

## 学校保健研究部会

### I 研究テーマ

「心と体の健康をめざし、主体的に行動できる子どもの育成」

### II 研究テーマ設定の理由

現在の子どもたちの健康課題は、多様化・深刻化している。このような中で、子どもたちが主体的に健康に成長していくには、私たちに何ができるのか、また効果的な支援はどうあるべきかについて、班毎に研究をすすめるテーマに迫っていきたい。

### III 研究の経過と内容（各班ごとに報告）

#### 1 1班

##### (1) 研究テーマ 「生きる力を育てる性教育の工夫」

～自己肯定感を得られる体験を積み重ねることが基本的自尊感情を高めることにつながるのではないか～

##### (2) 研究経過

昨年度までの研究結果や、自尊感情調査結果から、学年が進むにつれて自尊感情が低い子どもが多く、まわりのことを気にして自分に自信が持てない様子も伺えた。自分が頑張ったことを人に伝えたり、そのことをほめてもらうという機会は、なかなか持てない現状もわかり、様々な場面で自己肯定感を高めるような取り組みを意図的に仕組むことが必要と考え、その方法を研究することとした。

##### (3) 研究内容

- ①昨年度実施した自尊感情調査結果の分析。
- ②保健学習、保健指導、朝の会帰りの会、体重測定等、様々な場面で自己肯定感を高めることができるようなアプローチの方法の研究及び一覧表の作成。
- ③各校での「共有体験」を取り入れた実践報告及び情報交換。

##### (4) 研究の反省と課題

アプローチの方法を整理し一覧表にできたことは大きな成果である。また、各校での実践に生かすこともできた。今後は、アプローチの方法を追加修正しながらよりよいものにしていきたい。特に、家庭へのアプローチをいかに効果的に行うかが課題である。点数化できるような共通の自己評価を指導後に実施する、個々の関わりの場合は日々の実践を記録に残しながら変化をみとる等、評価方法についても検討していく必要がある。

学年が進むにつれて自尊感情が低くなっているという調査結果は、他の同様な調査をみても同じ傾向にあり、子どもの発達段階の中で避けて通れないものなのかもしれない。だからこそ、様々な場面で機会を捉えて関わることにより、自分を肯定的に受け止め、少しでも自尊感情を高めることができると考える。

## 2 2班

### (1) 研究テーマ 「効果的な保健指導の工夫」

～触れる掲示物は、子どもの興味関心をひき、楽しく学べるのではないか～

### (2) 研究経過

平成22年度より、掲示物を工夫して作成することにより、そこから健康に関する情報を発信し、子どもたちが自ら心とからだの健康についての意識や意欲を高められるのではないかと考え、掲示物について研究を進めている。

研究初年度は、各校で今までに作成した掲示物を持ち寄り実践報告し、掲示物のあり方について学習した。掲示物を作成する上でポイントとしていることを出し合うことで、考え方の共通点を確認しあい、自分にはなかった発想に気づくことができた。

23年度は掲示物作成のポイントをもとにサブテーマの通り研究仮説を立て、生活習慣・歯・こころの健康の3グループに分かれ、実際に掲示物を作成した。さらに、仮説を検証するために、評価アンケートを実施した。

24年度はその結果をもとに考察し、仮説通り『触れる』ということは、楽しく学ぶための掲示物の要素としてとても効果的であることがわかった。また、『触れる』以外にも『効果的な掲示物の要素』にはどのようなものがあるのかを洗い出した。その結果、7項目の要素をまとめることができた。また、掲示物の内容だけでなく、多くの子どもたちの目に触れさせるための工夫が必要であることがわかった。今年度は、その『触れる』及び7項目の要素をとりいれ、多くの子どもたちの目に触れさせるための工夫を盛り込んだ掲示物を作成し、学びの深まりを確認するための評価アンケートを検討し実施した。

### (3) 研究内容

- ①『触れる』及び7項目の要素をとりいれ、多くの子どもたちの目に触れさせるための工夫を盛り込んだ掲示物の作成
- ②掲示物の活用
- ③評価アンケートの実施

### (4) 研究の反省と課題

現在、各グループで実践し、評価アンケートをとり、考察をまとめている。各月の保健目標や学校の実態に合わせて活用しているので、年度中に全体の評価アンケートをまとめ、考察していく予定である。来年度はその考察を生かし、より多くの掲示物について、その効果を検証できるように取り組んでいきたい。

また、『触れる』という観点で研究をすすめていたが、『触れる』に加え7項目の効果的要素を取り入れて掲示物を作成し検証していくので、サブテーマについても検討していくつもりである。

### 3 3班

- (1) 研究テーマ 「養護教諭の視点を生かした健康教育の実践」  
～長期休業前の資料配付による肥満指導の効果の検証～

#### (2) 研究の経過

これまでの研究をもとに昨年度から効果的な肥満指導の在り方を検討していくこととなった。初年度は、各校の実態の把握と肥満指導の課題について話し合い、すでに発表されている研究などを活用し肥満指導をどのように進めていくか確認した。また各校での実践例を持ち寄り、事例検討を行った。2年目となる本年度は、より効率的で介入しやすい肥満指導法を確立するため、具体的な指導事例を取り上げて実践、検証することにした。

#### (3) 研究内容

長期休業前の肥満指導用資料の配付が児童・生徒とその保護者の意識、および行動に及ぼす影響について検討する。以下の2つを仮説に研究を進めた。

- ① 長期休業前に肥満指導用の資料を配付することによって、児童・生徒や保護者の肥満に対する意識の変容がみられる
- ② 同様に、資料配付が児童・生徒や保護者の生活行動（食事、運動など）に影響を与える

方法は長期休業前、今回は夏休み前に肥満指導用の資料を対象児童生徒の家庭に担任を通して配付、夏休み明けにアンケート評価を行った。

児童生徒へのアンケート等からは、資料を配付されたことにより、生活に気がつけた様子がわかった。保護者に行ったアンケートの回収率は小・中ともに50%程度であったが、そのうち90%が資料の内容が参考になったとの回答が有った。また、小学校の50%中学校の25%の保護者が資料を参考に生活に気がつけたとの回答があった。しかし、生活を変えるのはなかなか難しいという記述も多く見られた。

#### (4) 研究の反省と課題

資料配付は、短時間で複数の児童・生徒に対して行うことができるという利点がある。しかし、資料配付のみでは個々の実態に合わせた指導や、きめ細やかな継続した指導は難しい。資料配布による指導と共に、個々に応じた指導手段を模索していく必要がある。また、知識だけを得ても、実際の行動に移せない場合も多いことが観察された。今後は意識の変容だけでなく、行動変容につながる効果的な指導方法を追求していきたい。また最終的な指導目標である「肥満度の改善」を実現するために、個別指導を中心とした対応についても、研究や実践を積み重ねていきたい。