

アメリカにおける心身の健康教育について

I 研究の内容

本年度、「心身の健康教育」をテーマとし、アメリカ合衆国（ネバダ州、カリフォルニア州）へ11月4日から11月15日まで、教育課題研修指導者海外派遣プログラムに参加致しました。

1 研修調査団での研究課題

- (1) アメリカにおける青少年の健康問題の実態について
- (2) 心身の健康教育に関する具体的プログラムについて

2 研修調査団の研究内容

- (1) ネバダ州教育委員会、サクラメント教育委員会、サンフランシスコ教育委員会に訪問し、各地域での健康に関する課題や健康教育の具体的なプログラムについて調査する。
- (2) 小・中学校・高校に訪問し、健康教育プログラムがいかに授業で取り扱われているかを調査する。
- (3) 教育全般における調査およびプログラム開発機関である ETR, WestEd に訪問し、アメリカにおける青少年の健康問題の実態把握、また、開発プログラム内容と成果について調査する。

II 研究の成果とまとめ

アメリカの教育現場では、食問題、喫煙、飲酒、薬物乱用、性的行動、暴力・武器携帯、自傷行動、ジェンダー、同性愛など多くの健康問題を抱えている。これらの問題に対し、州ごとや学区ごとに様々な観点から多くのプログラムが提供されていた。

① 給食サービス（ネバダ州）

戦後（1946年）栄養プログラムの必要性から開始された。低所得者層と認定されている家庭の子ども（ネバダ州では41%が認定されている）に対し学校で朝昼食を無料提供している。

② サマーフードプログラム（ネバダ州）

夏休み中もコミュニティで食事を提供する。学生はもちろん、幼児から成人までが対象となる。

③ 危機への対応（カリフォルニア州）

校内で、精神的動揺をきたす事件が起こった場合は、ソーシャルワーカー、サイコロジストなどでチームを発足し、心のケアにあたる。子どもや職員の気持ちを鎮め、元の心理状態に戻す役目を果たす。程度によっては、地域の衛生担当など、より専門的な機関が行う。

④ 自殺防止（カリフォルニア州）

ワシントン大学（政府から青少年の自殺阻止の補助金をもらっている大学）と連携し、大学の教授が学校所属のソーシャルワーカー、サイコロジスト、スクールナースなどに自殺防止のためのトレーニングを実施したり、悩みを抱えた子どもを探り出す、サイン SOS (Signs of Suicide: 自殺のサイン) を実施したりし、結果に応じて専門医やカウンセラーなどを紹介する。

⑤ レジリエンスと 40 のアセット（カリフォルニア州）

アセット（資産）には全部で40の調査項目があり、19が学校に関係する項目、残りは家庭、地域社会などの項目である。アセットが低い子どもは、喫煙、飲酒、危険行動などのリスクが高いという関係があることがわかっている。各学校では、子どもたちがより多くのアセットを獲得できるような独自のプログラムに取り組んでいる。

健康教育を推進していく上で、学校現場で、直接的に児童・生徒の健康に関与し、医療行為もできるスクールナースの役割が、日本の養護教諭ようにとても重要であると感じた。また、アメリカでは毎年75万人を対象に調査が行われ、そのデータに基づいた教育活動が展開されていた。上記のようなプログラムもそれらのデータをもとに、行っていたものが多かった。現実に目を向け、それらを分析した上での実践的な姿勢に、アメリカの素晴らしさを感じた。

（井尻小学校 志田 市造）

アメリカにおける心身の健康教育について

I 研究の内容

1 研修調査団での研究課題

- (1) アメリカにおける青少年の健康問題の実態について
- (2) 心身の健康教育に関する具体的プログラムについて

2 研修調査団の研究内容

- (1) ネバダ州教育委員会、サクラメント教育委員会、サンフランシスコ教育委員会に訪問し、各地域での健康に関する課題や健康教育の具体的なプログラムについて調査する。
- (2) 小・中学校・高校に訪問し、健康教育プログラムがいかに授業で取り扱われているかを調査する。
- (3) 教育全般における調査およびプログラム開発機関である ETR, WestEd に訪問し、アメリカにおける青少年の健康問題の実態把握、また、開発プログラム内容と成果について調査する。

II 研究の成果と課題

アメリカでは、隔年で実施される全米規模の YRBS (Youth Risk Behavior Survey) や州で行われる CHKS (California Healthy Kids Survey) の調査に基づき、子どもたちの健康問題についての実態把握が詳細に行われていた。アメリカにおける子どもたちの健康問題には、飲酒・喫煙・薬物、HIV や望まない妊娠、偏った食事による肥満などが挙げられる。小学校から保健の授業では、飲酒、喫煙などを題材にした授業が行われていたが、単にそれらの害を教えるだけでなく、誘惑に対して上手に断るスキルをロールプレイで学ぶこともしていた。

また、子どもたちは、日常生活の中で周囲の人々や社会環境の影響を受けやすい。したがって、自己肯定感が低い、依存心が強い、不安傾向が強い等の心理的特徴を持つ子どもは特に健康的な生活を獲得することが難しい状況にあると考えられる。アメリカでは、心身ともに健康で、危険行動に陥らない子どもになるためのプログラムが多く開発されていた。それらの中でキーワードとなるのが“レジリエンス”と“アセット”であった。レジリエンス(弾性回復力)とは、不幸な出来事から回復し、変化に適応し、害あることに抵抗し、はね返す能力のことである。これは、ライフスキルやセルフエスティーム、規範意識を含む概念で、この能力を育てるには、周囲の大人との思いやりのある関係を築いたり、高い目標設定ができたり、自分たちで責任のあるルールを作ったりすることなどが重要である。レジリエンスは簡単に測れるものではないが、カリフォルニア州では、子どもたちがどのようなアセット(資産)を持っているか等を含む調査をしており、レジリエンスを図るひとつの指標としている。アセットが低ければ、危険行動に入りやすく、アセットが高ければ、健康な状態を保て、学業も伸びる傾向がある。レジリエンスを高める教育は今後さらに重要視されてくると考えられる。

これらのことから、日本の教育においても、他人の考えを理解した上で自分の考えを主張していくコミュニケーション能力や、自分の良さを知って大切にできるセルフエスティームの維持、また、計画を立て実践するための目標設定や問題解決能力等を育てる必要性がますます高まっているといえる。そして、学校教育の中で様々な角度からアプローチできる課題でもあると思う。心身の健康教育とは、日本が目指している「生きる力」の教育においても大いに貢献するものであると改めて感じる機会であった。

(山梨北中学校 小林直子)