

健康教育

- ☆ じょうぶなからだをめざし
意欲的にとりくむ子どもの育成…………… 2
- ☆ 「心とからだ」の健康をめざして…………… 7
- ☆ 「健康優良児日本一」の荣誉に浴して……………11
「健康優良児日本一」白石安弘君に送る……………16
昭和50年健康優良児童表彰式に想う……………17
- ☆ 健康優良児日本一の誕生……………18
満美さんを受持って……………19
満美は私の友……………20
健康優良児に選ばれて……………22

全日本健康優良児童（朝日新聞社屋上にて）

朝日新聞社提供



No 69

じょうぶなからだをめざし 意欲的にとりくむ子どもの育成

山口県徳山市立徳山小学校長

手 嶋 倫 典

1. 徳山小学校の沿革

天明5年、7代毛利就馴公によって藩校鳴鳳館が創設され、文武全般にわたり多くの子弟が教育された。

天保2年、鳴鳳館が現在地に移され、同5年「一国興壤」の意味から興壤館と改名され、明治維新廃藩置県の直後徳山小学校と改称、大正末期から昭和初期にかけて児童数3千数百名という日本一の大規模校となる。

同辺に団地ができ新しく3校開校し、現在はドーナツ現象を呈している。

2. 地域の概況

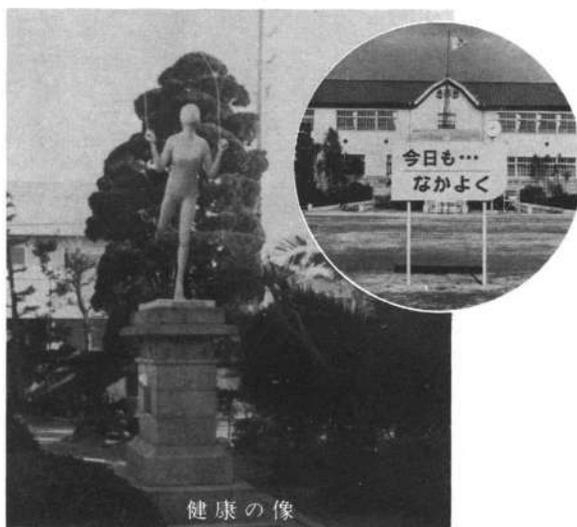
山陽新幹線、山陽本線徳山駅より500m、国道2号線ぞい、市役所、市民館、図書館、体育館、裁判所等の官庁が隣接した市街地の中心部に位置する。

明治末期に海軍練炭所が設置されて以来多くの大小工場の進出があり、石油化学工業の発展にともない一大コンビナートを形成し周南地域における中核都市である。

あわせて、古くから政治、文化、交通、経済の要地であり、新幹線の開通にともない地方の中核都市としての機能を更に発揮している。騒音、海、大気等の公害、交通についても対策が進められている。

3. ここ10年をふりかえって

長い歴史と伝統の中にある徳山小学校であるが、昭和42年「創造性豊かな人間形成を目指す学習指導」をテーマとして研究発表(知)、昭和45年「創造性豊かな人間形成を目指す道徳教育の実践」研究発表(徳)、昭和48年、たくましい子どもづくりの方向を追求「明る



くすこやかな学校創造を計る学校保健「研究発表(体)、昭和50年「自ら学ぶ力を育てる統計教育」児童の現状をとらえ実態に即して追求し発表、これらにむかっての努力・苦心は膨大な学年別・個人別の研究物の累積に見ることができる。

「個人プレーの時代ではない」こうした研究推進にあたって、県・市の指導はもとよりであるが、安全指導一つをふり返ってみても、市の安全対策に歩調を合わせ、昭和43年、交通事故0板を設置、昭和44年、安全を守る親の会「三矢会」の誕生・以後、PTAの立哨活動の開始、交通安全少年推進隊結成、等々、こうした活動で事故激減、校外補導委員、育成会を中心とした子ども会活動、子どもの健康を求めて実践の道を考え合う親の会(健親会)、PTA各専門部の活動等敬服の毎日である。

日本一健康優良学校の榮譽と意義を、謙虚に誠実にうけとめ、より健康優良学校のめざす、学校像を豊かにみせさせるため、手を取り合い切磋琢磨の精進に励

み、美しく、たくましく、すこやかな子どもの輪を、PTA、地域社会一体となって根づよく広げてゆきたいと考えている。

紙面の都合で、全般にわたることはできないので、実践活動の一部を紹介し、ご指導を仰ぎたいと存じます。

4. 主題の意義

じょうぶなからだ
(目的) { 健全な肉体 }
{ 健全な精神 } 知・徳・体の調和
{ 健全な学力 }

意欲的にとりくむ
(内容) { 自己診断 }
{ 自己理解 } 主体性の養成
{ 自己指導 }

子どもの育成
(方法) { 学・校 }
{ 家庭 } 三位一体の取り組み
{ 地域 }

健康教育とは、即、健全な社会人の育成であり、より豊かな人間形成を目指して取り組み、何一つとして事新しいものではないと思う。

5. 3規則、3習慣、3訓練の生活化

ひとり、ひとりの子どもが、よりたくましく。よりすこやかに、より美しく生きてゆく、これはすべての親の願いであり、世代の願いでもある。

運動不足のもやしっ子。近視の子どもが、虫歯の子どもが年々増加の傾向をたどっている。かぜをひきやすく、感染症による学級閉鎖は毎年市内24校中のトップ。けがをよくする、保健室の利用状況、学校安全会への申請件数、等々、実態調査にも明瞭にあらわれている本校の実態をふまえて。

図1 3規則・3習慣・3訓練の生活化

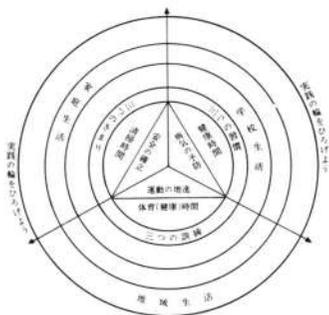


図2 実践の構想

2図 実践の構想

| | | | | | | | | | | | |
|---------------------|----------|----------|-----------------|-------|----------|-----------------|-------|-------|------------------|--|--|
| 実態 | 情緒 | 規則 | 環境 | 近視 | かぜ | 虫歯 | 胸囲 | 投力 | 跳力 | | |
| 実践内容 | そうじにうちこむ | 目を見て話をきく | ろうかを静かに歩く | 望遠訓練 | 乾布まさつ日光浴 | 歯磨き訓練 | 重箱運動 | 投てき運動 | 跳躍運動 | | |
| 核となる場 | 清字学 | 掃習校 | 間行事 | 健康時間 | | | 健体 | 康み育 | 時間間 | | |
| 視点 | 態度の確立 | | | 理解の深化 | | | 関心の昂揚 | | | | |
| | 真剣 | | | 自覚 | | | 意欲 | | | | |
| 核となる実践の場を拡大し全生活に及ぼす | | | | | | | | | | | |
| 徳山小の子ども | | | けがをしない子 —安全— | | | 病気をしない子 —保健— | | | 運動をよくする子 —運動— | | |

| | | | | |
|--------|----------|---|--|--|
| 家 庭 | 具体的活動の内容 | 個別活動 | 組織活動 | 組織活動 |
| | | <ul style="list-style-type: none"> 推進家庭 健康相談 保健連絡 学級こん談 | <ul style="list-style-type: none"> 学校保健委員会 PTA保健部活動 PTA研修部活動 PTA環境部活動 学級委員会 | <ul style="list-style-type: none"> 子ども会活動 育成会活動 校外指導委員会 |
| | | | | 地 区 |

3図 実践の組織



健康教育とは、即、健全な社会人の育成であり、より豊かな全人形成を目指しているのであり、別に変わった事をしているわけではないが。

(ア) 3規則 (真剣な態度の確立を)

(1) そうじにうちこむ

生活指導の根元は整理整頓にあるという仮説のもとに「行」の気持ちで真剣にとりくむ。「人間としての態度」であると考えている。交通安全指導の成果をみても、安定消極型の子どもになりつつある事が調査結果にもあらわれている。安定積極型の子どもに育てなくてはいけない。身近かで毎日の問題であり、日々徹底してゆきたい。

(2) 目を見て話を聞く

よくけがをする児童は、不安定積極型の児童であり、いわゆる注意散漫児であり、規則という面から見ても、学級会で児童集会での情報も、視点を決めて真剣に聞き入っていないために理解もできず、

守ろうともせずである。それぞれの指導の場において「真剣」ということを大切な要素としている。

三つのきまり



- 『三規則三訓練三習慣』
徳山小学校のあいことばに
なっています。
1. 三規則―三つのきまりは
そうじにうちこむ。
 2. 目を見て話をきく。
 3. ろうかを静かにあるく。
- 生活委員会が書いた共同の
力作画です。
保健室入り口の壁面より。

(3) ろうかを静かに歩く

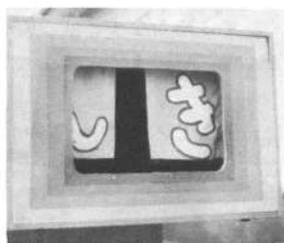
このことは、明治時代学校創設以来どこの学校でもいわれていることである。本校のけがの実態の中にも、人と人との衝突からのものも相当数ある、安全指導という面からも、集団生活における「躰」という面からも、雷同的・衝動的な行動をなくし、自分の意志をコントロールしてゆける子どもにしてゆくことである。

(4) 3習慣（病気に関心をもち、かからぬ努力）

①望遠訓練



健康時間の望遠訓練



玄関上の
望遠訓練機



登下校時に本校職員創案による望遠訓練機による望遠訓練、健康時間終了後セットメロディーと共に姿勢矯正を兼ねて固定板・施設の凝視

「3m視力表」校内各所、全家庭に設置その必要性を理解し自己指導、個人にあった自己管理をしてゆくことをねらいとしている。

(2) 乾布まさつ

“かぜは万病のもと”というが、皮膚の刺激強化、血行の促進、日光浴、心肺機能の増進をねがって、“太陽と握手しよう”を合い言葉に上半身裸体、健康時間セットテープ音楽に合わせて乾布まさつ。

特に寒気の厳しい日などは、担任・両親指導による自己診断にもとづいて参加している。

成果は漸次あらわれている。



(3) 歯磨き訓練（うがい）

職員作業による口洗場設置13か所

たべたら＝ぶくぶくうがい、たべたら＝磨こうを合い言葉に利用

「正しい歯の磨き方」学級指導、随時指導、健康時間の裏番組において実施、家庭実践の徹底をもはかっている。

(ウ) 3 訓練 (体格体力にあった目的ある運動をする)

- (1) 重筋運動
- (2) 投てき運動
- (3) 跳躍運動

本校児童の体格・体力に多くの問題点があるが、その要因はいろいろ考えられるが、児童の日常生活に運動の占める割合の少いことが調査結果(省略)からみても明らかである。



本来運動好き、運動、即、生活、生活、即、運動でもあるという本来の姿にかえしてやりたい「体育の生活化」

子どもたちが、心の底から喜んで運動する、そこに体力の向上を求めたい。

○ 体育時間には必ず3つの運動を取り入れる。

○ 学級経営の中に目的として取り入れる

例……富士山に登ろう

“はんとう棒の繰り返しで”

日本一周に挑戦

“校内マラソンコースから”等

○ 地区子ども会の運動にも必ず組み入れて実践する。

○ 学年健康コーナーの設置と、その利用



6. 安全のための活動

(ア) 交通安全少年推進隊

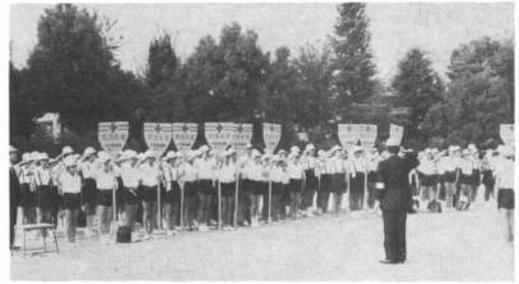
昭和46年5月22日、校区内34地区より5・6年生子ども会役員を中心に結成、制帽・腕章・ワッペン等身仕度を整え、隊員総数約130名、毎月1～2回目的にむかっの研修や訓練、毎月1・11・21日立哨活動、自らの規則順守、交通安全の呼びかけと啓蒙、調査や環境整備、老人や幼少者の横断歩行補助など交通安全に関することを進んで行うものである。

毎年3月には新旧隊員の引き継ぎ式を行っている。

指導推進にあたっては育成会の交通部が担当して行っている。

(イ) 交通立哨活動

市の交通安全対策に呼応して、昭和42年交通事故0



少年推進隊の訓練

板設置、昭和44年安全を守る親の会「三矢会」誕生、昭和45年PTA安全宣言、役員を中心として立哨活動を開始、年々役員から全家庭の協力に変わり現在は13個所、約700名の方が毎朝交代で、ドライバーや一般歩行者への啓蒙もあるが、登校する児童に“声をかけよう”を相言葉に実施している。

毎年4月立哨のし方、講習会を開催、市安全会へ加入し、もしもの場合の保障もできている。



立哨活動

7. 健康づくりの活動

(ア) 健親会

(子どもの健康を求めて、実践の道を、考え合う親の会)略省

子どもの健康について、何等かの悩みをもった親は予想以上に多い、全家庭の約半数は何等かの問題をもっている、偏食・夜尿性・アレルギー・風邪をひきやすい・いろいろが悪い、現在眼鏡は使用していないが近視的傾向にある、等々、こうした同じ悩みをもっているグループを作り、ある時は校医先生を中心に指導を受ける、又グループで実践の道を話し合う、一定期間実践して経過並びに結果について互に交換しあう。

1学期末、2学期中頃、3学期はじめと頻度は少ないが共磨きの会であるし、取り組みにも真剣である。

(イ) P T A保健部の活動

P T Aには、研修、図書、広報、施設環境、ベルマーク、保健の6専門部がある。それぞれ専門の活動をしている。保健部はさきに述べた健親会運営の積極的な協力、定期の検診、測定には白衣姿（P T A専用の白衣）で手伝い、予防接種等に当たっては事前に全校児童の体温測定。こうした活動の中から児童の実態把握・問題点等全家庭への啓蒙にもあたっている。

学校保健委員会の計画・運営に参加、その改善・実践に大きな役割りを果している。



保健部の手伝い

(ウ) 地区での校外補導委員の活動

小学校6カ年といえども1年は休みである。この1年間を大切にしないではいけない。校区内32地区、1地区に3～4名の校外補導委員で組織、毎年4月には終日昼食を共にし、楽しいゲーム指導法、不良化防止、安全等について研修会を開催、毎月一度の会をもって、地区の実状と対策など意見交換を行っている。

特に夏・冬・春休み等には、事前に地区児童会を開催、奉仕活動、健康づくり、よこの人間関係づくりのための楽しい行事等の計画をたて、その時間、内容、方法等に従って実践を重ねている。

その都度「地区健康づくりカード」で報告されている。

(エ) 家庭での実践

各家庭「歯磨き訓練」からはじめて実践内容はいろいろである、健親会の方々は常日頃より改善・努力を重ねているが、休み中は全家庭に「わが子の健康を求めて」の実践カード配布、休みが終って実践の内容方法、成果等の報告をうけている。

子ども会行事における保健活動



| 昭和51年度 わが子の健康を求めて | | | | 徳山小学校 | |
|---|--|-------------|--------------------|-------|------|
| 年組 | 4月2組 | 児童名 | 三牧紀子 | 保護者名 | 三牧利行 |
| 実践課題 | マラソン | | | | |
| 実践方法 | いつ 朝9時頃まで | どこで 家の近く | どのように お友達や妹と一緒に | | |
| 実践期間 | 12月25日から1月7日まで | | | | |
| 成果 わかったこと かわったこと | 寒さには負けず戸外に出て身体を動かし元気に遊ぶようになりました。 他のお友達より3年間のハンディーがあるのであまり薄着になれないけど、少しずつ追いついて行けそうです。 | | | | |
| <small>実践の補面や記録（写真や図表など） 写真は切ってわく内にはり、タイトルと簡単な説明を記入する（実践の様子を記入してもよい） 「私はヘコタレません」 毎朝町内での健康づくりに参加した後、町内を2周して家に帰ります。家に帰るとヘトヘトになっているようです。</small> | | | | | |

8. 和を作る活動

人作りはまず人間関係づくり、子どもと共に親も一しょに

(ア) P T A研修部

日曜家庭教育学級、母親学級、両親つどい大会等の成人教育・学習を通しての和もあるが、10数年前サークル活動として誕生したママコーラス活動であるが、毎月第1第3木曜日を練習日に決め、美声をはりあげ、ヒステリック治療も兼ね、ますます美しさに磨きがかかっている。年一回の県大会、学校行事には積極的に参加、その成果を発表している。



(イ) PTAベルマーク部

毎月1回ベルマーク集めを行い、その整理・発送、備品にかえ役立てている、非常にめんどろな作業である。このめんどろな作業の中で、子どもの話し、世間話し等々楽しく、ほがらかなふん囲気がかもし出されている、毎年20数万点になっているが、学校に来ること、部員が顔を合わすことが楽しいというのが姿である。

(ウ) 校外補導委員を中心としての地区活動

近所に同学年がいても組が違えば遠くまで遊びにゆく……事故・非行にもつながる。

同地区の低学年のめんどろをみる、こうした事は、都市化と共に軽視されうすれて来ている。

毎月1回の町内清掃、清掃後のゲーム・運動・みかん狩り・遠足等々、苦勞は多いが、学年・組を離れての地区としての人間関係づくりにつとめている。

(エ) 育成会を中心としての活動

(1)少年推進隊

訓練・立哨等の実践活動は苦しいが、夏の野外キャンプ、年末に無事故を祈念し、お互の健闘をたたえ合う「もちつき」「秋のバイキング」等の行事は親和と活動意欲をもり上げている。



ベルマーク作業

(2)球技大会

34地区対抗で、男子はソフトボール、女子はポートボールを行う。練習・試合・地区をあげての応援、その中に地区意識と協力の人間関係ができています。

(年間2回実施)



「心とからだ」の健康をめざして

長崎県西彼杵郡時津町立時津北小学校

校長 柴田 敏 郎

1. はじめに

はからずも、本校が本年度小規模校日本一健康優良学校に選ばれた最大の理由は、独立当時の児童の実態を見て、健康はすべての生活や教育の原動力であり、人間教育の一番基本的なもので小学校段階では特に、計画的組織的にしっかりした土台を作ってやる必要があるとの考えのもとに、学校保健に目をつけた初代校

長の意志を歴代校長が引継ぎ、15年間積み上げてきたことと、それにPTAを中心に家庭と地域社会の人々が学校の教育目標を身近かにとらえ、地域ぐるみで熱心に実践活動を推進した結果だと思う。

2. 地域社会の概要

(1)地理的位置 (大村湾最南部)

長崎市の中心街から北へ約8km、大村湾の最南部に

あって、バスで約30分の所にある地理的条件に恵まれた町である。町の中央部を国道 206号線が南北に走り長崎市と佐世保市を結んでいる。

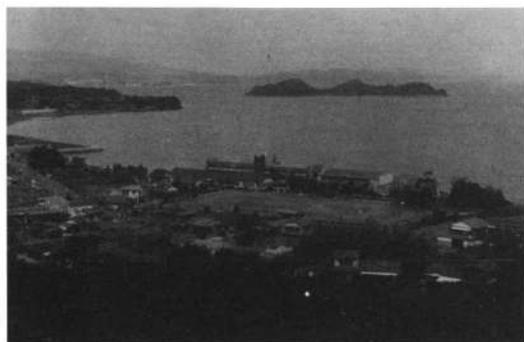
(2)新興工業地帯へ変容

もとは専業農家が多かったが、現在は長崎市のベッドタウン的性格を帯び、農地の宅地化が進み農業も質的にそ菜・水稲中心から柑橘中心へと変化してきた。一方長崎からの工業中心の企業進出などもあって、産業別就業人口の構成比も年々大きく変化し、特に3400㎡の埋立地造成後は工業化が進んできた。

(3)健康の町、時津

「体育の日」設定を記念して、町民の健康増進と部落民の融和を図ることを目的に、町ぐるみの教育体勢で努力を傾けている。特に青少年の健全育成に目をつけ、彼等の余暇の善用と体力増強を目標に町体育協会が中心になり昭和33年以来指導を進めているが、その成果は県下の注目を集め、視察者も多い。

また、毎年夏行なわれる町民球技大会や、体育の日を中心に行なわれる町民体育祭は、スポーツの一大絵巻として県下に知れわたりその結果は、昭和50年4月文部大臣賞を町体育協会が、体力づくり国民会議議長賞を町が、それぞれ受賞した。



校舎展望

(4)校区の概要

昭和34年1月町村合併により琴海町子々川郷が分村し時津町に合併したので、日並郷と子々川郷が本校区となり昭和35年4月に独立した。

本校の保健体育活動が活発になるに従い町民体育祭球技大会における児童の活躍が部落民を動かし「自分達の健康増進は自分達で」の合いことばのもとスポーツクラブとして昭和47年3月に時津北クラブが誕生し18才～65才までの会員が毎週土・日曜主として球技を

中心に実施している。また、婦人の希望でママサンパレーも誕生した。部落公民館では活動の目標として「公民館ぐるみの体力づくり」を打ち出し「健康な青少年の育成は健康な明るい家庭から」「明るい家庭は健康で明るい母親から」を合いことばに年間を通じて、なわとび運動の推進、ラジオ体操の普及と歯磨き、手洗い、うがいの習慣形成を目標に家族ぐるみで実施している。

3. 本校の概要

児童数 269名、学級数 8、教職員12名、事務職員不在、養教は49年度から配置され、他に町備いの事務補助員1名の職員構成である。

健康は、すべての生活や教育の原動力であり、人間教育の一番基本的なものであるとの考えから、教育の場は学校内だけではなく、むしろ家庭や地域においてこそ、その効率はあがるものとの考えのもと、学校保健委員会を始め、PTA保健体育委員会、学級委員会部落集会、子ども会活動を通して展開してきた。しかし、健康教育を経営の柱として展開して全面的に取りくんだのは正確にいつて昭和45年度からであるが、やっと今その緒についたばかりといえよう。

以下は関係事業、表彰の主なものである。

- 昭和45年度
 - ・保健体育研究発表会
 - 県教委、郡教育研究会研究委託
 - ・文部省より表彰を受く（保健体育優良校）
- 昭和46年度
 - ・保健体育研究発表会（県教委研究委託）
 - ・健康優良学校準県一位受賞（県教委）
- 昭和47年度
 - ・健康優良学校準県一位受賞（県教委）
 - ・口腔衛生優秀校受賞（全日本よい歯の学校）
 - ・体育館完成（1527㎡）
- 昭和48年度
 - ・プール完成
 - 親プール（358㎡）子プール（48㎡）
 - ・健康優良学校県一位受賞（県教委）
- 昭和49年度
 - ・運動場拡張（2,663㎡）
 - ・新校舎竣工、鉄筋二階建（1,278㎡）
 - 普通教室 6、特別教室 5、準備室 2
 - ・健康優良学校県一位受賞（県教委）
 - ・口腔衛生優秀校受賞（全日本よい歯の学校）

- ・優良PTA表彰（西彼杵郡PTA連合会）
- ・優良子ども会表彰（校区内子ども会）
長崎県子ども会育成連絡協議会

○昭和50年度

- ・健康優良学校県一位受賞（県教委）
- ・健康優良学校日本一受賞（朝日新聞社）

4. 本校の教育目標

(1)経営の目標

①過去の伝統及び歴代校長の決意と成果を受け継ぎ、目標に向かって全校一心の意識を盛り上げ努力する。

（明るく希望に満ちた、心身ともに健康な子どもの育成をめざして前進する。）

②学校のすべてを児童の指導の運用に注がれるよう努力し、学力向上がすべてに優先するように合理的、能率的に経営する。

③学力向上を貫くのは、個性の発見と能力の開発であるが、その基盤は「丈夫なからだ」と「明るい生活」であるから、父母と教師が一体となって関係機関と緊密な連携をとりながら進んでいく。

(2)本校教育目標

○心身ともに健康で、ひとりだちのできる、たくましい子ども。

（永遠の中に生きる英知と、ことに処する思考力、判断力、未来を生み出す創造力、これらの源ともいうべき調和のとれた豊かな心情、どんな困難に直面しても、それに耐えぬ強い体力と不屈の意志、これらを健康に育て、生涯生きぬく力を養い、生き方を学びとらせ、生きる勇気をはぐくみ、社会に貢献させる。）

(3)教育の具体目標（校風の樹立）

○こんな子どもに

- ・明るい心と、たくましいからだをもつ子ども。
- ・ひとりだちのできる子ども。
- ・根気強くやりとげる子ども。
- ・責任をもち、仲よく助けあう子ども。

5. 努力目標

(1)学力の充実—自主性と発表力の養成

子どもの問題解決能力の向上と、説得力のある

説明や発表の技能を高める。

(2)健康安全活動の推進—自主的な保健安全の習慣を身につけさせる。

保健安全な生活の改善を、自分の身のまわりから見出して、解決させていく。

(3)体力づくり運動の強化—体力、気力の充実をはかる。

進んで運動する態度の育成につとめ、自己の能力を知り、調和のとれた体位体力を伸ばさせる。

(4)明るい心づくり運動の強化—心の強い子、あいさつ運動の徹底をはかる。

1日1善親切運動の徹底とあいさつ運動の徹底、どんな困難に直面しても、それに耐え抜く強い体力と不屈の意志を養う。

6. 実践活動

(1)自ら進んで鍛える体力・気力に満ちた子どもを願

イ、体育練習カードにより、自主性と助け合いにより練習を積んでいる。

ロ、年間薄着励行（半袖短パン、ブルマー）と素足運動で冬でも通して、体力・気力を養うと同時に、各種の運動に親しみをもたせるとともに実践しやすいようにしている。

ハ、全校体育として第2時と第3時の間に業間体育を行ない、疲労回復と気分転換をはかると同時に、集団行動を通して、学校施設や用具を活用させながら遊び方や運動の方法を理解させるとともに遊びの内容を豊富にさせている。



業間体育

ニ、体育行事の充実で、体力・気力の充実をはかっている。

体力テスト、スポーツテストの実施により自己

の能力を知り、なわとび大会、大村湾一周、水泳大会などで記録に挑戦している。

(2)情操豊かな子どもを願ひ

イ、父母と教師が信頼と信愛で結ばれるようPTAの専門部と学級部会を強化し、全職員もこれに参加し親密を深めた。

ロ、環境の整備に努力した。

大自然にかこまれた環境(山と海)、みどりの環境、友を呼ぶ健康の森、卒業生と父兄の合作によるロータリーと花だん、PTAの奉仕作業による野鳥を呼ぶ築山(ふな、睡蓮)、子どもが育てる学級園、学校園の作成。

ハ、黙動・速動・協動を目標に6年生をリーダーに1年生より師弟同行でやる清掃活動(助け合い運動の強化)



ロータリーと少年の像

ニ、教師と子どもが輪になる業間体育時のリズム運動や共遊の実施。

ホ、補導員との連絡を密にした子ども会活動の実施(教師は顧問)

ヘ、全校合唱、校内音楽会による音楽の生活化。

ト、盲目の両親を手助けする孝子の出現で県知事より表彰をうく。

(3)自主性と発表力の強化を願って

生涯にわたって自主的に課題解決のできる能力と自己実現の表現力を培うため、学習指導は「教える学習から自ら学ぶ学習へ」つかみ→しらべ→みがき→ふかめ→おさめる段階をふみ、その過程の中で教育機器、相互学習等で思考力を高め、併せて自己実現や生涯学習の基盤となる児童の研究活動を重視し、未来を生み出す自由研究の考えのもと、自分の身のまわりから眼を向けさせ、科学的

に思考することから始めさせ、現状打開の方法から創意と工夫を行なわせ、子どもの問題解決能力の向上と説得力のある発表や説明の技能を高めるとともに記帳の仕方を身につけさせている。



自由研究発表会—長期休業日後実施

また、読書好きな子にするため、読書感想発表会を読書週間後に実施したり、読書感想文に応募したりしている。本年度は長崎新聞社主催で2名入選している。

6. おわりに

受賞後、わたしたちはこれまでの実践を謙虚にふりかえって見ている。今までの健康教育は、真に始めてから年期もはいいなければ、我流の所もあったにちがいない。これを契機に「真に健康教育とは」と自校の物を洗い直し、視野を広くして、これからの出発だと考え、子どもたちの成長と幸福のため努力していきたいと思うので、先生方の暖かいご叱正をいただきたいと思う。

つつましい思索
あたたかい愛情
総ぐるみの善意
少しずつ
少しずつ
醗酵し 融合し
そして結晶した珠玉
その深みある輝きよ

(S)



「健康優良児日本一」 の榮譽に浴して

千葉県八千代市立勝田台小学校長

高石道之助

白石君の日本一の知らせを受けたのは、忘れもしない昨年11月1日のことであった。学校から帰って間もない六時頃、朝日新聞の記者からの電話によって知らされた。

千葉県一に続いて、全国特選児童10名の中に選ばれたとき、若しかしたら、と言った期待は抱いていたがいざ入賞の知らせに接してみると、自分の学校から日本一が生まれたなんて、とても信じられなかった。驚きのあまり、記者の矢つきばやの質問に対し、何を答えたかさだかでない。

聞くところによると、全国の六年生の児童総数は、凡そ160万名と言われる。このような大勢の中から一位に選ばれたのだから、実に見事である。本人や家族は申すに及ばず、学校としても、何よりの榮譽と喜んでいる。



中央表彰式における白石君の答辞

(朝日新聞社提供)

本校は、昭和43年に、東京のベッドタウンとして開発された、勝田台団地の小学校として発足した、創立8年目の若い学校である。21世紀の未来社会に生きるための、望ましい人づくりということから、「からだづくり」「こころづくり」「あたまづくり」を三本の

柱とし、日本一の子ども、日本一の学校づくりをめざし、開校以来、職員、児童、父母が一体となり、懸命の努力を積み上げ、今日に至っている。

はからずも、昨年度その成果が認められ、全国保健体育優良校として文部省表彰に浴し、続いて、健康優良児日本一の誕生を見たことは、この上ない喜びである。

「からだづくり」を指向する本校では、創立以来、「学級経営と体育」をテーマに、授業時はもちろんのこと、総則第三体育の主旨に即し、体育の生活化をめざし、学校行事等広く体育を取り入れ、「体力」「気力」「心のふれ合い」の増強をはかっている。

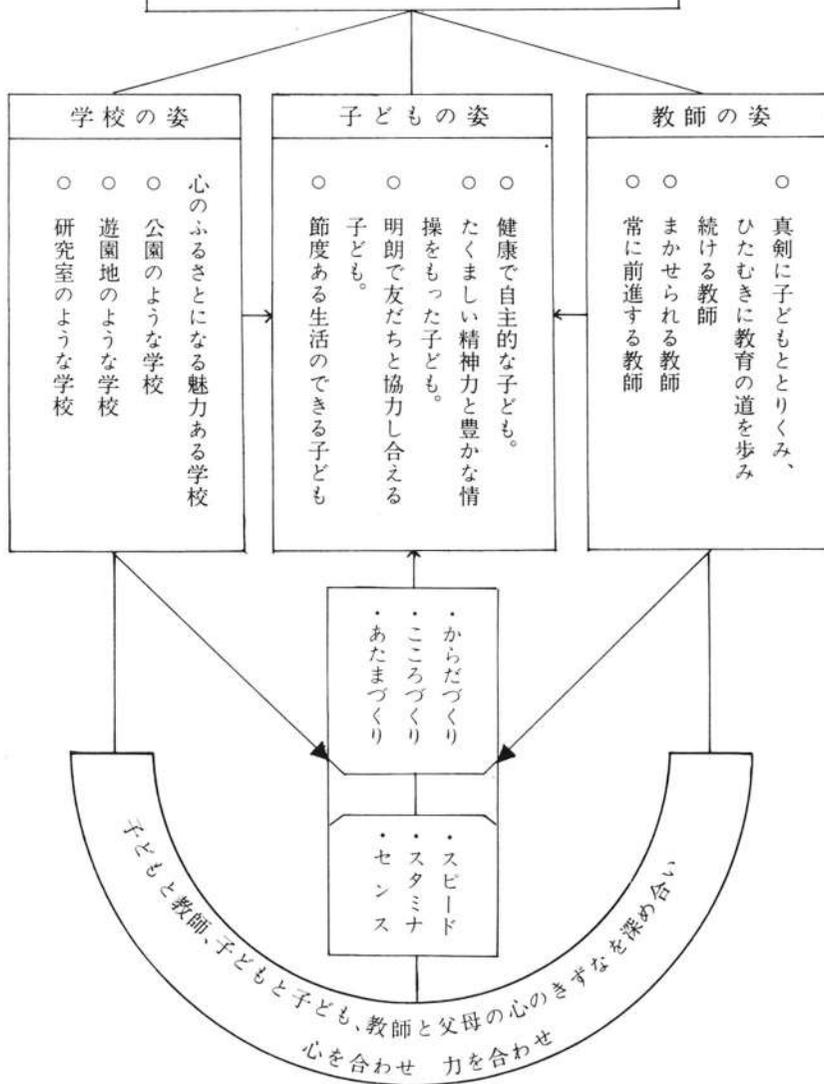
言うなれば、このたびの白石君の入賞は、このような日頃の「からだづくり」が効を奏したと申しても、決して言いすぎではなからう。(もちろん、本人の努力や、家庭の適切な配慮を忘れることはできない。)それだけに、私どものよろこびも格別である。

以下、本校の「からだづくり」の一端を紹介し、喜びの言葉としたい。

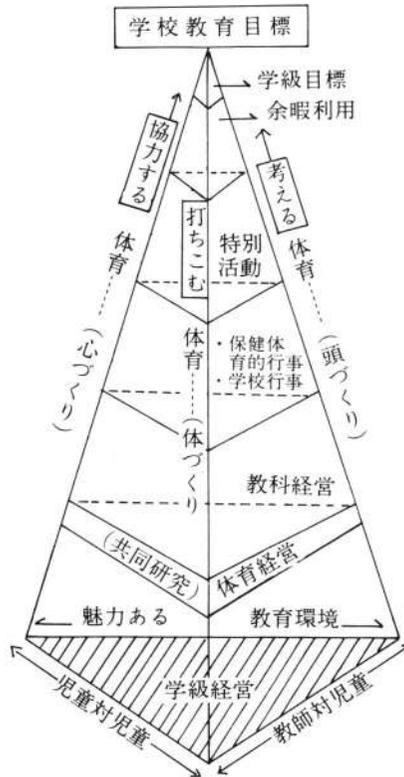


2年金子学級ダンス授業

勝田台小学校の理想像



| | |
|---|--|
| <p>校章</p>  | <p>富士山のように日本一を目指して 力強く前進する 勝田台小学校の子どもたち</p> |
| <p>スクールカラー 「みどり」</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・みどりは平和の色 ・成長の可能性を秘めた若さの色 |



魅力ある学校づくり

魅力ある学級経営

感情豊かな楽しむ体育

・体育的行事
・安全的行事

・特別活動
・愛校の日・保健の日

| 環境 | 子どもに魅力ある授業 | 学習の姿 | 人間関係 |
|-----------------------------|---|--------------------------------------|---|
| 遊園地のような公園のような ・研究室のような学校 | 1. せいっぱい運動させてくれた授業 ・みんながとりくめ、努力できる学習 2. 技や力を伸ばしてくれた授業 ・力の伸ばし方がわかる学習 3. 友だちと仲よく学習させてくれた授業 ・認めあい、励まし合い、教え合う学習 4. 何かを新しく発見させてくれた授業 ・問題をもって、がんばる学習 | ・考える体育 ・打ち込む体育 ・協力する体育 | ・教師対児童 ・個対集団 ・ひとりひとりの意識 ・児童対児童 |

児童

教師

のぞましい指導(学習)計画

指導内容

・指導目標
学級目標
教材目標

教材研究・精選
・教材の見方・既習技能とのつながり・運動の特性
・発達の段階

学級・児童の実情

3. 「からだづくり」の施策

(1) 小運動会

月例行事として、毎月、定期的（業間体育と第三校時をもって充てる）に開催している。

大会は、クラス対抗によって行われる。優勝学級（個人）には、ヘナント（メダル）が授与される。子どもたちは、それを最高の名誉と考え、余暇時間（始業前、昼休み、放課後）等、クラス一丸になって練習に励む。

そんな中から、技能面、体力面は言うまでもなく、学級経営の基盤となる、担任を中心とした、子ども相互の心のきずなが深められていく。

月別計画

| | | | |
|----|-----------|-----|------------|
| 4月 | リレー大会（全員） | 10月 | 公開研究会 |
| 5月 | 運動会 | 11月 | リレー大会（全員） |
| 6月 | ボール大会（選手） | 12月 | 竹馬大会（全員） |
| 7月 | すもう大会（全員） | 1月 | マラソン大会（全員） |
| 8月 | 水泳大会（選手） | 2月 | なわとび大会（全員） |
| 9月 | リレー大会（選手） | 3月 | リレー大会（選手） |



小運動会リレー大会

(2) 愛校の日の「共遊の時間」

本校では、毎月一回（土曜日の三時間を充てる）愛校の日を設定している。話し合いの時間、共遊の時間、愛校の時間が、それぞれ一時間ずつになっている。

共遊の時間は、児童と担任教師が、共に楽しく遊ぶ時間であって、野山を歩きまわったり、学年で、ボール大会やリレー大会をしたり、雨天時などは、室内でゲームをしたりして、楽しく過ごし

ている。



愛校の日 6年生の遠足

(3) 業間体育

年間を通じ、第二校時と第三校時の間の20分間を業間体育の時間としている。この業間体育は、学習によって蓄積された疲労の回復と気分の転換をはかるとともに、毎日、定期的、継続的に運動することにより、体力の向上を図ることをねらいとしている。

曜日により、全校、学年単位、学級単位と変化をもたせ、雨天時にも、室内及び体育館等を使用し、毎日、欠かさず実施するようにしている。

(4) 保健の日

本校では、毎月5日を「保健の日」と定め、保健指導の充実をはかるようにしている。

前月の職員会議で提案された「今月の保健」について、今一度、保健の指導目標、内容、指導方法の参考となるもの等、児童の疾病や感染状況等々、月によって異なるが、医学的な面、保健衛生的な面ばかりでなく、マスコミのニュースなどもおりませ、養護教諭より朝の職員打合わせで提案され、それをクラス担任が持ち帰り、子どもに指導することになっている。



固定施設を使った運動

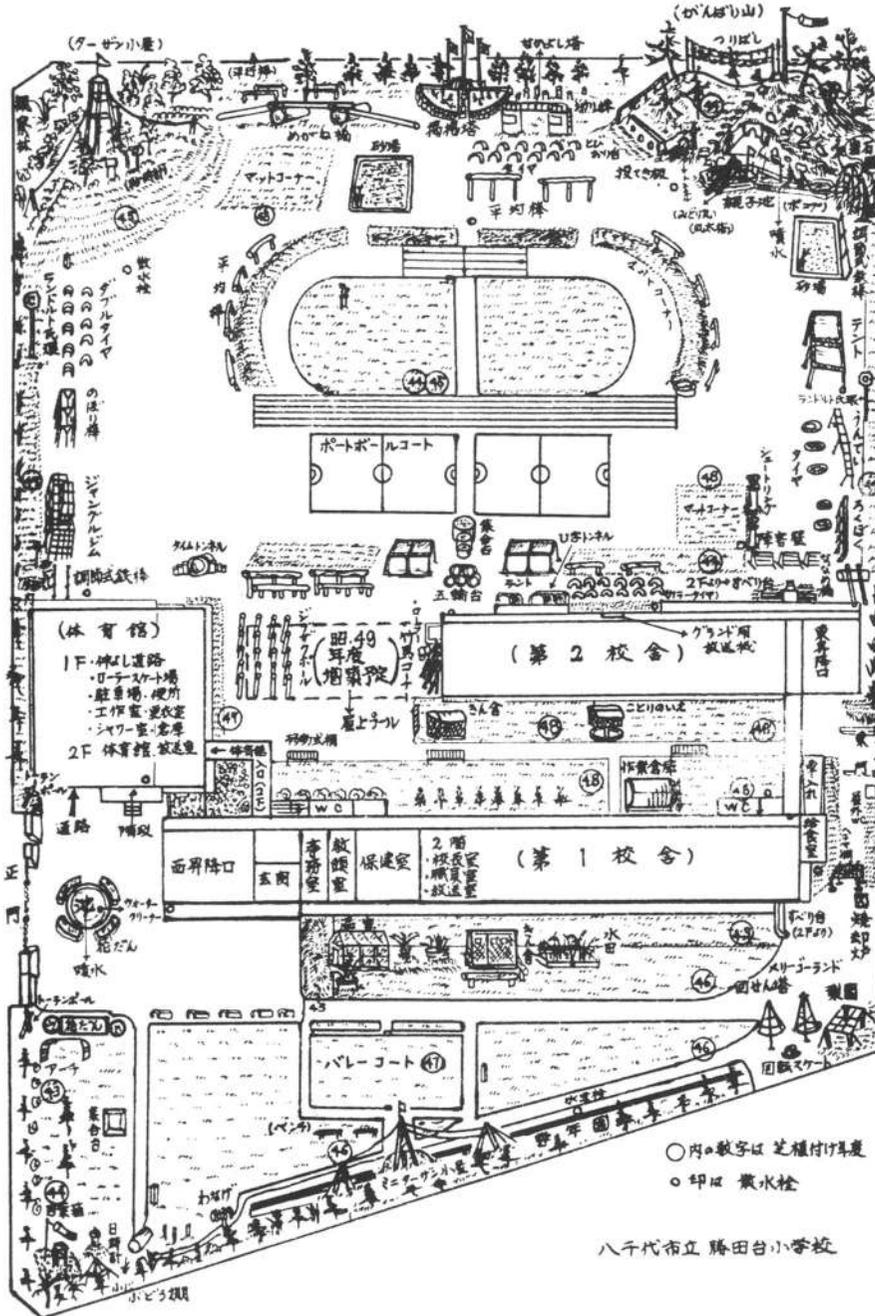
(5) 魅力ある環境

本校では、環境も、からだづくりに欠くことのできない大切な条件と考え、校庭の緑化や、体育施設、運動遊具等の整備充実に力を入れている。子どもたちが、わずかな休み時間でも、思いきり

飛びついて、楽しく運動や遊びのできる施設が豊富に揃えられていることが大事である。

このような考えから、本校では、創意工夫をこらした、数多くの固定施設を校庭のいたるところにほどこしてある。

施設環境一覽





「健康優良児日本一」

白石安弘君に送る

担任 酒井英勝

安弘君「日本一」おめでとう。

心も身体も健康であることで日本一の栄誉をいただいたことは、ほんとうに素晴らしいことです。

「日本一」の表彰楯を手に学校にもどった日、全校1400人の友達、そして、クラスの友達が祝福し、喜びをわかち合いましたね。毎日を共に生活していたためあまりにも身近かすぎて、「日本一」など想像もしなかったことです。驚きと喜びの歓声がいつまでも続きました。

この日本一を獲得するために特別な訓練をすることなく、いつも友達にかこまれ、すくすくと育ってきた中からの栄冠であることも大変素晴らしいことだと思います。安弘君のすぐれた素質と、ふだんの努力はもちろんですが、その陰にある御両親の愛情と、多くの先生方の御指導、それに、共に励まし合い、協力し合ってきた多くの友達があったことも忘れてはならないことです。

4年生の夏、汗にまみれ、泥まみれになって裸でぶっかり合ったすもう練習を覚えていますか。市内すもう大会の選手として、夕方暗くなるまでの猛げいこ。投げられても投げられてもしがみつぎ、最後には押す力もでなくなるまでむかってきたあのねばり強さに、心をうたれました。

安弘君との直接の出合いは5年生の担任をした時からです。学習にも、運動にも、遊びの中でも、いつも伸び伸びと参加し、体格だけでなく、行動からもスケールの大きさを感じさせられました。級友とのおしゃべりで時を忘れ、ふざけ合って校庭を無邪気に走り回る姿も見られる一方、市内陸上大会の時、リレーの最終走者として、力強い走り方で、直線百メートルを三人もごぼうぬきし、ゴールにとび込み、スタンドを興

奮の渦にまきこんだこともありました。そんな時も、チームの責任者として、また学校の代表選手としての誇りを自覚し、冷静で驕ることもなく、みんなの祝福を心から喜んでいましたね。

6年生になってからはまた一段と成長しました。市内ボートボール大会、水泳大会、陸上大会、校内陸上大会、水泳大会、なわとび大会、竹馬大会……数えきれない程の競技会でのとび抜けた活躍は目をみはるものばかりでした。練習の成果はもちろん、どんな条件でも、本番になると練習以上の力を発揮する底力と根性を見せられました。友達からの信頼をうらぎることなく。

こうしてふり返ってみると、やはり日本一に値する子どもであったようです。

「心も体も日本一」という素晴らしい宝物。なにものにもかえられない宝物です。

「目標に向かって黙々と努力を続け、いつも友達の中にあって自分の全力を発揮する安弘君」であることを私は信じています。



中央審査会におけるテスト風景

(朝日新聞社提供)

昭和50年 健康優良児童表彰式に思う

父 白石安昭



ステージ上の母と子 朝日新聞社講堂

昭和50年健康優良児童日本一として、司会者から名前を呼ばれ、段上に登る我が息子、そして、はれがましい妻、続いて女子日本一としてのビーナツ君とお母さん、その他18名の特選児童の友達、一つのドラマがあり、画が流れていく。

その時、私の頭は空白に近く思考がとまっていた。よく重大な時、緊張しすぎた時、自分がわからなくなるような感じを持つように。

表彰式というドラマが進んで息子安弘の答辞の時、中断していた私の思考と感情は、一斉に働き出し、涙が流れてとまらなくなってしまった。

妻の苦勞、学校の先生方の指導、そして友達の友情の多くがここまで息子を成長させてくれた感謝の涙もあった。

この表彰式のあと、皇居にて両陛下への拝謁、翌日の全国子供会議とスケジュールのある息子と妻にわかれて一人家に帰りついて、煙草を一服した時、今までの思い出が走馬燈のように私の頭を駆けめぐっていた。

そう昭和38年7月15日出産時のおちつかない気持ち、院長から「男の子ですよ」と云われた時のくすぐったいような、俺も親父かと思う気持ち、2800gの息子との対面。

3才の時、初めて買った車で親子3人のドライブ、途中カーフェリーの中でポーズをつけるちっちゃな紳士の写真をとる妻の笑顔。

5才の幼稚園、他の園児よりも一段と大きい息子、あの運動会で口をへの字に結んで頑張る息子、そして5年生の時八千代市総合体育祭に勝田台小代表として、学校対抗リレーのアンカーで力走する息子。

この結果優勝して帰ってきた息子に微に入り細に渡って話を聞きたがり息子に「うるさいな」と

いわれてふくれている妻。

だが息子はまた総合体育祭の話をきかせはじめ笑顔で聞きいる妻と私、親馬鹿の見本みたいだと思われるかも知れない。

そして6年生になったある日「健康優良児学校代表になったよ」といって帰ってきた息子、それから地区代表となり県審査会に出場することに決った時私は、十分な満足と感慨が胸をあつくした。

妻は「県審査会でも好成绩をあげるでしょう」と私に話しかける中に、普段、肉、乳製品をうけつけない妻が子供の為には、驚くほどの努力でこれを克服し、躰についても、身をもって示しながら忍耐強く、くりかえし子供にやらせるという方法により息子を育ててきた母としての強さが感じられた。

勿論学校生活から学んだ多くのことは、息子の成長の多くの部分を占めており、先生方のご指導に感謝の気持ちでいっぱいである。

しかし中央審査会で日本一の内定を受けた時には喜びよりも身ぶるいを感じたというのは大げさすぎるだろうか。

息子が小学校生活で最高の成果を得たあの表彰式は昨日の出来事のように記憶に新しいが、この感激をこれからの息子の人生に生かしていくことの重大さに親として身がひきしまる思いである。

今後とも先生方や学友および全国の特選児童として友達になれた多くの方々の暖かいご指導とご鞭撻により安弘の人生が、強く、正しく、すこやかにあるよう祈りつつペンをおきます。



健康優良児日本一の誕生

高知県中村市立中村小学校

校長 岩田 勇

1200名の児童をもつ本校は毎年のように健康優良児候補を推薦し、そのつど郡・県の優良児を出してきた。

岡崎満美さんの場合も、健康・体力・学力・性質等あらゆる面ですぐれ、ほんとに調和のとれた児童のことで、ある程度の成績をおさめるであろうと思っていたが、県一位となり、やがての中央審査会で全国十傑に入った連絡をうけて、全く期待以上のことで驚きとよろこびであった。

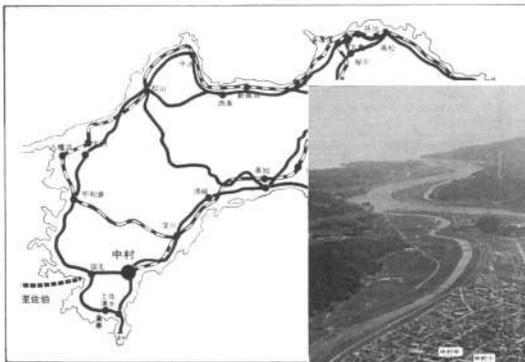
中央審査会の実地審査に上京する時「しっかり頑張っ
てやってね。11月3日の表彰式には校長先生も上京するからね」と言っ
てはげました私であった。その時点での私の上京は十傑表彰のものであ
った。それが、11月1日「健康優良児日本一」になったとの電話をう
けた職員谁也がまさかという驚きであり、また、大きな喜びであ
った。本校として初めての日本一でありまた県下では初めての健康
優良児日本一の誕生でであっただけに――。

11月3日の表彰式には急いで上京した。朝日講堂一杯の表彰式――代表として挨拶する満美さんに、「礼儀正しく、落ちついて、しっかりした声で挨拶することだよ」とだけ言って、私はその盛大な表彰式を、また、満美さんを見守った。憶することなく何時ものような素直な満美さんの態度動作をみて私はやはり胸につかえるような思いであった。本校職員からの祝電も披露され、健康優良児日本一が本校に誕生したことをしみじみと喜ぶ私であった。

満美さん ほんとうに お目出度う。

本校は中村市の中心部にあって、明治5年の創立で以来孟母三遷のようにして現在地にいたり、昭和42年新校舎落成、47年創立満100年式を挙げる長い伝統と校史をもつ県下三指に入る大規模校である。百年記念に玄関前に建てた記念碑にただ一字深く刻む文字「光」――。それは本校の長い伝統の上に現在、将来を志向する不断の姿を象徴するものである。

私は本校に新校舎建設途上からの在任で既に10年になる。その間



中村市中心街

- A 小学校
- B 中学校
- C 高等学校



学校像

1. きまりある学校
2. 力を合わせる学校
3. 生き生きとした学校

児童像

1. 明るい元気な子供
2. よく考え正しく行なう子供
3. 仲よく力を合わせる子供

を旨として市民PTAの協力支援激励を得て同僚諸君と共に歩みつづけてきた。

本校としては、僅か

の優れた子供、或は選手の人間の養成は毛頭考えず、1200名の児童全員の「心力共に健康な実践力のある日本人の育成」をめざして常に地道なかつ不断の指導と実践を続けてきた。そうした中において子供達はとても元気に素直に明朗に育ってきている。満美さんの日本一もそれを目あての指導も練習等は学校として何もしたことはない。唯全校児童の中の一人としての満美さんへの指導であったにすぎない。

それだけに満美さんが日本一の健康優良児になったのは、本人の素質・努力はもちろんであるが私は家庭のたまものであると思う。ご両親は教職にある共稼ぎである。共稼ぎの場合、どちかという子供が家庭が犠牲になりがちである。そうしたいろいろな共稼ぎによる問題や生活をのりこえるご両親の細かい配慮と、温かいうるおいのある家庭づくり、雰囲気の中に満美さんが、とても素直に明るく健康に育てられ育ってきたおかげであり、ご両親の家庭づくり家庭教育のたまものである。こうして満美さんを育ててきたご両親にこの日本一の誕生と栄誉を心からおよろこびし、かつ敬意を表したい。そして満美さんがこうした栄誉にそまますの調和ある成長を祈り見守ってゆきたい。

省みて人間の成長にはその地域背景とも深い関係がある。中村市の歴史——それは今から五百余年前の応仁2年前関白一条教房公が京都の戦乱をさけてこの中村に移住した。その頃の中村はひなびた集落であったが一条公が国守に推戴されると共に一躍土佐の国府となり商工業が盛んとなって市街が形成されてきた。

やがて一条公はみやびやかな京都に対する思慕の心からこの避遠の中村に京を描いて、大文字山・東山・鴨川・祇園等の名をつけて、町並みも基盤の目のような町をつくったことである。一条公の開府によって中村の発展は目ざましく、土佐の政治・経済・文化の中心となって繁栄し、昭和29年隣接町村を合併して中村市が誕生し、五百余年をへた今日でも当時を伝える小京都といわれる調和の中に新しい未来都市建設に進んでいるのが本校の地域背景である中村市であり、高知県西部の中心地である。中でも昭和38年健康都市建設宣言以来中村市は幾多の努力を推進してきた。市長が「日本一の誕生」を心から祝福してくれたのも思えば中村市の健康都市推進と無縁ではないおもいからであろう。

中村市を流れる四万十川。
清流はたえることなく流れてゆく。
澄みきった青空——。
歴史の街——中村市。

そうした歴史と青空と清流がいつまでも、いつまでも子供達をよい健康にはぐくみ育ててゆくことを願いながら今日も明日も私達は歩んでゆく——。(終)



満美さんを受持って

担任 藤原昭夫

満美さんが健康優良児の中央審査に東京へ行くことを、子どもたちにしらせたととき子どもたちがいっせいに、“先生、出発の日を変更できませんか”というのです。なぜだろうと思ってそのわけをたずねてみますと、その日が、ちょうど、子どもたちが計画した6年生のクラス対抗球技大会の日にあたるというのです。私のクラス、6年二組は、女子のキックボールでは、優勝候補にあげられているのですが、それも、満美さんの抜群の活躍があるからのことです。守備の要でありまた、攻撃のときには、たいいていホームランという彼女の活躍は、みんなの驚異のままとであったのです。その満美さんが、球技大会に参加できないことになったので、みんなからさきのようなことばがたわげです。

満美さんが、特選児に選ばれたとき、体位は、いままでの特選児と比べて、特にすぐれたものではないけれども、バランスのとれた身体・走力・跳力・投力など、どの領域にも欠点のない、すぐれた運動能力をもち、そして、落ちついた言動、実に堂々と発表のできる満美さんは、必ずよい成績をおさめるであろうと、ひそかに期待していたのですが、“日本一に選ばれた”という報せをうけたときは、一瞬、夢では……とおどろき、そのあと湧いてきた大きな喜びにひたったものでした。

健康優良児日本一に選ばれた満美さんを見ると、毎日、教室やグラウンドでいっしょに生活していたときには気のつかなかったものが、改めて見なおされ、やっぱり、日本一の健康優良児として、すばらしいものをもつた子どもだという思いがいたします。

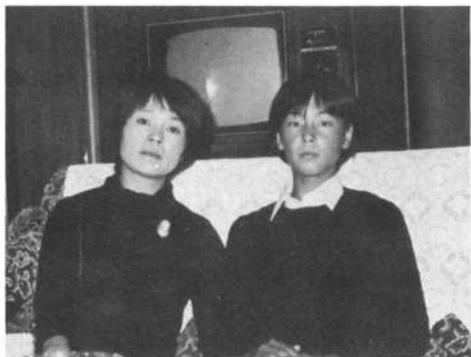
このたびの栄誉をえたことについては、いろいろな要因があると思いますが、私は、彼女の御両親の健康に対する、行きとどいた配慮と、彼女の自身の努力

を第一にあげたいと思います。

とかく、学校の成績のみが強調される今日ですが、参観日、家庭訪問などで話される、御両親の話題は、まず、満美さんの健康について、であり、折りにふれうかがわれる行きとどいた健康管理には、頭のさがる思いがいたしました。

満美さんの頑張り、努力は、いたるところにみられますが、県一の健康優良児に選ばれたとき、“投力に、いますこしの力を”といった批評をうけたあと、投力をつける練習を休みなく続け、おどろくほどの進歩を見せてくれました。

日本一健康優良児に選ばれた後も、以前とまったくかわりなく、児童会のリーダーとして、また、運動競技のエースとして、明るく活動している満美さんの姿をみると、日本一の、健康と体力をもった彼女が、心豊かな、りっぱな中学生として、大きく成長することを確信いたします。



満美は私の友

母 岡 崎 美 栄

——しろがねもくがねも玉も何せむに
まされる宝子にしかめやも——

山上憶良

夕映えの美しい神宮外苑のベンチで、万葉の詩情に浸った日本一決定の日の私、それはきっと、この世で一番しあわせな女だったでしょう。こんな宝を私に授けてくださった神に、守り育ててくださった周囲の方々に、感謝の気持でいっぱいでした。

でも、やがて、この陶醉から覚めた私は、「一体、この子に何をしてやったか、母親としての任務は十分に果たしたのか？」自責の念に苦しみ始めていました。

私の傍に腰をおろして、気持よさそうに、夕日を眺めている満美が、ついこの間まで、「お母さん、待ってー」と泣きながら保育園の垣根によじ登って、出

動する私の後を追っていたのです。風邪の熱と闘いながら、誰もいない家にひとりで寝かされていた幼い日もありました。あるいは、お守さんが無くて、母に背負われて出勤し、授業中は宿直室に寝かされていたこともありました。思い出はどのコマもどのコマも情に欠けた母親と、それを追求める幼い子の姿ばかりではありませんか、「満美、ごめんね、母さんは母親失格ね。児童福祉法違反、児童憲章無視なのね。」心の中で我が子に詫言いました。

満美は、生れた時は体重3.1kg、身長51cm、胸囲33cm、頭囲31cm、元気な女の子でした。母乳も充分有ったので、お守さんまかせとは言え、日中二回母にも会えるし、すくすくと大きくなりました。生後三か月位からは体重・身長共に標準をぐっと上回り、十か月では、地方の赤ちゃんコンクールに入賞し、お守のおばちゃんを得意がらせたこともありました。

親の私は、「育てる」ということを特に意識したわけではなく、何となく運よく、元気に、「育った」といった感じでした。しいて言えば、

1. 好き嫌がなく何でもよく食べる子
2. 体格に応じた体力と知性を
3. 円満でやさしい心と
4. ねばり強い意志を

という願いが常に私の頭の中であって、満美との会話の中に、「体だけ大きくなって、心や頭が赤ちゃんのままだったら、怪物みたいな子で気持ち悪いわね」という言葉が何回となく出たものでした。要するに、私は、満美が大好きだったので何もかもちゃんとやれる人になってほしかったのです。これが世に言う親心であり親の欲目なのでしょう？

そんな私の気持を知ってか知らずか、満美は、心も知能もどんどん成長していきました。2年生のとき、クラスに自閉症に悩んでいられるお友達がいました。担任の先生も、お母様もずいぶんいろいろご苦労なさっていたのを思い出します。この先生のご指導で級友として、その方の手助けをするのに夢中だった満美が「私はクラスで一番体が大きい、だから一番いいお姉さんになってYちゃんにやさしくしてあげなければ…」というような作文を書いて帰り、私を喜ばせてくれたことがありました。

我が家は、ありふれた、夫婦に子供二人、共働きの核家族です。主婦の私は「教えること」が大好きで教師になり、職業を捨てたくない、家でも職場でも優等生でいたいと思う欲ばり女でした。いきおい、生活上の必要から子供には、早くから、「自分のことは自分で」という躰をしなければならず、また「家のお手伝いを喜んでやる子が偉いのだ」という風に教えるしかなかったのです。「学校の勉強だけが勉強じゃない、大人になるためには、色々な勉強があるのだ」ということが分ってもらえれば都合が良かったのです。

長女に生まれた満美は、五才の時から、毎日洗濯物を取り入れて畳んでくれました。背丈の高い満美は、少し台をすれば、竿にとどきました。「これは父さんのシャツ、これは母さんの……」独り言を言っただけで畳んでいるうちに、留守番の淋しさを忘れていたようです。この仕事はよく続き、あれから七年になる今日も満美の役割の一つになっています。

マッチが上手に擦れるようになった三年生から、お風呂焚きも満美の日課の中に加わりました。保育園児だった妹もいっしょに火吹き竹の煤を口のまわりにいっぱい付けて、プーブーとよくやっていました。風の

強い日など煙が煙突から焚き口に逆流して大へんだったようです。子供のことでですから、水を入れ忘れて、お風呂を焚き始め、大騒動になったり、友達との遊びに夢中になって責任を果たさず、叱られることもありました。

失敗や無責任は、厳しく反省させました。でも、つい叱りすぎた夜、子供達の無邪気な寝顔を見て、「済まないことをした、悪いのは母さんよ」と後悔したのも一度や二度ではありませんでした。しかし、そんな時、「満美も女の子なのだから、いずれは家事の主役にならなければならない。その時になって、疑問を持ったり、面倒臭がったりすることなく、ごく自然に家事に溶けこめる女にしてやった方が本人の幸せのためになる」と自分に言い聞かせ自己満足する私でした。

こんな具合に満美は、私達夫婦の共稼ぎの原動力であったとも言えます。世間には、「子供のために仕事を辞めようか」と悩んでおられるお母様方が沢山あると耳にしますが、私は、今日まで、まだ一回も職業を捨てようかと迷ったことはありません。これは夫の協力はもちろん子供たちにも負う所が多いと思います。

そんな家族に應えるためにも、私はぼやぼやしてはいられませんでした。何とか「母らしく」と私が心にかけて来たことは、

1. 育児日誌を書くこと
2. 子供にはなるべく手作りの服を
3. 保健所や児童相談所など専門の方から育児について、助言を受ける
4. 書物からも学習する
5. 教師として多くの子供に接して得たことを我が子の育成にも生かす。決して紺屋の白袴にならないこと。

などでした。でも、満美が入学前でした、近くの児童相談所に親子で相談に行った時のことです。半日、満美と遊んでくださった先生が、「お嬢さんは、明るくて、いいお子さんですが、少しお母さんが、干渉し過ぎるのではないですか？」とおっしゃったのです。満美の産声を聞いた日から、毎晩、私の日課として記録してきたあの育児日誌や、「一緒に居てやれないからその代り」という私の気負いが、過保護ならぬ、過干渉となって、満美の創造性や発展性の芽を摘んでいたとは、私にとって、大きなショックでした。その日、私は育児日誌を箱の中に仕舞い当分の間、顧みない決心をしました。満美が二十才になる日、成人の日のプレゼントとしてこれを贈って、女同志で育児について語り合えたらと思っています。

私たちは、別段話し合っただけで分担を決めたわけではなかったけれど「体力づくり」とか「子供の趣味やおけいこ」といった面は、主として、夫がやってくれました。早くからお守さんや保育所まかせて母親に接するチャンスが少ない子供を不憫に思っただけで夫は暇さえあれば子供の相手をしていました。朝夕私が炊事をしている間、子供と「かけっこ」したり、なわとびをしたり、女の子なのに野球や角力までやるのです。時にはつい夢中になって、教師根性をだして、子供を鍛えすぎることもありましたが、満美は、大のババコ子で父とのトレーニングが楽しくてたまらないと言った風でした。

学校では、体育が一番好きで、少々風邪気味でも、体育は休みませんでした。毎日の、業間体育も楽しみにしています。跳躍力や、懸垂力は、この業間体育でずいぶん伸びたようです。又、クラブ活動で陸上競技をやるようになった四年生からは、目に見えて、元気になり、大人っぽく見えて来たように思います。もう一つ、満美の体力作りに知らず知らずのうちに役立っていたのが徒歩通学です。片道40分近くかかる学校まで歩くことは、ズックやソックスを激しく消耗しましたが、旺盛な食欲を喚起し、体力、体格作りにどんなに役立ったかしれません。

食欲と言えば、我が家は全員、大の野菜好きです。テーブルの中央に大皿、いっぱい生の野菜をおき、皆でまるで兎のようにもりもりと食べてしまうのです。又、満美の好物に生にんじんの塩もみにマヨネーズをつけたものがあります。大根や里芋のおでん風な煮込みも好んで食べます。これらが我が家の日曜菜園から取れたものばかりなので余計に愛着を感じるようです。

お陰様で私たちの宝、満美は、あまり親の手を煩わせず、すくすくと順調に成長しております。それどころか、我が家の重要な労働力であり、父母の生き甲斐となっています。今度のこのありがたい健康優良児日本一の受賞が、満美の心を驕り高ぶらせることなく、満美に力と励みを与えてくださいますように祈って止みません。

“玉磨かざれば光なし”と申します。現在のままでは、「日本一」は本当にあの子の物ではありません。単に幸運にも天から恵まれた物への賛美にすぎません。でも、今のこの喜びを、りっぱな社会人となり、社会の役に立つ仕事をするという形で皆に分つ事ができた日「日本一」が本当に満美の物になるでしょう。今後は、自分の努力で、この玉に磨きを掛けて行くしかないのです。これから先が大変なのです。自らの目標

に向って、粘り強く歩んでほしいものです。私は、後で、じっと見守っていて、迷った時、挫けそうになった時、手を貸してやりたいと思います。親の恩の押し売りや、過干渉には決してなりたくありません。できれば、よき話し相手、いや、親友となって、共に粘り強く生きていきたいものです。

健康優良児に 選ばれて

岡 崎 満 美



表彰式の翌日「こどもの国」で第11回こどもの国全国会議が開かれました。

そのときの昼食風景です。手前が岡崎さん。

(朝日新聞社提供)

いよいよ健康優良児日本一発表の時が来ました。「女子日本一に、高知県、岡崎満美さん」と審査委員長の声がひびきました。

私は、あまりにも意外なでき事に自分の耳を疑いました。うれしいというか、おどろいたというか、何が何だかわからなくなってしまいました。

南国土佐の美しい自然の中、きれいな水と空気に恵まれて、私は、今日まですくすくと大きくなり、これ

といった病気もせずしあわせに12才を迎えました。体はいつも仲間の中で一番大きく、走っても、跳んでもたいていお友達よりよくできました。けれども日本一なんて、ほめていただくのは、もったいないと思います。なぜなら、こんな事は何も私の努力ではなく、神さまからさずかった物ばかりだと思うからです。私と同じ6年生で、私よりずっと努力家で、頭のいい人や運動の出来る人が日本中にはたくさんいると思います。

今思い返すと私はずいぶん色々な人々にお世話になりました。泣いてねてばかりいた、赤ん坊のころからきたない大小便までお世話してくれたお守さん、2才から、約5年間も私のめんどうをみてくれた保育園の先生方、体育、音楽、算数、国語など楽しい世界へ私を導いてくださった小学校の先生方、もちろん父母にも感謝の気持で一ぱいです。

私は、今までにたくさん色々な事がありました。いつでも父母がついていてくれ、叱ったり、励ましたり、横から私の心を、ささえてくれたからくじけずここまで来られたのだと思います。

学校でドッチボールをするのはとても楽しい事でした。先生もいっしょに、女子の方の味方をしてくれるので大だすかりでした。でもいくら先生がはいっても男子には、とてもかないません。一度や、二度は勝った事がありますが、たいていいつも女子が負けて、グラウンドを走らされました。こんな時、女の子に生まれてくやしいと思うこともあります。

体育の時間の始めに2人組になって、相手を背おって行って、こう代して帰って来るのをしました。ところが私は一番大きいので私一人あまって先生をおぶって行かなくてはならない時もありました。先生は、80キログラムほどあって、とても重たかったです。みんなはもう交代しているのに私だけまだ先生をおぶっていました。今度先生に交代してみると、先生は、私をひょいとかるって、走って行きました。みんなをどんどん追いついてどんどん走ります。その時はとても愉快でした。いろいろな事がありました。体育の時間はどれもこれも思い出したらうれしくなる事ばかりです。業間体育では、タイヤとびや鉄ぼう、雲てい、つり輪なわとびなど短時間に能率的に体力をつけてくれたと思います。ある時はつらくきびしく、又ある時は、はればれしい気分でやる事ができました。

我が家の夕方は、きびしさの後、楽しさがやってきました。私と妹で学校から帰って、せんとく物の取り入れや、お風呂たきをすませて父母の帰りを待ちます。父が帰ると、親子三人でトレーニングです。近くの空

地を走ったり、父がノックして、私たちがうけたり柔軟体操をしたり、すもうをとったり、バトミントンをしたり、夕焼けが一番星にと代るころまで大はしゃぎでした。でも体育教師の父がつい本気になって、「もをもっと上げて走れ」とか大声でしごき始めると、私もだんだんつらくなり泣き顔になることもありました。

我が家の日曜菜園は、いつも私たちの食卓を豊かにしてくれました。主として耕すのは父ですが、草ひきや肥料かけ、時には、人糞まで運んでかけるのは、母と私でした。夏には、なす、ピーマン・トマト、冬には、ねぎ、白菜、春菊など色々な種類の野菜が青々と育っています。自分達で作った野菜はとてもおいしいです。私にはにんじんも、ねぎも食べづらいと思った事はありません。特に春菊をお吸物にパツと入れてあったりする日の夕食は、畑の香りがして、楽しくなります。

私が一番いやな思いをするのは洋服や、くつを買う時です。服は大い母の手作りでしたが、くつはそういうわけにはいきません。友達のはいている、かわいいマンガ入りのくつがほしくて店に行くと「あれは21センチまでしかありません」とか「お姉ちゃんは大きいから」といって、少女らしい、かわいらしいものは出して来てくれません。そんな時は、もう自分が大きい事がうらめしくなり、つい、きつねか、ふぐのような表情になってしまいます。

「うどの大木」とか「でくの棒」とかいうことばをよく聞きますが、私のことじゃないかと思うことがあります。母が口ぐせのように「体ばかり大きくなって、その体に合った知能と、運動能力と心がなくてはいけない」といいます。この言葉のように、体に合った中味を作り上げていきたいと思います。私はうどの大木になりたくないのです。体にあった、心、つまり、やさしさや、根気がなければ人間としてはむずかしいと思います。

私は、これから、日本一という言葉に負けないような、しっかりとした、人間になるため努力します。今のままでは「日本一」は言葉でしかありません。この日本一の内容を自分自身で作り上げていきたいと思えます。

昭和56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 | 富山県高岡市立戸出西部小学校 |
| 全国優秀校 | 神奈川県横浜市立大曾根小学校 |
| 全国優秀校 | 静岡県浜松市立浅間小学校 |
| 全国優秀校 | 岐阜県瑞浪市立瑞浪小学校 |
| 全国優秀校 | 東京都世田谷区立給田小学校 |

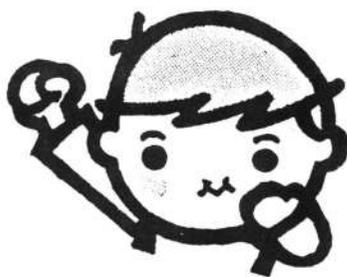
中規模の部（7～18学級）

| | |
|---------|-------------------|
| 全国特別優秀校 | 静岡県浜松市立東小学校 |
| 全国優秀校 | 香川県綾歌郡綾南町立滝宮小学校 |
| 全国優秀校 | 島根県出雲市立神西小学校 |
| 全国優秀校 | 千葉県夷隅郡大多喜町立大多喜小学校 |
| 全国優秀校 | 青森県上北郡百石町立甲洋小学校 |

小規模の部（6学級以下）

| | |
|---------|--------------------|
| 全国特別優秀校 | 神奈川県津久井郡藤野町立佐野川小学校 |
| 全国優秀校 | 香川県小豆郡土庄町立豊島小学校 |
| 全国優秀校 | 山形県西置賜郡飯豊町立中津川小学校 |
| 全国優秀校 | 長野県北安曇郡美麻村立美麻小学校 |
| 全国優秀校 | 鹿児島県鹿児島市立改新小学校 |

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