

5	小牧	○小牧小学校 村中小学校 小牧中学校 岩崎中学校	○奥村 愛子 丹羽 敦子 落合 香織 野田 美祐希
分科会番号	11	分科会名	保健体育（保健）

輝け命！ 自他を大切にできる子の育成
—小牧市「生と性のカリキュラム」の取組を通して—

1 はじめに

小牧市では、平成19年度から「生と性のカリキュラム」（以下カリキュラムとする）を活用して、発達段階に応じた系統的な指導を実施している。このカリキュラムにより「生（人間らしくいきいきと共に生きる心）」と「性（健やかな体と命の大切さ）」を学ぶことで、「心豊かにいきいきと生きる力をもつ子の育成」を目指している。その後、子どもたちの実態や社会環境の変化を受けて改訂を行い、平成27年度から現在のカリキュラムで指導している（別紙資料1）。

近年の情報化やグローバル化、コロナ禍、性に関する情報の氾濫や多様性に関する問題など、急激な社会環境の変化は、子どもたちの心身の健康や考え方に大きな影響を与えている。中でも小中学生においては、スマートフォンやタブレット端末の普及により、インターネットへの依存やそれに伴う生活習慣の乱れが心配される。また、多くの情報に囲まれた環境で過ごすことにより、誤った情報に惑わされたり、人間関係が希薄になったりする等の悪影響を受けるおそれがある。このような社会環境の中で、心身の健康の保持増進を図るためには、自他の生命や健康の尊さを理解し大切にできる力が必要である。そのため、カリキュラムを活用して子どもたちに自他の存在価値を認識させ、自己判断・自己決定する能力を身に付けさせたいと考えた。そこで、今までの系統的な指導はそのままに、子どもたちを取り巻く現代的健康課題※を考慮して内容の見直しをすることとした。また、小牧市が推進している「人と関わり合いながら学ぶ『学び合う学び』」は、前回の改訂から取り入れているが、学習方法や教師の支援について改めて検討し、子どもたちが「生」と「性」について自ら考え、深め、見つめることができるようにしたいと考えた。

2 研究の仮説

現代的健康課題を踏まえたカリキュラムを活用し、子どもたちが学び合うことにより、心豊かにいきいきと生きる力が育まれ、自他を大切にできる子が育つであろう。

3 研究計画

令和4年度	令和5年度	令和6年度
<ul style="list-style-type: none"> カリキュラム実施状況調査 ネットモラル学習会 指導案検討、教材整備 	<ul style="list-style-type: none"> カリキュラム実施状況調査 意見集約シートの活用 授業実践、指導案再検討 	<ul style="list-style-type: none"> カリキュラム実施状況調査 授業実践 評価と考察

4 研究の概要

「生と性のカリキュラム実施状況調査」や授業者・養護教諭の意見をもとに、指導内容の見直しを行った。加えて、子どもが主体的に考え、学び合うことができるよう、「学び合う学び」の視点にも着目して指導案の検討を行い、各校で授業実践を進めた。改定に際しては、次の2点に留意した。

- ① 子どもの実態や現代的健康課題を踏まえる。
- ② 「学び合う学び」の視点を重視し、授業展開を工夫する。
 - 視点A 考える：学びたいという意欲をもち、自分事として考える。
 - 視点B 深める：他者の価値観を受け入れながら、自らの考えを深める。
 - 視点C 見つめる：学習したことを基に自らを見つめる。

※ この研究における「現代的健康課題」とは、生活習慣の乱れやメンタルヘルスの問題、性に関する問題、その他、情報化社会やICT機器の普及によって心配される健康課題とする。

なお、本研究では、スマートフォンやタブレット端末の普及により、それらの長時間利用による生活習慣の乱れや心の影響について扱う小3(生)「メディアとのつきあい方を考えよう」を中心に述べる。

5 実践

(1) 養護教諭対象ネットモラル学習会の実施

スターキャット・ケーブルネットワーク株式会社より講師を招き、近年のインターネットでのトラブルや被害の実態についての学習会を開催した。メッセージアプリでの誘い出しの被害事例や子ども同士でのメッセージのやり取りによるトラブルの事例などを学んだ。学習会後の振り返りでは、「事例や警察への届出件数など、印象に残る資料を使いながら、子どもたちに使い方を考えさせたい」「危険性だけでなく、ルールを守って使うことの大切さや家庭でのルールづくりについて伝えていきたい」などの意見があった。

(2) カリキュラムの指導内容・教材の見直し

指導案例集として「いつでも誰でもすぐできる」を目標に作成されたカリキュラムであったが、子どもの実態や社会環境の変化により、現行のカリキュラムでは一部指導しづらい内容が出てきた。そのため、カリキュラムの実施率が低い学年もあった。そこで、各学年のねらい、指導の力点を見直すことに加え、現在各校が使用している教材・教具を持ち寄ることで、より効果的な指導が「いつでも誰でもすぐできる」ものになるよう改善を進めた。

(3) 意見集約シートの作成・活用

検討したカリキュラムに、授業者全員の意見や気付きを反映できるよう、校務支援システム上に「意見集約シート」を作成した。「指導内容・授業展開」「ワークシート」「教材」「その他」の項目に分け、養護教諭や担任など授業者の気付きを集約した。その後再度見直しを行った。集約した意見をもとに、ケーススタディで取り扱う事例やワークシートを検討することができ、子どもたちにとってより「人と関わり合いながら学ぶ『学び合う学び』」となるような授業の仕掛けを取り入れた。

(4) 小学校第3学年「メディアとのつきあい方を考えよう」(別紙資料2)

① 児童の実態及び健康課題の変化

現在は、スマートフォンやタブレット端末などの機器を自分専用で持つ児童が増え、長時間利用しやすくなった。体調不良で保健室を利用する児童の中にも、メディア機器を就寝前に長時間利用しているケースがよくある。また、対戦型オンラインゲームなどをすることで、イライラしたり、暴言を言ったりなど心の健康への影響も見られる。メディア機器を長時間利用することや就寝前に利用することによる心身への悪影響に気付かせ、メディアとの上手なつきあい方を考えさせることで、自身の生活や健康を大切にしようという意識を高めていく必要があると考えた。

② 授業実践

ア タイムテーブルを用いてメディア利用の課題に気付かせる【A考える】

前日の生活の様子をタイムテーブルに書き、メディア利用について振り返ることで、児童は、一日の中でメディアに費やしている時間を確認することができた。しかし記入に時間がかかったため、授業の導入で自らの生活に問題意識をもたせ、メディア利用の課題を考えさせるには不十分であった。

イ 脳血流の写真を用いてメディアとの付き合い方について考えを深めさせる【B深める】

写真を見比べて、運動時とゲーム時の脳の働きの違いについて考えさせた。児童は、

運動時よりもゲーム時の方が脳の働きが低下していることに驚き、興味深く授業に取り組むことができた。

ゲーム時に前頭前野への血流が悪くなることを視覚的に示し考えさせたことで、脳が発達する時期にゲームをし過ぎると、感情をコントロールする前頭前野の発達に影響を与えるおそれがあることに気付かせることができた。児童にゲーム中の「うざい」「死ね」などの暴言に関わる経験を思い出させることで、感情がコントロールできなくなるについて自分事として捉えさせることができた。児童は、メディア機器の利用におけるルールづくりの大切さや、自分をコントロールする力を自分で養うことの必要性に気付き、メディアとの付き合い方について考えを深めることができた。

ウ グループでの話し合いを通して自らの生活を振り返る【C見つめる】

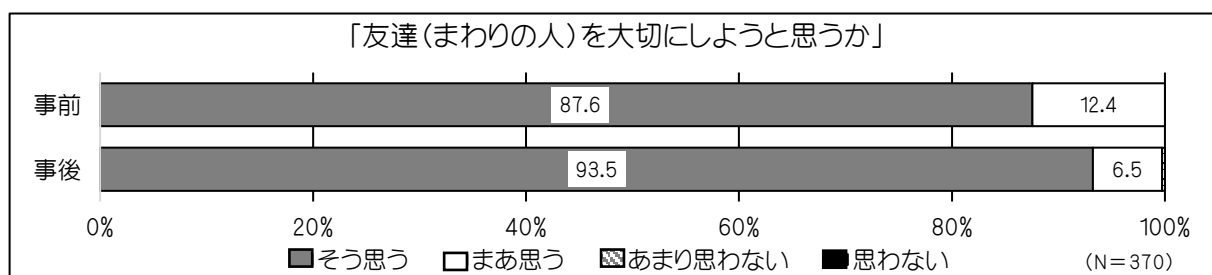
「メディアと上手に付き合うために、どんなことに気を付けたらよいか」と問いかけた。児童は授業の導入で自分が作成したタイムテーブルを見ながら、気を付けたいことを考えた後グループで話し合い、改善策のアイデアを出し合った。話し合いから得た気付きをもとに生活を振り返らせ、自分に合った目標を考えさせることができた。

③ 評価と考察

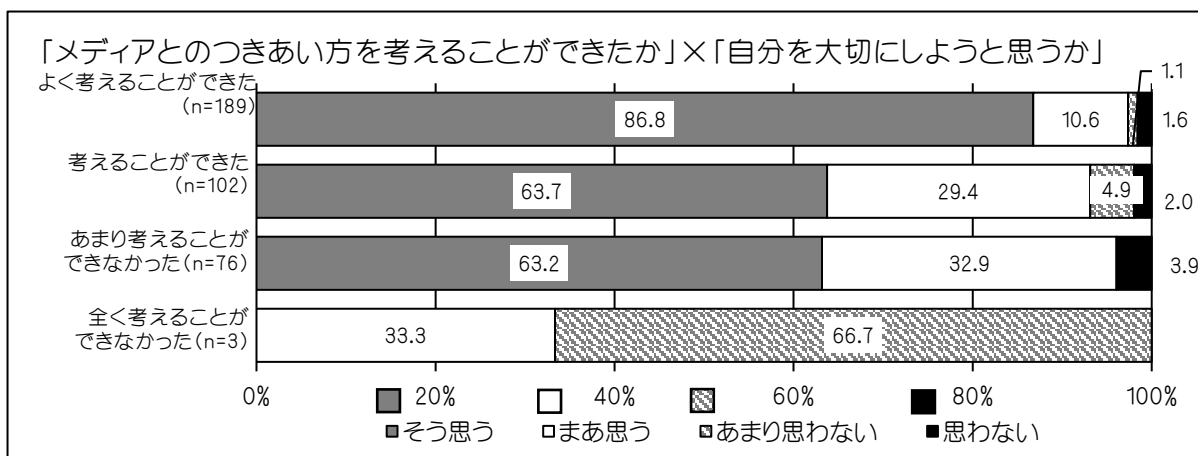
ゲーム等については、日常生活において保護者等から使い方を注意されることも多いため、児童は現状を分かっているが改善できていない状態であると捉えていた。しかしタイムテーブルを作成させると、「時間を決めているから大丈夫」と言う児童が多く、実際の生活で「あと少しだけ」という気持ちから利用時間が伸びていることについて問題があると気付かせることができなかった。今後は、「普段どのような注意をされますか」などの設問について考えるなど、自らの生活をより具体的に振り返らせることで、メディアとの付き合い方について課題点を見出せるように改善する必要があると考える。

脳血流の話は難しい内容であったが、写真を用いて視覚的に示し、実体験とつなげながら考えさせたことで、主体的に学ばせることができた。授業後の振り返りにも、具体的な改善策を書くことができた。また、ワークシートを持ち帰らせ、学習内容を親子で振り返ることができるようにしたことで、家庭でのルール等を見直す機会となった。

授業の前後で実施した「友達（まわりの人）を大切にしようと思いますか」というアンケートでは、事後に「そう思う」と回答した児童が約5%増加した（図1）。また、メディアとの付き合い方を考えることができた児童ほど、自分を大切にしようと思うと回答した児童が多かった（図2）。授業後の振り返りにも、まわりの人との関係を大切にしようという気持ちが書かれていた（資料3）。メディア機器の利用によって、脳の発達や自身の生活に影響を与えることを知ることが、自分事として考えさせることにつながった。自身の生活や健康を大切にしようという意識を高めることにより、自分を大切にしようとする気持ちをもたせることができたと考えられる。



【図1 授業の前後に実施したアンケート結果】



【図2 授業後に実施したアンケートのクロス集計結果】

- ・ 寝る前にゲームやスマホは止めようと思った。メディアの時間を決めて守りたい。
- ・ 脳にも影響が出るから、ゲームやスマホをやりすぎないように気を付けたい。
- ・ ゲームなどのキャラの真似をして、まわりの人を嫌な気持ちにさせてしまうことがある。むやみに使うと、自分だけでなく他人にも影響が出てしまうと分かった。
- ・ ゲームばかりしているとオンラインなどで悪口やあまりよくない言葉が出てくる。運動をした方が大きく成長できるから気を付けたい。

【資料3 児童の振り返り】

6 成果と今後の課題

市内全小中学校に調査した「生と性のカリキュラム実施状況報告」によると、令和3年度にはカリキュラム通り「生」と「性」の授業を2時間実施している学校は約5割であったが、令和5年度は約9割と大幅に増加した。研究前は、「SNSに関する指導内容が現代の変化とあっておらず指導案通りでは指導しにくい」という声もあったが、令和5年度の実践校からは、「指導案で取り上げられていることが子どもたちにとって身近な内容になっているため、危険性を意識させる上でよかった」という意見が寄せられた。

本研究の小3(生)の授業実施をはじめ、子どもの実態や現代的健康課題を踏まえたことで、より「いつでも誰でもすぐできる」カリキュラムとなり、小中9年間の系統的な指導が継続的に実施されることにつながった。

しかし、ジェンダーや思春期の心身との向き合い方に関する内容など、今後も検討が必要な主題が見受けられた。子どもたちが主体的に学び、心豊かにいきいきと生きる力をもつ子が育成されるカリキュラムとなるよう、今後も検討を進めていきたい。

【考える・深める・見つめる】という視点で指導案を改定したことで、子どもの思考を大切にして、授業を展開することができた。一度の授業で大きな変化はなくても、小中9年間を通してカリキュラムを中心とした教科等横断的な指導を系統的に実施することで、自己判断力・自己決定力を子どもたちに身に付けさせ、心豊かにいきいきと生きる力を育み、自他を大切にできる子を育成していきたい。

<参考文献>

- 1) 小学保健ニュース：「2007年12月18日号」 少年写真新聞社 2007年
- 2) 磯村毅講演：第41回尾東地区学校保健研究大会「思いやりのある子どもを育てるには-知育アプリからスマホ依存まで-」 2022年

別紙資料 1

＜小牧市生と性のカリキュラム 各学年主題名・ねらい＞ ※ 塗りつぶし部は今回の実践

学年・主題名		ねらい
小1	わたしのいのち (生) 知らない人にはついていけない	誘拐防止のため、知らない人から声をかけられたときの対処の仕方や日常生活で気を付けることを考えることができる。
	(性) どこがちがうの おとこのこ おんなのこ	性器は、男女で違うことと、命のもとを作る大切な器官であることを理解し、自分や友達のからだを大切にすることができる。
小2	いのちの大切ないのち (生) わたしの大切ないのち	性被害や誘拐から心身を守る方法を知り、自分の命を守ろうとする気持ちをもつことができる。
	(性) おへそのひみつ	母体内の赤ちゃんの成長と出産の様子、生命誕生における命の強さと大切さに気付くことができる。
小3	いのちのボタン (生) メディアとのつきあい方を考えよう	メディアとの長時間の接触による心身の影響を知り、自分の日常生活を振り返ることができる。そして、メディアとの上手なつきあい方を考えることができる。
	(性) 未来にいのちをつなげるために	いのちのつながりを知り、いのちを大切にすることを深めることができる。
小4	いのちを守る (生) 自分やまわりの人を大切に	思春期の男女の身体的な特徴を理解し、自分や他人のよさに気付き、自他の人格や生命を大切にしようとする気持ちを深めることができる。
	(性) かわっていく わたしたち	からだの成長には、男女の身体的な違いや個人差があることを理解し、自分のからだの変化や成長を肯定的に受け止めることができる。
小5	すばらしいいのち (生) 男らしさ 女らしさってなに？	男女には性差身体的な特徴に違いがあるが、男女の社会的役割は固定的なものではないこと（ジェンダー平等）を知ることができる。また、自分とは異なる他者の考えを認めつつ、主体的に生きることの大切さを理解することができる。
	(性) すばらしい命 ～生命のたんじょう～	生命誕生の神秘さや胎児の生命の力強さに触れることにより、自他の生命を大切にすることを深めることができる。
小6	いのちを見つめる (生) 自分で守る心とからだ	インターネットを通じた出会いや性被害について知り、自分の心とからだを守る方法を考えることができる。
	(性) すてきな中学生になろう	思春期に起こる体と心の変化について理解し、自他の成長と変化を受け止めることができる。また、中学校生活を控え、心が揺れ動き、不安や悩みを抱えた時にも、自分を大切にすることを深めることができる。
中1	自分を生きる (生) 心を守る からだを守る	自分の心とからだは自分で守ることの意義を理解させ、自分は大切な存在であるという気持ちをもつことができる。また、自分の心とからだを守るための具体的な方法を知ることができる。
	(性) 自分らしさって何だろう	自分の特性を受け入れ、自分らしく生きることについて考えることができる。また、思春期における心とからだの変化を知り、不安や悩みとの向き合い方を考えることができる。
中2	ともに生きる (生) 手軽な出会いに潜む危険	インターネットが発端となった事件や犯罪について知る。また、性犯罪に巻き込まれないために、とるべき行動について考えることができる。
	(性) 人を好きになる心 ～つきあうってどういうこと～	人を好きになる気持ちは自然なことだが、個人差があることを知り、自分を大切に、相手を思いやる行動をとろうとする気持ちをもつことができる。
中3	社会に生きる (生) すてきな大人になろう ～自立って何だろう～	生きていく時に必要な「自立の力」（生活上の能力や周りの人と協力して生きていく能力等）について理解し、目指す自分の姿を具体的に考え実行しようとする気持ちをもつことができる。
	(性) すてきな大人になろう ～性感染症の予防～	性感染症、特に若者に多いクラミジアについて理解し、予防しようとする気持ちをもつことができる。また、性感染症の学習を通して、自分や相手を大切に、思いやりをもったつきあい方をしていくことが大切であるという意識をもつことができる。

＜小3 メディアとのつきあい方を考えよう＞

ねらい メディアとの長時間の接触による心身の影響を知り、自分の日常生活を振り返ることができ、そして、メディアとの上手なつきあい方を考えることができる。

指導の力点 メディアを長時間利用することや夜寝前に利用することによる心身への悪影響に気付かせたい、そして、自分の日常生活を振り返らせ、メディアとの上手なつきあい方を考えさせたい。

準備 ワークシート、資料①類の働きの写真（少年写真新聞社健康ニュース 2007年12月18日号）

指導課程

学習の流れ	教師の働きかけ・留意点・評価
1 本時の学習課題を知る。 △ みんなが利用しているメディアには、どんなものがありますか。 △ 昨日の生活を振り返ってみよう。 メディアとのつきあい方を考えよう	○ メディアについて説明をし、自分が利用しているメディアにはどんなものがあるかを口頭で児童に発表させる。 ○ ワークシートの記入例を参考にワークシートのクイズ問題に、昨日の生活の様子を記入させる。メディア利用の時間や睡眠時間について把握させる。 ☆A考える
2 メディアの悪影響について考える。 △ ゲームと運動では、脳が活発に動くのは、どちらだと思いますか。 △ 普段の様子とゲームをしているときの様子が違うという経験はありますか。 △ ゲームなどで「うさい」「死ぬ」などの暴言を言ってしまったり、言われたりしたら、どんな気持ちになるか考えてみましょう。	○ ゲーム利用時の顔の働きの写真と運動時の顔の働きの写真を提示して予想させる。 ☆B深める ○ 前頭葉に注目させる。 ○ ゲームをやり続けると、感情をコントロールしたり物事を考えたりする「前頭前野」への血流が悪くなり、イライラする、判断力がよくなることを伝える。
△ このままゲームをやり続けたら、私たちにどのような影響がでると思いますか	○ 睡眠不足や集中力が続かないことなど、メディア中身の生活が及ぼす悪影響について説明する。 ○ 前頭前野の機能が低下すると、依存性が強まり、ゲーム障害になることも伝える。 ○ 後頭部あたりの脳の視覚野の血流が活発になることと比べて、メディア機器から出る強い光（ブルーライト）を浴び続けると脳が興奮し、眠らなくともよいと思ってしまうことを知らせる。
3 メディアと上手につきあうためにどんなことに気をつけたらよいかを考える。 ▲ メディアと上手につきあうためにどんなことに気をつけたらよいか、考えましょう。	○ グループで話し合わせ発表させる。 ○ よく注意を受ける言葉から問題点を解決するためにどうしたらよいかを考えさせる。 ○ 自分の意志で、メディアと上手につきあっていることの大切さをおさえる。 ☆C昇つめる
4 本時を振り返る。 △ ワークシートに、これからの自分の生活について考え、目標を書きましよう。	○ ワークシートに記入させる。 ○ ワークシートは、保護者にも見てもらい、家庭でもよりよい生活習慣について親子で話す機会としたい。

メディアとのつきあい方を考えよう

3年 組 番 名前

- 自分が使っているメディアにはどんなものがあるか考えよう
「メディア」とは…じつはこうを伝える手段のこと

- きのこの生活をふり返ろう

(れい)

3時	4時	5時	6時	7時	8時	9時	10時	11時
起床	外遊び	読書	夕食	ゲーム	→	→	→	→
3時	4時	5時	6時	7時	8時	9時	10時	11時

- これからの生活の目ようを書こう

保護者の皆様へ

本日は、ゲームや動画視聴などの「メディア」のつきあい方について考える授業を実施しました。子どもたち自身でそれぞれの時間の使い方についてふりかえり、これからの目標を立てました。この機会にメディアの使い方やルールについて話し合う機会を持ついただければ、と思います。このワークシートをご覧になられましたら、お手数ですが右の件にご一書、またはサインをお願いします。

ご家族の一人一書サイン