努めている。

自分達の生活している学校をきれいにすることは、単に心をなごませ、やさしい憩いの場を作るだけでなく、郷土を愛する心を育てることができるものと信じている。

本校は、近代的な鉄筋校舎と緑の環境がよくマッチし、また全校児童が一堂に会することができる食堂があり、教育効果を上げている。地域の人々も学校を誇りとして、本校をますます充実させたいと協力を惜しまないものである。



本校風景

2. 地域、学校の概要

本校は、学級数6、児童数151名の小規模校である。本校のある湯津上村は、栃木県の北東部のほぼ中央に位置し、遠く那須、日光の山並みを望み、周囲を那珂川、箆川、蛇尾川の三河川の清流にかこまれている。



侍塚古墳

三大河川にかこまれ、ほぼ三角形を成した地形の約60%が耕地となっている。中央部は丘陵台地となっているが、その大部分が畑地または牧場である。農村地帯ではあるが、農政事情や産業構造の変動により、兼業農家が激増し、PTA会員110名のうち71名が共働き家庭となっているのが現状である。湯津上村には、日本三古碑のひとつ、国宝那須国造碑及び、国指定史跡・下侍塚を中心とする古墳群、あるいは法輪寺内にある高さ2m40cmの大天狗面など、歴史的に意義深いものが数多くある。

3. 学校の教育目標

(1) 本校の教育目標

- ① 健康でたくましい子
- ② 進んで学習にはげむ子
- ③ すなおで明るい子

(2) 学校経営の努力点

「明るいあいさつ・きれいな学校」をスローガンに、心身共に健康な児童の育成を目指し、児童の個性や能力に応じた教育を行っている。

教育目標の第1に「健康でたくましい子」をあげているが、保健目標には、

- ① 心身の健全な発達と健康の保持増進
- ② 日常生活における健康問題を自分で処理できる能力や態度の育成を図る。
- ③ 自分の健康に関心を持たせる。

という3つをかかげ、学級指導の場を中核として、各教科・道徳・特別活動とかみあわせながら、学校教育活動全体を通して、指導することによって、保健目標の浸透をはかっている。



フリッカーによる目の疲労度の測定

特に、

- ① 学校課題のテーマ「わかる授業の工夫」をすすめる。
- ② 児童の創意を生かした諸活動の推進
- ③ 「朝日の時間」「健康タイム」などの日課表の工夫
- ④ 特別活動の充実とゆとりの時間の工夫

をすることによって「豊かな人間性」の育成をはかりながら、教育目標の「健康でたくましい子」の具現化にせまっている。

4. 特徴的な保健活動の概要

(1) 愛校日

学校の創立記念日が4月17日であるところから、毎月17日を愛校日としている。

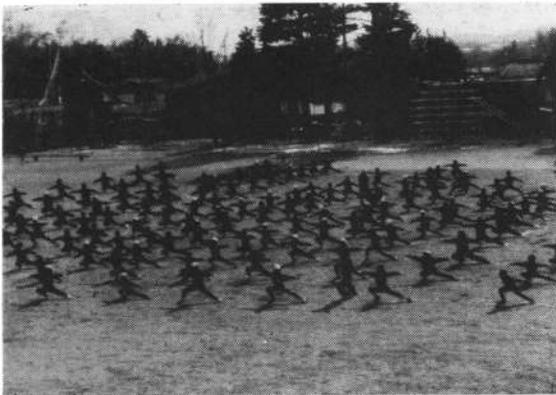
- ・学校の創立を祝う。
- ・学校の古い歴史を知り、自分の将来を考える。
- ・環境を整え美化に努めることによって、学校を愛し、郷土を愛する心を育てる。

などをねらいとし、児童の自主的な計画のもとに活動を行っている。

(2) 朝日の時間・健康タイム

毎朝10分間を「朝日の時間」とし、児童の自主活動を行うがそのねらいとしている。特に金曜日の児童集会は、アイデアに富み、楽しさあふれるものである。

「健康タイム」は、4校時終了後校庭に出て（雨天の場合は体育館使用）、児童の健康への関心と体力増強を目指し、年間を通して取り組んでいる。準備体操には、ストレッチ体操を取り入れ筋力を十分にのばすようにしている。



ストレッチ体操で充分筋肉をのばす

(3) 保健委員会による活動

ア. 歯みがき指導

養護教諭の指導を受けて、「歯みがきタイム」時に、歯ぶらしの持ち方などを下学年に教えながら、歯みがきを実施している。



保健委員に教えてもらいながらの歯みがきタイム

イ. 衛生検査

毎週水曜日の「朝日の時間」に実施したデーターを集め整理する。また環境のみまわりをしたり、教室換気をよびかけたりする。

ウ. 健康マン調査

低中高ブロックごとに基準を決め、健康であったものには、委員会より賞状をわたし、掲示板には、その名前を発表する。



健康賞



健康マンの名前と賞状

エ. むし歯予防週間

6月にむし歯予防週間を設け、歯みがきの実践・ブクブクうがいの奨励に努める。また、むし歯予防に関する紙しばいをしたり、放送劇をやったりして、むし歯予防意識の高揚に努める。

オ. かぜの予防

4月から年間を通して、かぜの罹り状況の継続観察を行っているが、12月から2月にかけては、食塩水によるガラガラうがいの奨励をすすめる。また加湿器を各教室に配置し利用している。

カ. その他の活動

- 教師とともにする危険箇所の確認
- 歯ブラシ・コップの消毒
- 区域別反省カードへの記入
- ポスター・新聞づくり
- ドア・取手の消毒
- 集会活動への参加
- 学校保健安全委員会への参加

(4) ゆとりの時間に行う保健活動

5・6年生が、ゆとりの時間を利用し竹の箸づくりをする。低学年は、プレゼントされた箸を使い、給食を楽しく食べている。また、全学年ともに「みんなの広場」を設け、時には教師をまじえ、遊ぶことにより、心の交流を図るようにしている。



プレゼントされた箸でたのしい給食

5、地域の協力

子どもたちをとりまく環境づくりや保健活動などは、地域社会との連携のもとに展開しているといえる。本校PTA活動の特色は、PTA主催の行事・父親参観・親子給食・講演会等の出席率が非常に高いということである。また学校に協力的で、自分の職業や特技を生かして花だんの石づみなどの労力奉仕をしてくださったり、老人クラブでは草花の苗などを作って寄贈して下さったりして環境整備に一役かっている。

5つの専門部と学年部会そして地区では子供会育成会を結成し年間計画を立て、いつも学校教育と縦横のつながりを取りあいながら活動している。



楽しいもちつき大会

○ 子供会育成会の活動

各育成会ごとに、映画会やクリスマス会などの集会活動をするほかに、全体として、3学期始業式の日に、たこあげ大会を行う。冬休み中にお父さんやおじいさんの手ほどきをうけてつくられたたこに、「アイデア賞」「デザイン賞」「よく上がったで賞」などと賞がつき、楽しいいっぱいである。その後、全校生交替によるきねでのもちつき大会をし、3学期のスタートとする。

また、夏には、日本に残る唯一の伝承行事「盆綱引き」も行われる。直径50cm長さ50mの大綱引きに子供たちも参加し親子ともども、その年の豊作と息災を祈願している。

6. あとがき

このたび健康優良学校日本一の栄誉を受けたことは、地域ぐるみの永年にわたる実践が累積され評価されたものと喜びに耐えない。

「健康でたくましい子」とは、単に身体的な面ばかりでなく、心の健康をもめざすものである。児童と児童、児童と教師、そして地域社会の中で自分の存在がみとめられ、生き生きと生活できることは、すばらしいことではないだろうか。現在の社会問題ともなっている登校拒否児、あるいはいじめっ子なども心の健康の教育を充実することにより解消できるのではと思うのである。

健康優良学校日本一の受賞を節として、さらに「健康でたくましい子」へせまるための実践を深化拡大していきたいと考える。

伸びよ緑と築羽っ子

—心も体も健康で

明るくたくましい子を育てる保健活動—

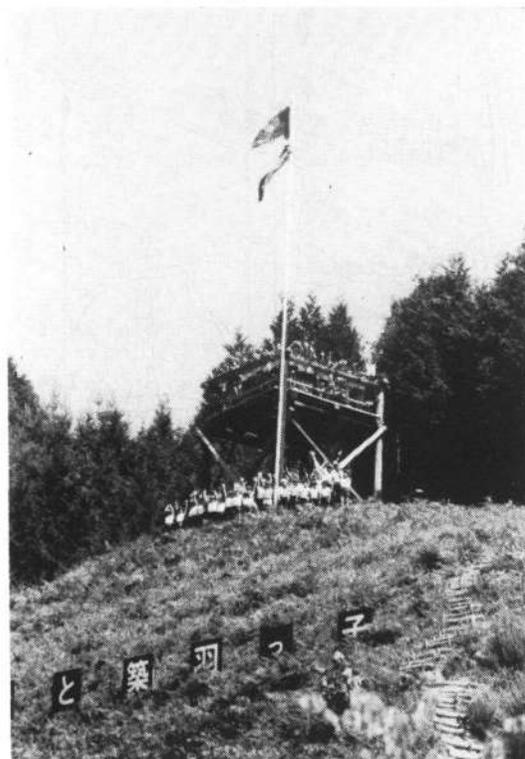


愛知県東加茂郡旭町立築羽小学校

水野修一郎

1、はじめに

山村の子供とは思えない皮膚の白さ、すぐかかりやすい風邪、よく言えば純朴だが、言葉をかえせば消極的で覇気がない。そんな築羽っ子の変容を願って、学校のスローガン、「伸びよ緑と築羽っ子」には、美林と緑に囲まれた学区の児童が、スギ・ヒノキの姿に劣らず、強くたくましく育ててほしいという願いがこめ



つくばのとりで

られている。

純朴で、明朗で、素直ではあるが、現代社会に生きるたくましさに欠け、特に、風邪による欠席数の多いこと（過去10年間の欠席率1.42%）が、乾布まさつの始まりであり、健康づくり、ひいては保健活動を重視した直接の理由である。

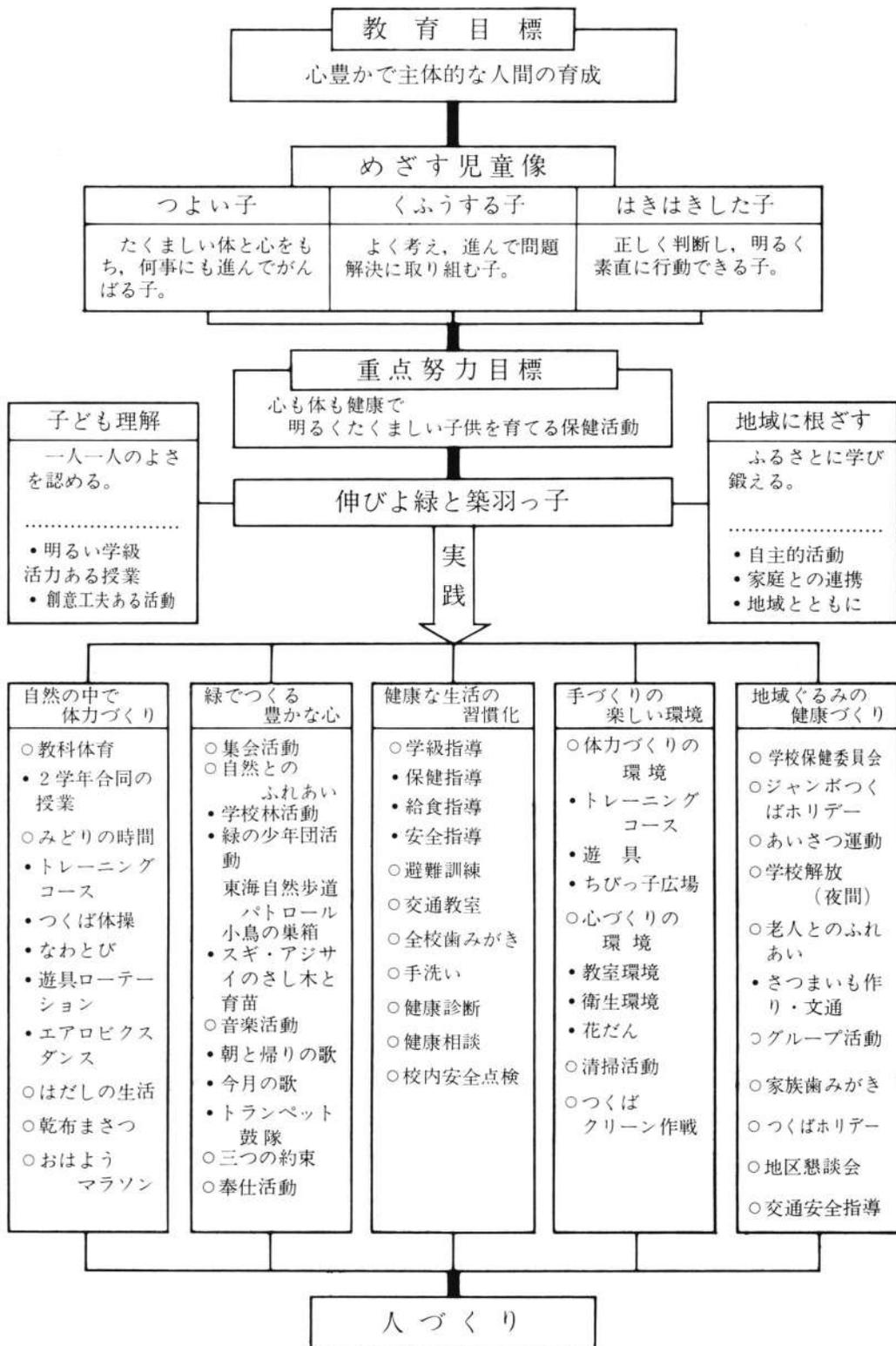
健康づくり活動は、昭和52年のはだしの生活から始まった。校舎内外すべてはだしで行動する。最初は、かなり抵抗もあったようだが、はだしの気持ちよさが勝ってか次第に定着していった。PTAの奉仕活動で学校周辺の山を利用した「つくばトレーニングコース」ができ、子供たちのアイディアを生かした体力づくり遊具が運動場にふえていった。業間体育が充実され、歯みがき、手洗い、正しい姿勢といった基本的衛生習慣の徹底、そして、豊かな心づくりを旨とした自然とのふれあい、音楽活動、と実践を重ねるにしたがい、健康教育は、すなわち人づくり（学校教育のすべて）につながることを認識した。

2、学区の状況

(1) 地理的状況

旭町は、愛知県の北辺ほぼ中央にあり、矢作川流域となる三河高原西北部に位置する。北は岐阜県に接する人口五千人足らずの過疎の山村である。学区は、旭町の東寄り、標高400～500メートルの高地にあり、町内では最も降雪量が多い。町の林野率81%の中にあって最も林業の盛んな地域で、スギ、ヒノキの良材を産出する。

学区は、すべて愛知高原国定公園に含まれ、東海自然歩道の恵那コースが南から北へ横切っている。



ア・体をきたえる

コースにはPTA手作りの遊具8種類が設置されており、自然の中で体力づくりに励んでいる。

毎週水曜日の「みどりの時間」(業間活動)に、このトレーニングコースを学年単位で回る。急な階段登りに始まり、つくばの砦、スリル満点のターザンロープなどがある起伏に富んだ山道を元気よく走りまわっている。



三角網をのぼる



木から木へはりなわ



ロープはしご

〈学習の場が広がる観察活動〉

- 身近な所で観察ができる学校林 実のなる木、ヒノキ、マツ、クリ、ブナ、カシなど針葉樹から広葉樹まで20種類ほどある。
- 多種にわたって観察できる植物 山ユリ、カタクリ、ツクバネなど、珍しい植物が観察できる。
- 観察活動 クラブや理科など多方面にわたっている。

〈緑を守る学校林活動〉

- 野鳥の保護と観察
給餌台や巣箱を置き、野鳥の保護や観察を続けている。
- 樹木名当て
木には、木の名前のかわりに番号がついている。木の名前を当てるように工夫している。
- 下刈りや枝打ち作業
PTAと協力して緑を守り育てている。

(2) 活力を生むはだしの生活

はだしの生活は、昭和52年からの継続活動である。全校80名程の児童の40%近くが扁平足(土ふまずの形成がおくれている)であったこと、また、風邪による欠席者が多かったことなどから、素足で大地を踏ませて、元気を取り戻してやろうという考えからである。



おはようマラソンもはだしで

5月から10月まで、校内の生活すべてはだしである。はだしの生活の成果を確める足形は、はだしの生活の始まる5月と、終わる10月の2回記録し、一人一人のファイルに保存して指導の資料とする。



足形測定

はだしによって、土ふまずのアーチがしっかりしてくることは、足の指（中指の関節）の動きが強められ、しっかり踏んばって立つ直立能力が向上し、体のバランスや、動作の機敏さなど、運動する力が確かなものとなり、朝会で倒れたり、遠足で落后するものが皆無となった。

また、常に足を清潔にする衛生的習慣や、運動場の石を進んで拾ったり、校内掲示物の画鋲の使い方を工夫するなど、安全面に対する積極的な姿勢、少しらしい寒さや、痛さをがまんする気力ができてきた。

(3) 心と体の健康の輪を広げるつくばホリデー

毎月第3日曜日を、つくばホリデーと呼び、家族や地域ぐるみで心と体の健康づくりを進める活動を行っている。これは、学校保健委員会で協議されて生れた活動で朝晩の家族歯みがき、「いつでも、どこでも、だれにでも」を合言葉に進めるあいさつ運動とともに、地域にねぎした活動として大きな成果を上げている。



みんなでなわとび



お父さんと棒の手の練習

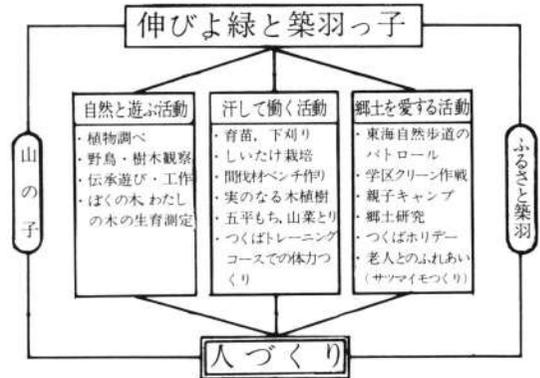
(4) 三代続いている学校林活動

昭和15年に設定された学校林では、児童と学区民の手による植林・下刈り・枝打ちなど、汗して働く育林活動を親子三代にわたって続けている。

昭和46年の植林を機に、学校林活動を学校教育に位置づけ、勤労体験・自然保護・体力づくりの場と、多

彩な活動をしている。

これらの活動が認められ56年には、全日本学校林活動コンクールで特選校となった。現在、「100本、100年継続測定」を進めている。



樹木の観察

6. おわりに

トレーニングコースや校庭の遊具は、児童のアイデア・希望をできるだけ生かしている。また、学校独自の体操（つくば棒体操）も児童から募集したものである。

このように、児童のアイデアによる活動を多く取り入れたことが、自主性・積極性を養うことにつながった。

そして、児童の熱心な活動が地域をうながし、つくばホリデーの定着とともに、年1回のジャンボつくばホリデーという学区ぐるみの大きな活動となった。

押しつける、あてがう活動でなく、自ら進んで取り組む姿勢を大切にし、学校、PTA・地域が協力して、学区あげての健康づくりを更に推進していきたい。

昭和59年度 健康優良学校

大規模の部（19学級以上）

全国優秀校	富山県射水郡小杉町立小杉小学校
全国優秀校	静岡県磐田市立磐田中部小学校
全国優秀校	岡山県岡山市立芥子山小学校
全国優秀校	山口県徳山市立桜木小学校
全国優秀校	東京都北区立滝野川小学校

中規模の部（7～18学級）

全国特別優秀校	新潟県柏崎市立新道小学校
全国優秀校	千葉県香取郡東庄町立橘小学校
全国優秀校	神奈川県秦野市立上小学校
全国優秀校	青森県三戸郡福地村立福田小学校
全国優秀校	愛知県岡崎市立愛宕小学校

小規模の部（6学級以下）

全国特別優秀校	栃木県那須郡湯津上村立佐良土小学校
全国特別優秀校	愛知県東加茂郡旭町立築羽小学校
全国優秀校	島根県飯石郡赤来町立赤名小学校
全国優秀校	鳥取県岩美郡岩美町立東小学校
全国優秀校	福井県武生市立坂口小学校

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