

「ともにつくりあげる健康教育をめざして」

山梨支会

I 研究の内容

- 1 研究テーマ 児童・生徒が意欲的に取り組める健康教育をめざして  
～健康教育の効果的な指導に役立つ教材・教具づくり～

保健室を訪れる児童生徒の訴えは、多様化しており、そこには、生活習慣や家庭環境が大きく関わっていることが昨年度までの研究で明らかになった。本年度は、その点もふまえながら、あらたに次の二点について研究を進めていった。

- (1) 歯科検診結果で、児童生徒の歯列不正や咬合異常、また歯周疾患の状態に要観察・要治療者の占める割合が多い傾向にあることから、子どもたちの生活習慣と深く関わる「かむ」ことを意識した歯の健康づくり
- (2) 学校で予想される感染症について、感染症予防の指導や発生時の対応などをまとめた感染症対策資料づくり

このことに焦点をあて、子どもたちの気づきを意識化し、行動に移せる指導の展開や教材教具を工夫し、児童・生徒が意欲的に取り組める健康教育をめざしていきたいと考えた。

2 研究内容と方法

- (1) 生活習慣に関わる歯の健康づくり  
「かむことを意識させた健康づくり」・発達段階別指導計画の作成
- (2) 感染症対策資料づくり  
インフルエンザ ノロウイルス 頭じらみ の予防指導資料・市内校内発生時の指導資料等の作成・山梨市感染症マニュアルの作成・確認など

II 成果と課題

「かむことを意識させた健康づくり」では、平成21年度歯科検診結果から、各校の児童生徒の実態を把握し、明らかになった課題をもとに、発達段階別指導計画を作成した。

現在、小学校低学年・中学校で指導計画に沿った実践を行い、指導内容や指導方法について再検討を行っている。今後は、指導に使用する効果的な教材教具づくりを行うとともに、各校での実践と検討を重ね、子どもたちが「かむ」ことを意識した望ましい生活習慣を確立できる研究を深めていきたい。

「感染症対策資料づくり」では、新型インフルエンザなどの感染症の報告の流れなどを整理して、まとめることができた。また、急な感染症などが発生した際、あわてずに対応できるように、必要とされるものをデータに残すことができた。インフルエンザは、日々状況が変化してきているので、その様子をみながら、その都度見直しをしていく。今後は、感染症発生時の対応の流れはまとまったので、子どもたちが意欲的に取り組める保健指導をめざして研究を深めていきたい。

## 甲州支会

### I 研究の内容

#### 1 支会テーマ 心身ともに健康な生活を送る子どもをどう育てるか ～健康な生活習慣への取り組み～

「健康とは何か」という疑問に対する関心は高い。メディアで取り上げられ、毎日のように流される情報、健康のためによいとされる健康食品やサプリメントが続々と紹介される。その一方で就寝時刻の遅延、運動不足による体力の低下、食生活の多様化が懸念されている。「健康とは何か」を真正面から据えて考えていかなければ、目の前の情報だけに踊らされて終わってしまいそうな危うさがある。

子どもたちが現在から将来にわたって健康に過ごしてほしいという願いが私たちにはある。自分のからだや心とどうつきあったらよいか、自分にあった健康的な生活習慣を身につけてほしいと考えている。

そこで、今年度も引き続き、子どもたちの生活習慣に目を向け、「健康とは何か」「健康に生きるための必要な要素は何か」を探り、目で伝え、心で伝えて、子どもたち自らの掌で、日頃から健康的な生活習慣を身につけられるよう取り組みをしていきたいと考えた。

#### 2 研究内容と方法

- (1) 歯と口の健康部会：小6年研究授業（セルフチェックカードの利用）
- (2) 骨の健康部会：小4年生研究授業、保健集会（コツコツ貯金により家庭への啓発）
- (3) 生活リズム部会：生活リズムロープなど掲示資料作成と、それらを活用した保健指導の実践。思春期調査の結果を取り入れたパンフレットの作成。

### II 成果と課題

グループ毎の研究も4年目となり、内容をより深めることができた。どのグループも教材教具を協力して作成し、保健指導に生かすことができた。「歯と口」部会では学年別歯科保健計画の見直しができ、それにもとづいた詳しい授業案の作成、教材教具の工夫ができた。「骨の健康」部会は子ども達に定着できるほど実践ができ、具体的が生活に結びついた指導ができた。コツコツ貯金は「もっとやりたい」という子どもの声を生かし、年に複数回実施した。「生活リズム」部会では共通の教材教具として生活リズムロープ・立体手洗い・睡眠の秘密を作成し、各学校の実態に合わせた保健指導を行うことができた。特に模擬授業により今後の実践に向けての参考になり、有意義な研究ができた。また実践にあわせて資料の収集を行い、多くの資料が集まり有効活用ができた。何よりも、山梨大学の佐藤美里氏より「児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査」について説明を受け、各校で活用できた。

課題として、①子どもたちに定着させるにはくり返しの指導が必要であり、家庭への啓発も更に継続していくこと②発達段階に応じたわかりやすい保健用語を示すことはなかなか難しいので、長い見通しの中でテーマに沿った指導をしていくこと、があげられた。

### III 成果物

- ・6学年「歯肉の様子から生活習慣を見なおそう」授業案・資料
- ・4年生「じょうずなカルシウムのとり方を知ろう」授業案・資料
- ・生活リズムロープを使った保健指導の実践

「歯の健康」「排便について知ろう」「睡眠のひみつ」

(部長 山岸元子)