

心豊かで、心身ともに健康な児童の育成

—主体的にかかわり、認め合える集団づくりと健康教育を通して—

1 研究のねらい

2 研究の仮説

3 研究のすすめ方

- (1) 対象学年
- (2) 研究組織
- (3) 研究の方法

4 研究の実践と考察

- (1) 心づくり部会
- (2) 体づくり部会

5 研究の成果と課題

- (1) 成果
- (2) 課題

研究の概要報告

1 県内の自主的研究のとりくみ状況

保健体育（保健）分科会では「子どもが生活の主体となるための保健教育」をテーマとして、①子どもが自ら課題を見つけ、解決の方向を見出していく力を育むための指導・支援のすすめ方②他教科との関連③校内の協力体制、家庭・地域との連携のすすめ方④とりくみに対する評価のてだてなどについて、実践内容や成果が報告された。

今次教研のレポート数は15本で、どのレポートも各学校での健康課題の実態に即し、子どもが生涯を通して健康な生活を送るための実践力を育てることをめざして、日々努力されている実践であった。

2 今次集会で論じられた主要な課題

<生活にいきる保健教育>

児童保健委員会が自校のけがについて学びを深め、主体的に全校へと啓発したけが予防の実践や、心と体の両面から学校全体でアプローチすることで主体的にかかわる児童の育成にとりくんだ実践が報告された。

討論では、子どもが主体的に学ぶために「楽しい」「知りたい」と思わせる工夫、子ども自身で課題を見つけ、自分事としてとらえられる工夫が必要などの意見が出された。

<保健・総合などでの指導のすすめ方>

教科保健の学びをいかしたり発展させたりすることで、自身の生活習慣の改善や、感染症対策をしながら行う文化祭の成功にむけて、単元計画を工夫してとりくんだ実践が報告された。

討論では、校内の連携をはかるために、職員会議や不登校対策委員会などの会議の活用やともにとりくみをすすめる教職員の意欲を高める工夫について意見が出された。

<指導方法・指導形態の工夫>

家庭と連携した肥満解消教室の実践、ICT機器の活用やメディアとの付き合い方に関する保健教育のとりくみ、地域とのかかわりをいかしてとりくんだ3年間の積み上げ式保健教育などについて報告された。

討論では、家庭との連携をはかるために、学校に保護者が来校する機会をとらえてアプローチしたり、子どもを介して意欲を高めたりと、具体的な事例をあげながら話し合われた。

<心・性・命に関すること>

担任と連携した週1回短時間の保健教育や、学校全体でかかわり合い活動を通して自己有用感を高めたとりくみが報告された。

討論では、日常生活での意識化・行動化を促すために、子どもたちが必要感・必然感をもち、継続したとりくみにつながるてだてについて話し合われた。また、実践に対する評価は実践に先立って内容に合った評価方法を組み合わせるという考えや、客観的な観点も必要だという意見が出された。

今後も家庭や地域との連携を深め、子どもが自ら健康課題を見つけ、解決できるような実践研究が推進されることを期待したい。

（浅田知恵・黒岩知里）

報告書のできるまで

第73次教育研究愛知県集会 保健・体育（保健）分科会は、10月21日に愛知県産業労働センターにおいて開催された。

この県集会では、第72次教研までの成果と課題をもとに、各分会やサークルでの研究実践が15本報告された。実践内容は保健教育の全分野にわたり、生活にいきる保健教育、保健・総合などでの指導のすすめ方、指導方法・指導形態の工夫、心・命・性に関することなどの実践が寄せられた。会場では質疑応答が活発に行われ、熱心な討論のなか、研究がより深められていった。

助言者 浅田 知恵（愛知教育大学） 黒岩 知里（尾北・古知野東小）
教育課程研究委員 飼沼美保子（名古屋・東海小） 中島とも子（名古屋・白山中）
中谷 育子（一宮・萩原小） 荒川 志保（豊川・国府小）

1 研究のねらい

本校は、全校児童数95人の小規模校である。一学年の人数が少なく、友人関係が固定されやすいため、多様な価値観にふれる機会が少ない。また、自分に自信がもてず、思いや考えを上手く表現することが苦手であると感じている児童が多い。自己肯定感・自己有用感を高めるためのだてを考え講じたが、あまり高まらなかった。身体面では、コロナ禍でマスクの着用や給食後の歯みがきの制限がかかるなか、歯こうや歯肉の状態がよくない児童が増えてきた。これらの課題の改善にむけて、2021年度より健康推進事業にとりくんできた。

昨年度までは、集団づくりとして「スマイル活動」での異学年交流や「栄南スタンダード」による考え議論する道徳の授業などにとりくんできた。その結果、「学校生活が楽しい」「まわりの人を大切に生活している」「友だちの話や意見を最後まで聞くことができている」「人の役に立ちたい」の4項目で、90%以上を維持することができた。このことから、相手を思いやることや、話をしっかり聞くことで相手を大切にしようとする意識が定着してきたと考える。一方で、「自分にはよいところがある」「自分からすすんで話をしている」と回答した児童は約7割にとどまっており、自信がなく、なかなか自分の思いを表現することができないという課題が残されている。昨年度までのとりくみの成果を分析すると、高学年の自己肯定感の高まりがみられたことから、異学年交流の中でのコミュニケーションが、自信をもって自分の考えを表現することにつながるのではないかと考えた。そこで、本年度は異学年のかかわり合いの場を工夫することで、主体的なかわり合いから喜びを感じることができる児童の育成をめざしていく。

また、健康教育として、歯と口腔の健康に関する「保健教育」、養護教員による「個別のブラッシング指導」や、保護者・学校歯科医・教職員の連携をめざした「学校保健委員会」の実施、健康委員会の児童による「歯みがきキャンペーン」などの活動にとりくんできた。その結果、歯と口腔を大切にしていきたいという感想を書く児童や、自分の歯みがきの問題点に気付くことができた児童がみられた。学校保健委員会で得た知識を家庭でいかそうとする保護者の姿もあり、家庭と連携しながら歯みがきを実践することができるようになってきている。一方で、家庭での染め出しの結果では、前歯全体や、歯と歯肉の境目などに汚れが残っている児童が多く、給食後の歯みがきの様子を観察すると、ずっと同じ箇所のみがいている児童の姿もみられる。そこで、本年度は歯と口腔の健康について学ぶ機会を工夫し、個々の歯並びに合わせた歯みがきの方法を身につけ、実践することができる児童の育成をめざしていく。

本年度も「主体的なかかわり合い」と「認め合える集団づくり」、「健康教育」を柱に、めざす児童像を本校の校訓の1つである「心身ともにたくましく がんばる子」とし、心と体の両面からアプローチすることで、心豊かで心身ともに健康な児童の育成をめざしていく。

2 研究の仮説

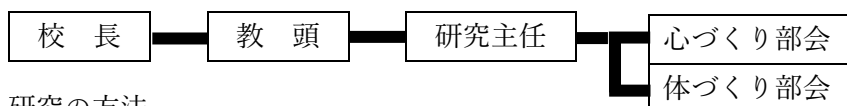
[仮説1] 異学年に対して伝えたり教えたりする場を自分たちで設定し、達成感を味わわせることで、主体的なかかわり合いが増えるであろう。さらに、そのかかわり合いによって感じたことを伝え合うことで、自己肯定感・自己有用感を高めることができるであろう。

[仮説2] 「歯や口腔の健康」について学ぶ機会を工夫し、個々の歯並びに合わせた歯みがきの方法を身につけさせれば、生活の中で実践することができるようになり、歯こうの付着が減少するであろう。

3 研究のすすめ方

(1) 対象学年 全学年

(2) 研究組織



(3) 研究の方法

① [仮説1] のてだて (心づくり部会)

ア 異学年交流

イ レッツエンジョイアクティビティズ (Let's enjoy activities)

② [仮説2] のてだて (体づくり部会)

ア 養護教員による専門性をいかしたとりくみ

イ 学校保健委員会

ウ 学んだことを実践するための委員会活動や家庭との連携の工夫

4 研究の実践と考察

(1) 心づくり部会

異学年交流

① 児童会企画『次の栄南博士は誰だ！？』

児童会役員が中心となり、他学年との仲を深めることをねらいとした活動『次の栄南博士は誰だ』を行った。この活動は、5・6年生の児童をリーダーとする1チーム4人の異学年で行った。学校内に貼られたクイズを探し出し、チームのメンバーと協力してとりくむ活動である(写真①)。『他学年との仲を深める』というねらいを達成するために、「休み時間に必ずチーム全員が集まってとりくむこと」というルールを児童会役員が考え、活動をスタートさせた(写真②)。5・6年生はチームの集合場所を考えて下級生に伝えたり、クイズの答えを一緒に考え



【写真①】 活動の様子



【写真②】 児童会企画の様子

ようしたりするなど、チーム全員が楽しく活動できるようによく考えて声をかける姿がみられた。下級生も、5・6年生と活動する中で、クイズの解き方について自分から質問したり、5・6年生と一緒に教員にインタビューをしたりするなど、楽しみながら自分の思いや考えを伝えようとする姿がみられた。活動終了後の伝え合い活動では、下級生が書いたカードには「教えてくれてありがとう」「みんなをまとめてくれてありがとう」という感謝の言葉が多くみられ、下級生からの思いを受け取った5・6年生は達成感を得ることができた(資料①)。また、5・6年生も下級生ががんばったことに対しての思いをカードにこめており、下級生にとっても5・6年生の優しさにふれるよい機会となった(資料②)。

〇〇さんへ
いっしょに、のぼりぼうを
かぞえてくれてありがとう。
〇〇より

【資料① 5・6年生へのカード】

〇〇さんへ
いっしょにクイズをよんでくれてありが
とう。これからもなかよくしよう！
〇〇より

【資料② 下級生へのカード】

② 5年生と3年生の交流『給食の配膳のコツを伝えよう！』

5年生が『3年生が給食の配膳の仕方に困っている』ことを聞き、給食の配膳のコツを伝えることをねらいとした活動「給食の配膳のコツを伝えよう！」を行った。学級で話し合い、掲示物をつくる児童と盛り付けの説明をする児童、2つの役割にわかれた。活動する中で、困っていることを互いにすすんで相談したり、3年生役になってもらったりして、よりよい方法を探そうと活動に



【写真③ 配膳のコツを教える様子】

とりくんでいた。掲示物をつくる担当は、食器の置き方や給食の盛り付けの仕方をまとめた掲示物をつくり、3年生に渡した。盛り付けの説明をする担当は、先にやって見せた後、ポイントを伝えながら一緒に盛り付けを行った(写真③)。活動終了後の振り返りでは、「3年生の役に立ってよかった」「3年生の配膳が上手になってうれしかった」「学級のみんなと声をかけ合い、大成功したことがうれしかった」という感想が多くみられ、5年生は同級生や下級生と主体的にかかわる中で、喜びや達成感を得ることができたと考える。

③ 3年生と2年生の交流『昆虫のことを伝えよう！』

3年生から2年生へ、昆虫について伝える活動『昆虫のことを伝えよう！』を行った。5年生から給食の配膳方法について教わったことで、異学年に伝える活動に対して意欲が高まっていた。教員から、2年生が生活科の学習でバッタを育てる予定があることを聞いた児童は、理科で学習した昆虫の知識や育て方について2年生に伝えたいという思いをもち、伝え方について学級で話し合いを行った。子どもたちが中心となって話し合いをすすめる、グループにわかれて紙芝居を用いて昆虫のことを説明することと、一人ひとりに小さな昆虫図鑑をつくってプレゼントすることが決まった。どうしたら2年生が喜んでくれるのかを考え、紙芝居にクイズを入れたり、昆虫図鑑に挿絵を入れたりするなど内容を工夫する姿がみられた。伝える活動の当日には、「わからないことがあったらいつでも聞いてね」と2年生に優しく声をかけたり、紙芝居の内容を伝えるために、いつもより大きな声で話そうしたりする姿がみられた(写真④)。活動後、2年生からお礼の手紙を受け取ると、



2年生がしんけんに紙しばいを見てくれて、クイズのときは思いっきりたのしんでくれたので、すごくうれしかったです。みんなでがんばってつくったので、よかったなあと思いました。

【資料③ 振り返りシートの内容】

【写真④ 昆虫の育て方を教える様子】

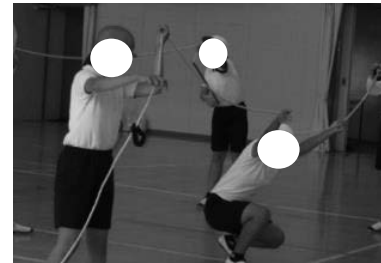
どの子もうれしそうに手紙を読み、「やってよかった」「わかってもらえてうれしい」といった気持ちになった(資料③)。自分たちが主体となって考えた活動によって、相手が喜んでくれたことがわかり、伝えることの喜びを味わうことができたと思う。

レッツエンジョイアクティビティズ (Let's enjoy activities)

体を動かすことが楽しい、うれしいという体験の中で、かかわることのよさを実感してほしいと考え、心づくりのとりくみとして再編した。仮説1を達成するため、他学年どうしでチームをくみ、活動の中や最後に話し合う時間を意図的にとり入れた。

① 5・6年生『輪っかジェットコースター』

5・6年生を対象に「協力する心」をねらいとした活動『輪っかジェットコースター』を行った(写真⑤)。ルールは右の通りである(資料④)。1回目のチャレンジタイムでは、「早く送って」や「もう」などと仲間に対してマイナスの言葉を発する様子がみられたが、2回目のチャレンジタイム前の話し合い作戦タイムでは、まだ輪が回ってきていないときに冷静に隣のグループの様子や方法を見ていた児童を中心に話し合いが行われ、早く輪を通すことができたチームのやり方を自分のチームに伝えたり、自分の意見を話したりすることができた。チームにとってはマイナスの発言や感情は必要ないことも体感的に感じとることができただろう。自分の意見や作戦によってタイムを更新することができた体験をすることが、自己有用感の向上につながったのではないかと考えられる。また、輪っかジェットコースターの活動後は、ありがとうメッセージとして言葉で表現し伝え合う活動を行った。



【写真⑤ 活動の様子】

- ①グループにわかれる(1グループ4人ぐらい)
- ②長縄を床に置き、4人が決められた位置に立つ。
- ③長縄の片方にディスクコーンの輪っかを通す。
- ④4人は立ち位置を動かさないようにし、ディスクコーンの輪っかを長縄のもう一方に送っていく。
- ⑤輪っかを早く送ったグループの勝ち。

【資料④ 輪っかジェットコースターのルール】

② 4・6年生「あつあつ!おでんゲーム」

4・6年生を対象に「伝え合う」をねらいとした活動『あつあつ!おでんゲーム』を行った。チームで協力して、体育館にばらまいたおでんの具のイラストを拾ったり、じゃんけんで他のチームからもったりしながら集め、6種類の具をそろえるゲームである。1回戦は、普段かかわりの少ない学年どうしでのチームであったため、伝え合いも最小限であったと感じた。1回戦の後、「とにかくたくさん最初は拾ってくるといい」という発言があり、作戦タイムでは「あっちのイラストを拾ってくるね。そっちを願い」というように、チームで役割を分担している様子がみられた。2回戦では、拾ってきたイラストの確認や

欲しいイラストの指示などで、1回戦よりも声が増えてきた。3回戦前の作戦タイムでは、1・2回戦の反省をもとに作戦を伝え合っている様子がみられた。振り返りでは、考えを伝えられたと答えた児童がほとんどであり、考えを伝え、協力することが楽しいと感じられたようである（資料⑤）。

みんなでゲームのさくせんを考えて、自分の考えをたくさん伝えられました。みんなで協力もできて、とても楽しかったです。

【資料⑤ 活動後の振り返り】

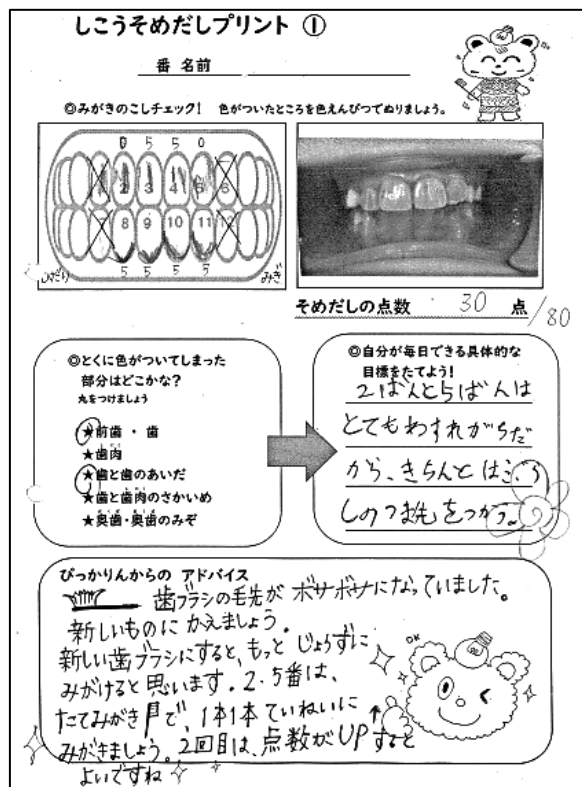
(2) 体づくり部会

養護教員による専門性をいかしたとりくみ（個別のブラッシング指導）

5年生（2019年度入学生）を対象に、みがき方に課題がある前歯について個別のブラッシング指導を実施した。2022年度の歯の健康診断結果より、軽い歯肉炎（要観察）の児童の割合は、海部地区平均16.6%と比較すると、5年生の平均が75.0%（20人中15人）と高いことがわかり、改善をはかる必要があると考えた。

① 個別のブラッシング指導の工夫（昨年度4年生対象）

個別のブラッシング指導では、2人ペアになり、給食後の昼休みの時間に実施し、歯こう染め出し（前歯8本）を行った。歯こう染色の範囲によって点数を設定し（歯こう染色の範囲が半分以上0点、半分5点、染色の範囲なし10点）成果がわかりやすいようにした。また、個人ファイルの作成や口腔写真の撮影を通して、自分の歯と口腔の様子を振り返り、変化を客観的にみられるようにした。そのことによって、歯こう・歯肉の状態改善をめざすていねいなブラッシングができるようにした。感想には「次は、満点を取りたい」「2番の歯がいつも赤く染まるから、気をつけたい」といった児童の言葉から、みがき残しの多い箇所を確認したことで、今後の歯みがきの意欲が高まり、自分に合った歯みがきの目標を設定することができたと感じた（資料⑥）。



【資料⑥ 個別のブラッシング指導プリント】

② 家庭との連携・協力

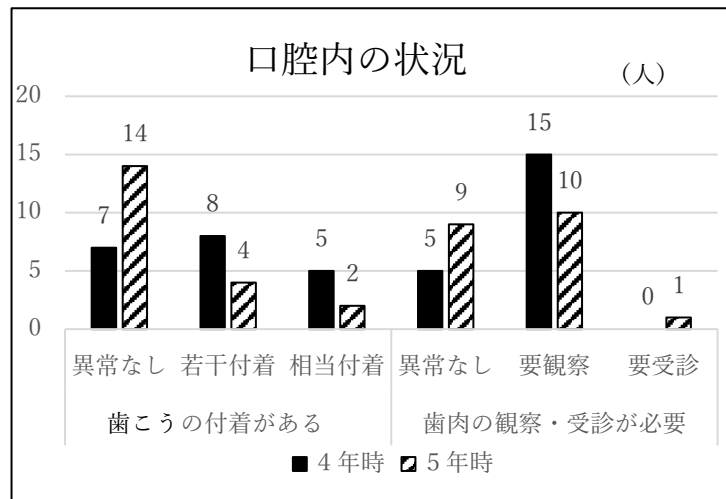
学校での指導の様子を保健だよりで家庭に伝えたり、個人ファイルを家庭に持ち帰らせたりすることや、家庭での染め出しの協力を依頼するなど、家庭でも歯みがきについて話題にしてもらい、児童だけでなく保護者の意識も高めることを心がけた。

③ 個別のブラッシング指導の結果（対象5年生）

本年度の歯の健康診断の結果、軽い歯肉炎（要観察）の児童は10人であった。昨年度15人より、5人減った。より詳しく見ると、歯こう付着の状態が改善された児童（若干付着、相当付着から異常なしと診断された児童）は7人、歯肉炎の状態が改善された児童（要観

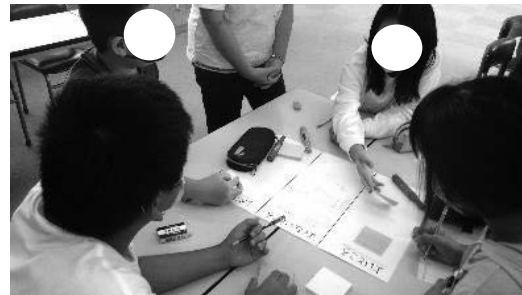
察・要受診から異常なしと診断された児童)は4人であった(資料⑦)。

【資料⑦ 4年時、5年時の
歯の健康診断結果】



学校保健委員会

昨年度の第2回学校保健委員会では、「歯みがきを見直してみよう」というテーマで、学校歯科医、保護者、5・6年児童、教職員が出席して、「お昼の歯みがき」について話し合い活動を行った(写真⑥)。

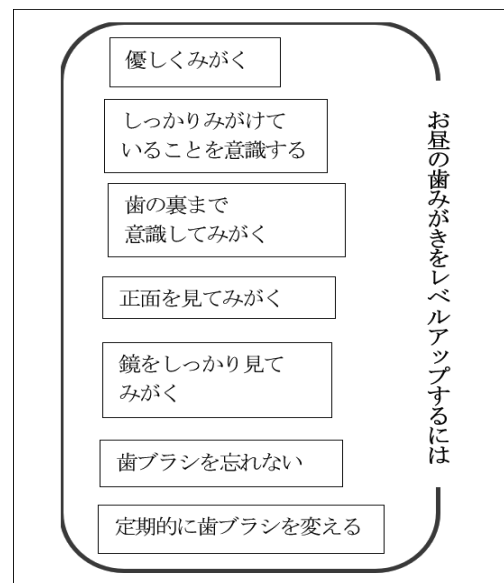


【写真⑥ 話し合いの様子】

学校保健委員会の流れ

- ①歯の健康診断、歯科アンケート結果を知る。
- ②お昼の歯みがきのよいところ、よくないところをグループで話し合う。
- ③お昼の歯みがきをレベルアップさせるためにどうしたらよいか、グループで意見を出し合う。
- ④グループから出た意見を伝え合う。
- ⑤学校歯科医から歯みがきのポイントを聞く。

事前に5・6年担任と養護教員で打ち合わせを行い、それぞれの立場からの役割分担を行った。導入では、養護教員から歯の健康診断の結果を伝えた。また、夏季休業中の歯みがきカレンダーの様子から「1日1回しかみがいていない」という児童がおり、歯みがきの実施が不十分な現状も伝えた。話し合い活動では、担任がファシリテーターとなり、児童のつぶやきを拾ったり、発言を促したりしながら話し合いを進行した。意見を付箋に書き、グルーピングすることで、互いの意見を整理し、課題を明確化することができた。意見を聞き合うことで、より自分の考えを深めることができた。その後、「優しくみがく」「順番を決めてみがく」「意識して歯みがきする」「鏡を見てみがく」「1分以上、時間をかけてみがく」など自分たちで目標を立てることができた(資料⑧)。この話し合い後、児童から出された目標から、「鏡を見てみがく」のために、全校で手鏡を購入し、給食後の歯みがきを実施



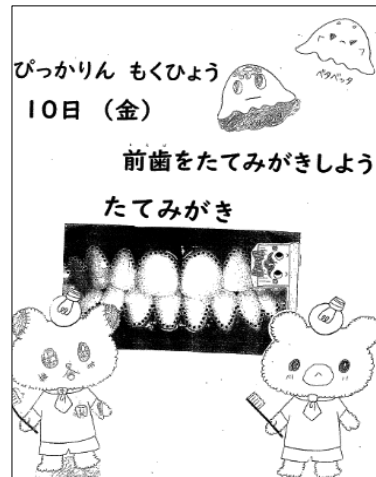
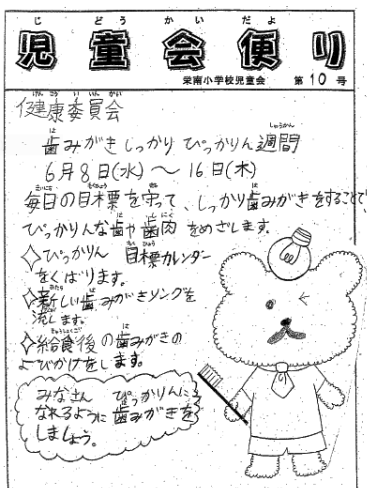
【資料⑧ 各グループから出た意見】

することにした。そして、「順番を決めてみがく」「1分以上、時間をかけてみがく」ためのたてとして、歯みがきソングの変更を行い、決められた順番でみがくことや給食後の歯みがき時間の確保などの改善を行った。

健康委員会による「歯みがき しっかり ぴっかりんキャンペーン」

① 日めくり歯みがき目標カレンダーの作成

歯と口の健康週間に合わせて、児童考案のイメージキャラクターを使ったカレンダーを作成した。給食の放送時に、健康委員会児童がその日の歯みがきの目標を発表し、前歯、奥歯、犬歯など、みがく場所を意識して給食後の歯みがきができるようにした(資料⑨)。健康委員会のキャンペーン中は、給食の時



【資料⑨ 健康委員会児童が作成したポスターやカレンダー】

間に健康に関する情報を放送し、学級担任からも給食後の歯みがき時に目標を意識するよう児童に伝えるなど、学校全体で歯や口腔に関する意識が高まるようにしている。

② 歯ブラシ点検活動

朝の会の時間に、健康委員が各クラスに行き、歯ブラシをもってきているか、使っている歯ブラシの毛先が広がっていないかをチェックするとりくみを行った(写真⑦)。歯ブラシを正面から見て、毛先が広がっていれば交換を促すことで、歯ブラシの交換時期を見分けることを学ぶことができた。歯ブラシの毛先が広がったままの状態が続いている児童には、担任から声かけを行った。また、児童の歯ブラシへの関心を高めるために、後日歯ブラシ状態のよいクラスの表彰を行った。



【写真⑦ 歯ブラシ点検の様子】

③ 家庭との連携の工夫

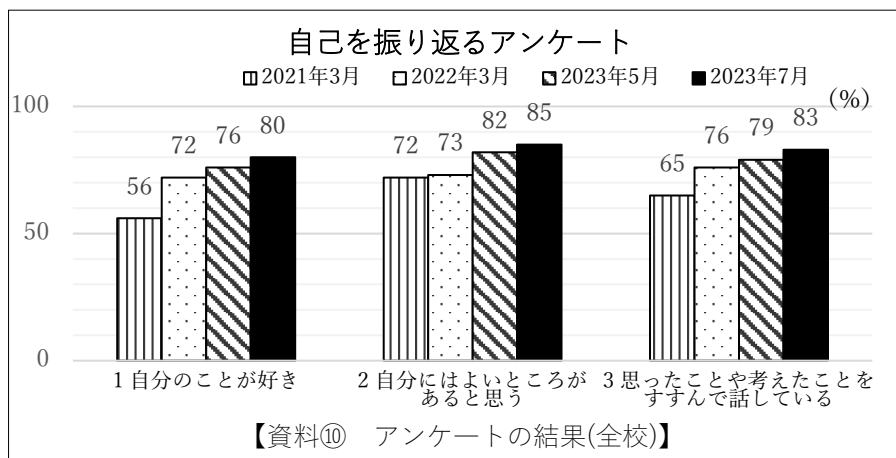
学校での健康委員会によるとりくみだけでなく、体重測定時の歯科保健教育や全国歯みがき大会実施後、学んだことを実践するために家庭での歯こう染め出しを5回行った。家庭の協力を得て染め出しをすることで、児童の歯みがきの様子や歯こうの付着状況を知ってもらう機会になり、児童だけでなく保護者の歯や口腔の健康意識を高めることにつながった。

5 研究の成果と課題

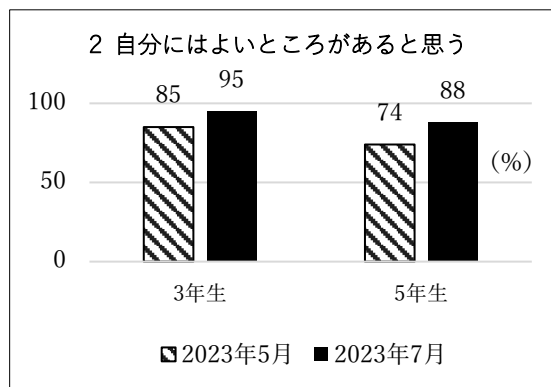
(1) 成果

① 仮説1へのとりくみについて

5月と7月に全児童にアンケートを実施した(資料⑩)。仮説1に迫る自己肯定感・自己有用感にかかわる部分については、「1 自分のこ



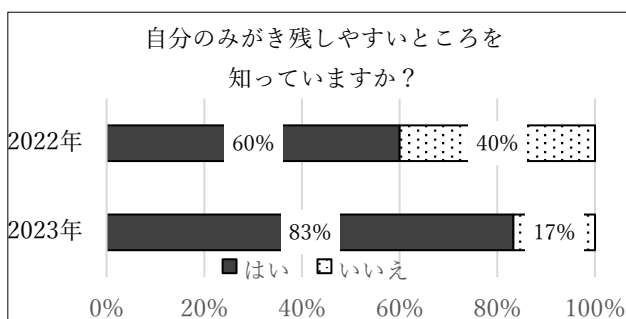
とが好きですか」の項目で肯定的な回答の割合が全校で76%から80%に上がった。また「3 自分の思ったことや考えたことをすすんで話していますか」の項目でも肯定的な回答の割合が79%から83%に上がった。特に項目2では、仮説1に迫る実践を行った3年生では85%から95%に、5年生では74%から88%に大幅に上がった(資料⑪)。5月のアンケートで、自分の思いをすすんで話していないと回答した3年生のAが、2年生からの手紙を読んだ後の振り返りで「教えることができてうれしかった」と記述し、7月のアンケートでは自分の思いをすすんで話していると回答した。2年生に対して伝えたい・教えたいという気持ちを持ち、その伝え方を自分たちで考え実践することで、自らすすんで相手にかかわっていく気持ちが高まったと考えられる。また、伝えたり、教えたりすることで相手に喜んでもらったという経験が、自己肯定感・自己有用感を向上させることにつながったと考えられる。



【資料⑪ アンケートの結果(3・5年)】

② 仮説2へのとりくみについて

高学年を対象にした歯と口腔に関するアンケート結果より、「鏡の使用率」や「歯をみがく順番」については、数値に変化はみられなかったが、「自分のみがき残しやすいところを知っていますか」の項目では、「知っている」が60%から83%と上昇した(資料⑫)。



【資料⑫ 歯と口腔に関するアンケート (高学年)】

繰り返し歯こうの染め出しを実施した結果、自分の歯みがきでみがき残しの場所を知ることができ、自分の歯並びに合わせたみがき方ができるようになったと考える。また、

2020 年度から年度ごとの歯の健康診断結果を比較したところ、歯こうの状態、歯肉の状態の項目で改善がみられた(資料⑬)。学校と家庭が連携して、歯と口腔の健康についてとりくみをすすめてきた成果といえる。

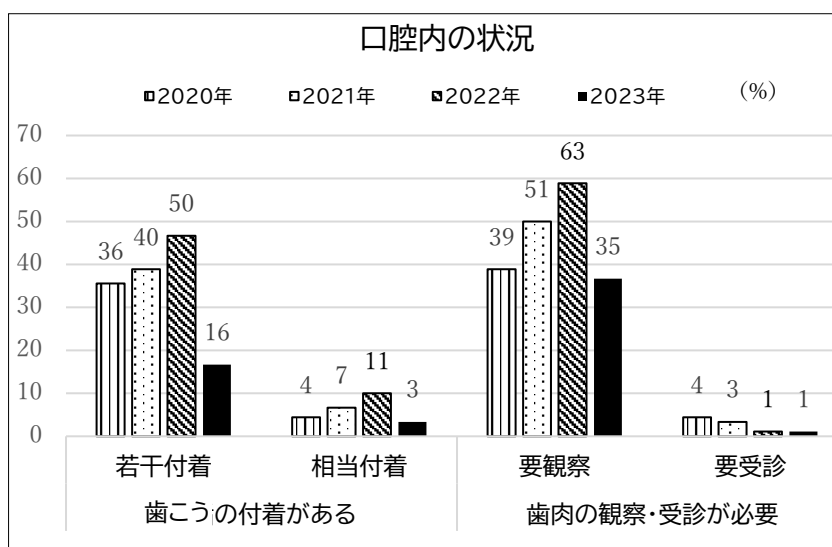
(2) 課題

① 仮説1 へのとりくみについて

学年によっては異学年に教えたり伝えたりする場を自分たちで設定することが難しかった。児童が「自分たちで考えてとりくんだ」という実感をもつことができるように、子どもたちに任せる部分と教員が支援する部分を意識的に分けたとりくみをすすめていきたい。

② 仮説2 へのとりくみについて

歯みがき習慣が確立していない家庭では改善がみられず、口腔の状態が悪化した児童もいる。今後は、より児童一人ひとりに合わせた指導の個別化をめざすとともに、保護者も巻き込んだ保健教育をすすめていきたい。



【資料⑬】 歯の健康診断結果 口腔内の状況 (全校)