

自らの健康課題に向けて健康な生活を実践することができる子どもの育成

～計画的な保健教育と児童委員会活動の活用を通して～

所属機関 鞍手地区研究所
所属校 小竹町立小竹西小学校
職・氏名 養護教諭 明神 優花

1 主題設定の理由

(1) 社会的背景から

大きく変化していく現代社会の中で、生涯にわたって健康な生活を送るために、子ども達が基礎的な生活習慣を身につけ、自ら適切な意思決定や行動選択をする力を身につけることが必要であると考えます。

(2) 児童の実態から

本校の健康課題として、基本的な生活習慣に課題をもつ子どもが多く、自分の心身の健康づくりについての興味・関心が低い子どもが多い。

2 主題の意味

(1) 「自らの健康課題に向けて健康な生活を実践することができる子どもの育成」とは

生活習慣の乱れを基盤とした健康課題の解決に向けて、自己の健康課題に気づき、その課題解決に向けて自ら適切な意思決定や行動選択を行い、健康的な生活を実践することができるようにすることである。

3 研究の目標

自らの健康課題に向けて健康な生活を実践することができる子どもを育成するために、「計画的な保健教育」と「児童委員会活動の活用」の2つの手立てを中心として養護教諭の働きかけと児童委員会の活用のあり方を究明する。

4 研究の構想

(1) 手立て① 計画的な保健教育

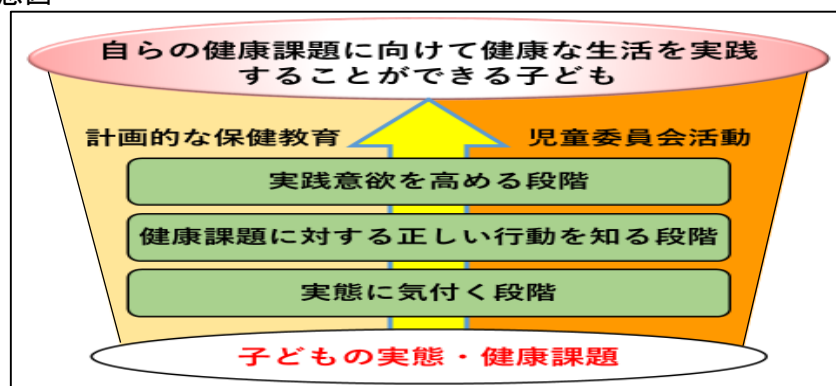
生活アンケートや健康診断結果を分析し、年間計画を作成し、3つの段階を指導過程に位置付け、保健指導を進めていく。

指導過程（段階）	具体的な手立て
実態に気付く段階	健康診断結果や体験的な活動を用いて、自分の実態や健康課題に気付かせる。
健康課題に対する正しい行動を知る段階	保健指導や児童委員会活動の取組を通して、健康課題を解決するための正しい知識・技能を身に付けさせる。
実践意欲を高める段階	「ほけんだより」や掲示物、児童委員会活動などを通して、自らの健康課題解決に対する実践意欲を高める。

(2) 手立て② 児童委員会活動の活用

養護教諭が考える健康課題と子どもが考える健康課題の共通理解を図り、子ども達が主体的に健康課題の解決に向かうことができるように、児童委員会を活用する。

(3) 研究構想図



5 研究の実際

(1) 手立て① 計画的な保健教育

ア 実践1 健康診断結果から見た「むし歯予防」①（令和3年度2年生）

(ア) 実態に気付く段階

学級のむし歯地図を提示し、歯の観察と染め出しをして、自分達の歯の健康状態に気付かせる。

(イ) 健康課題に対する正しい行動知る段階

染め出された歯の観察から歯垢の残りやすい場所と歯磨きの方法を確認し、鏡で自分の歯を見て、ポイントを意識しながら実践させる。

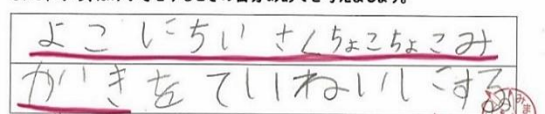
(ウ) 実践意欲を高める段階

歯磨き前後の歯の写真を見比べて、きれいに磨けた達成感を感じ、継続して歯磨きをしようとする意欲を持たせる。また、歯磨きのめあてを考え、家庭での実践へ動機付けを行う。



【資料1 歯の観察をする様子】

3. これから、はみがきをするときの自分めあてを考えましょう。



【資料2 歯みがきのめあて】

イ 実践2 健康診断結果から見た「むし歯予防」②（令和4年度3・4年生）

(ア) 実態に気付く段階

歯科健診結果「歯の通知表」を配付し、自分の歯の健康状態を知り、歯の観察と染め出しを通して歯の健康状態に気付かせる。

(イ) 健康課題に対する正しい行動を知る段階

歯垢の残りやすい場所と歯磨きの方法を確認し、鏡で歯を見てポイントを意識しながら実践させる。

(ウ) 実践意欲を高める段階

自分でめあてを決めて1週間の歯磨きカレンダーの取組を実施する。また、実施学級に対して「ほけんだより」を配付し、家庭への啓発を行う。



【資料3 歯みがきを実践する様子】

ウ 実践3 健康診断結果から見た「むし歯予防」③（令和5年度4年生）

(ア) 実態に気付く段階

一人ひとりに歯科健診結果「歯の通知表」を配付して、自分の歯の健康状態を知り、歯の観察を通して自分の歯の健康状態に気付かせる。

(イ) 健康課題に対する正しい行動を知る段階

自分の生活をふり返り歯みがきをする理由としない理由を考えて交流する。その後、グループに分かれて歯みがきの大切さについて考える。

(ウ) 実践意欲を高める段階

歯みがきのポイントを確認し、自分でめあてを決めて1週間の歯磨きカレンダーを実施する。また、「ほけんだより」「学級だより」を配付し、保健指導の内容を家庭へ発信し、子ども達の動機付けと同時に、家庭への啓発につなげた。家庭への啓発を行う。



【資料4 歯の通知表配付の様子】



【資料5 グループワークの様子】

(2) 手立て② 児童委員会活動の活用

エ 実践4 健康委員会「新型コロナウイルス感染症予防」①（令和3年度）

(ア) 実態に気付く段階

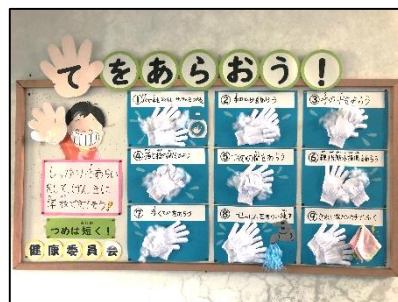
自校の健康課題について話し合う活動を設けて、自分達の健康課題に気付かせる。

(イ) 健康課題に対する正しい行動を知る段階

5つの条件を設定しそれぞれ担当の条件に沿って手洗い実験を行い、実験での気づきや正しい手洗いの方法をまとめ発信する。

(ウ) 実践意欲を高める段階

「かてます作戦」を継続的に実践してもらうために、正しい手洗いの順番についての掲示物などを作成し、実践意欲を高める環境づくりを行う。



【資料6 手洗いの掲示物】

オ 実践5 健康委員会「新型コロナウイルス感染症予防」②（令和4年度）

(ア) 実態に気付く段階

自校の健康課題について話し合う活動を設けて、自分達の健康状態に気付かせる。「かてます作戦」の中で、子ども達が課題としている手洗いに焦点を当て取組を行う。

(イ) 健康課題に対する正しい行動を知る段階

児童委員会活動で正しい手洗いの方法を確認し、手洗い実験での気づきを発信する。そして、全校の手洗い実験を実施し、全校へ手洗いの大切さと正しい手洗いの方法を伝える。

(ウ) 実践意欲を高める段階

学校生活や家庭で継続的に実践してもらうために、手洗いのタイミングで放送での呼びかけを行い、全校への意識付けを行う。また、「ぴかぴか手洗いキャンペーン」を実施して、「手洗いクイズラリー」「手洗い動画」「手洗いチェック」の3つの取組を行い、手洗いへの実践意欲をさらに高める。



【資料7 手洗い実験の様子】

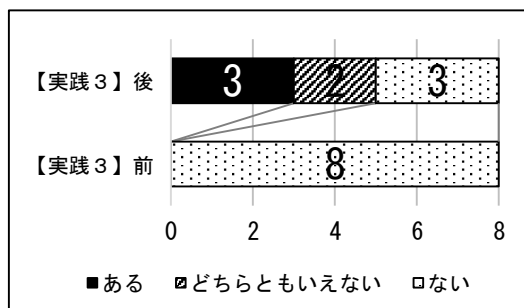


【資料8 クイズラリーの様子】

6 考察

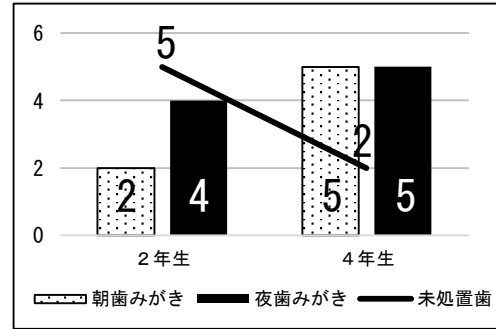
(1) 手立て① 計画的な保健教育

【資料9】のように、「自分の歯に自信がありますか？」という質問に対して、肯定的に回答した子どもが増加した。また、【資料10】のように検証実施学年では、朝歯みがき・夜歯みがきともに増加し、未処置歯保有者数は減少した。計画的な保健指導を行うことが、子ども達の自ら抱える健康課題や生活の中で発生する健康課題に焦点を当て、効果的に保健指導ができた。子ども達が自分自身の健康課題に気づき、保健指導で学んだ知識や技能を実施し健康課題を解決する上で有効であったと考える。また、指導過程を「実態に気付く段階」「健康課題に対する正しい行動を



【資料9 自分の歯に自信がある子どもの人数】

知る段階」「実践意欲を高める段階」の3段階に分けて取り組んだことで、健康課題解決のための手立てがクリアになった。しかし、健康課題は個別性も高いため、子ども一人ひとりの健康課題を把握し、保健室来室時などの個別指導を積極的に行っていく必要がある。そして、先生方や家庭、学校医などとの連携の必要性をより感じたため、それぞれとの連携の在り方を工夫し健康課題をより効果的に解決していく組織づくりを行う必要がある。

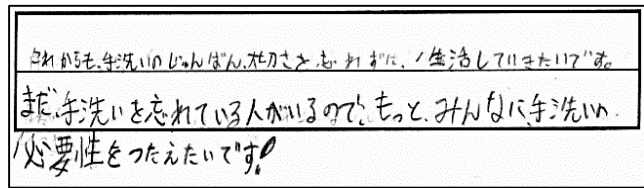


【資料10 歯みがき実施状況と未処置歯保有者数】

(2) 手立て② 児童委員会活動の活用

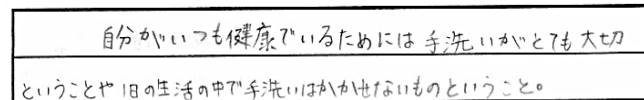
健康委員会の子どものふり返りをみると、自分の健康課題について解決しようとする姿勢や全校の健康課題にも目を向けることができている

【資料11】。健康課題解決のために児童委員会活動を活用することで、子ども達が主体的・意欲的に自分たちの健康課題解決に向けて取り組むことができた。全校の子ども達のふり返りをみると、取組を通して手洗



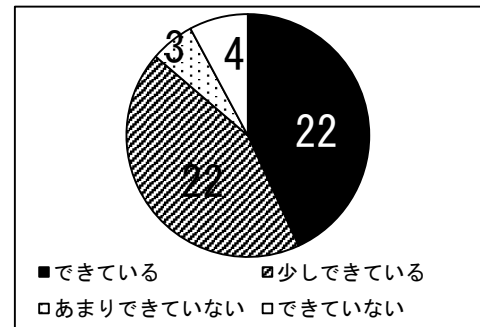
【資料11 健康委員会の子どものふり返り】

いの大切さに気付き、自分の健康について考えることができている【資料12】。また、【資料13】のように、「取組後に意識して手洗いができていますか?」という質問に対して、44人ができた・少しできたと回答し行動変容がみられた。委員会の子供達から全校の子供達へ働きかけを行うことで、効果的に課題解決に向けてのアプローチを行うことができた。これらのことから、健康課題解決のために児童委員会活動を活用して働きかけを行う手立ては、大変有効であったと考える。また、保健指導での指導段階を児童委員会活動で活用し、取組を「実態に気付く段階」「健康課題に対する正しい行動を知る段階」



【資料12 子どものふり返り】

「実践意欲を高める段階」の3段階に分けて取り組んだことで、取組の流れがクリアになり、より効果的に行えたと考える。



【資料13 意識した手洗いができている子どもの割合】

7 成果と課題

- 計画的な保健教育を行うことで、子ども達が自ら抱える健康課題や生活の中で発生する健康課題に焦点を当てて、効果的に取り組むことができた。
- 児童委員会活動を活用することで、子ども達が主体的・意欲的に自分たちの健康課題解決に向けて取り組むことができ、全校の子ども達へ効果的にアプローチが行えた。
- 健康課題は継続的な支援が必要なため、事前と事後での行動の変容が見える化し、児童の実践意欲をさらに高める必要がある。
- 先生方や家庭、学校医などとの連携の必要性をより感じたため、それぞれとの連携の在り方を工夫し健康課題をより効果的に解決していく組織づくりを行う必要がある。