

保健指導と保健学習を適切に行なうにはどうすればよいか

足利市立富田中学校 保 々 政 司

1. 主題設定理由

現在行なわれている学校教育のうちで比較的むずかしいものに学校保健があるのではないかと思う。各学校の教育目標にも“健康で……”は明確に位置づけられているが、内容としてじゅうぶんに示し難いため指導の段階において種々の問題に直面し、どうしても適切な方法と処置が得られないような気がする。まして健康問題は個人的に解決されねばならないし、問題の所在が学校生活よりも家庭生活においてより強いというところにも大きな問題を持っているのではないか。

学校教育において保健指導と保健学習は、健康を保持、増進させるための重要な役割を持っているが従来ややもすると形式的な方法で行なわれ、生徒ひとりひとりの観察がおろそかにされ、指導は保健主事、看護教諭にまかされてしまって本来の目標を達成するまでにいっていなかったのが現状のようである。健康でありたいということは万人の共通の願いであり、特にわれわれは児童生徒の健康を保持・増進させる義務を有しているわけである。上記の研究テーマは以上のような観点から設定した。なお具体的な研究のねらいとしては

- A 適切な保健指導の内容と方法をどのようにしたらよいか。
 - B 保健学習の指導計画と指導方法をどのようにしたらよいか。
 - C 学校と家庭や地域との連絡提携をどのようにしたらよいか。
- の三点について行なった。

2. 研究の進め方

- A 適切な保健指導の内容と方法をどのようにしたらよいか。

Aについては保健指導の内容の設定や、効果的指導法をどのようにしたらよいかという観点に立ち、特に学級担任、教科担任の行なう保健指導はいかにあるべきかという問題に触れ、同時に児童生徒の保健に対する興味をいかにしてよびおこすかということについて研究した。

- B 保健学習の指導計画と指導方法をどのようにしたらよいか。

Bについては保健学習を適切に進めるための指導計画をどのようにしたらよいか。また指導事項を定着させるための学習の展開についてどのようにしたらよいか、ということについて研究した。

- C 学校と家庭や地域との連絡提携をどのようにしたらよいか。

Cについては、家庭における適切な保健指導を促し、一貫性のある習慣形成を図るために学校でどのようなはたらきかけをしたらよいかということについて研究した。

3. 研究内容

- A 適切な保健指導の内容と方法をどのようにしたらよいか。

保健指導の内容をどのように設定したらよいか、また効果的に指導するにはどのような配慮を

したらよいか。

「保健学習の指導は保健体育科担任の教師が行なうものであるが、保健指導は全教師がその指導にたずさわる。特に学級担任は生徒に接する機会がいっぱい多いのでその中核にならなければならない」文字に書くどごとくあたりまえのことであるが、実際にはこのことがわかっていないというよりも理解していない教師が案外多いのではないだろうか。健康でありたいとだれでも思っている、つい忘れがちになり、それに対する興味や関心がうすれているためではないだろうか。そこでまず教師が行なう保健指導の内容を日課表によって分析してみた。

(1) 教師の行なう保健指導

朝の清掃 … 教室環境、学習環境の整備

学 活 … 出席調べ、健康観察

健康観察では特に朝食調べを欠かさず行なう必要がある。

教科指導 … 学習態度（姿勢、根気などについて）や換気、採光などに留意する。

給食指導 … 食品の栄養価、偏食をしないようにするための指導、配ぜん、運搬などについての衛生

昼 休 み … フォークダンス、安全指導

教科指導

清掃指導 … 服装、環境などについて

学 活 … 交通安全指導

ク ラ ブ … 傷害の防止

ざっとあげてもこれだけの内容があるが、その他学活、道徳、学校行事などあらゆる機会をとらえて保健指導を行なう必要がある。

(2) 各学校には種々の委員会があるが、その委員会の顧問が保健に関心を持って意図的に行なうならば効果が上がるはずである。次に各種委員会をとおして行なえる保健指導の内容を示してみると

a 保 健 委 員 会

服装、身体の衛生、保健室利用の病人、傷害の統計と広報活動、保健室の整備と管理、月例体重測定、机・こしかけの配置調査、虫歯治療コントロール

b 風 紀 委 員 会

持ち物の安全、廊下、階段の歩き方、登下校の歩き方、室内での生活のし方

c 整 備 委 員 会

清掃コントロール、花いっぱい運動、破損箇所の修繕

d 体 育 委 員 会

体育器具・施設の安全点検と修理

e 安 全 委 員 会

校内安全点検、自転車の安全点検

f 給 食 委 員 会

きれいに手を洗ったの食事、食器の衛生的管理、偏食きょう正

g 新聞委員会

各種の広報活動（校内新聞の中で）

学校によってはこの他にも各種の委員会があるかもしれませんが、このような委員会をとおしての保健活動は生徒の興味を喚起するためには必要だと思う。

(3) 保健指導上の留意点

- a 生徒ひとりひとりに対する指導がなされなければならない。
- b 教師の共通理解が必要である。（現職教育をとおして、意識の高揚と指導技術の向上）
- c 児童、生徒の保健に対する意識の高揚（生徒会、各種委員会をとおしての自主的活動）
- d 保健指導は必要度の高いもの（health need）から行なう必要がある。
- e 学校の施設、設備が保健的にじゅうぶん配慮されなければならない。
- f 地域社会の人々の協力が必要である。
- g いつどこでというのではなく、学校生活のあらゆる場面での指導が必要である。

B 保健学習の指導計画と指導方法をどのようにしたらよいか。

現在われわれが行なっている保健学習の指導はどうしても教師中心、講義中心になってしまっている。体育の学習指導においてはその研究も進み研修会なども数多く持たれているので指導方法もきわめて合理的になり、その効果も大なるものがあるが、こと保健学習になるとその機会にあまりめぐまらず、教師から生徒への一方通行的な授業になっている。その原因を考えてみると

- a 指導方法が教師中心であること。
- b 内容が実生活に結びつかないものがある。
- c 実験、実習、資料などが乏しく、生徒が興味をもたない。
- d 体育のほうが優先している。
- e 指導法の研究会が少なく教師自身の研修の場があまり与えられない。

などがあげられる。また保健学習で重要なことは学習したことをただ知識としてだけ理解するのではなく、習慣化し安全生活への実践をはかることにあると思う。その方法として

- a 実験、実習 → 態度、能力、技能 → 習慣化
- b 研究、観察 → 理解 → 態度、技能 → 習慣化
- c 視聴覚教具 → 理解 → 習慣化

一概に上記のように決めることは困難だが一応このように考えてみた。以上のようなことを考慮に入れながら指導計画を考えてみた。

(1) 例 2年

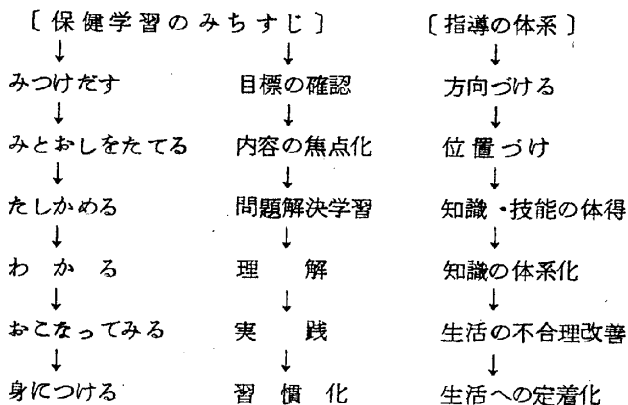
学習内容	資料、実験、実習、観察、調査	時間	他教科との関連
心身の発達と 栄養	○ 身体発育に関する統計資料の活用 （生徒個人の健康診断票と他との比較する場合はいきなり全国平均と比較しないで、市町村や県など身近かなものとの比較を考えた方がよい） ○ 地域における食生活の実態調査	8 時 間	体育理論「運動とからだの発達」 家庭科「食品の栄養価」

環境の衛生	<ul style="list-style-type: none"> ○水質検査, 気温, 気湿, 気流の測定, じんあい, ばいえん, 一酸化炭素, 二酸化炭素の測定 ○消毒法, 簡易ろ過についての実習 ○汚水処理, し尿処理場の見学 	9 時 間	理科, 水
傷害の防止	<ul style="list-style-type: none"> ○レントゲン写真によるねんざ, 骨折部位の観察 ○事故・災害とその防止では日常生活に色々なことが多いので, 新聞の切り抜きや, テレビ, ラジオなどで具体的な記事を取り入れる。 ○交通事故現場写真を借用し, その実態を理解させる。 ○交通安全ポスターの製作 ○包帯法, 人工呼吸法などの実習 	11 時 間	美術「ポスターづくり」 国語「標語づくり」 理科「血液」
疲労と作業能率	<ul style="list-style-type: none"> ○疲労判定法(クレベリン, 膝蓋腱反射など比較的簡単に行なえるもの) ○生徒個々に生活時間の調査をさせる。 	7 時 間	

(2) 保健学習の構造化

保健学習を進めていく場合大切なことは生徒が学習へ主体的に参加するということである。そのため生徒に何を, どこで, どのように学習させたらよいかというすじみち(指導過程)を組立てる必要があるのではなからうか。

保健学習のすじみちは生徒の生活や経験を土台にしてその中から問題をみつけたし, その原因を追求し, 解決していく中で知識や, 技能を体得し, 実践することまで発展させ, 生徒各自の生活に役立てていくような態度を養い, 自分たちの日常の生活に定着させ(習慣化)ひとりひとりの生活をより健康的に高めていくようにしなければならない。



(3) 内容精選の必要性

- a 将来健康な生活をしていくための最低限度の知識・技能

- b 保健学習の系統性
 - c 地域の実能や生徒の生活経験との結びつき
- C 学校と家庭や地域との連絡提携をどのようにしたらよいか。

健康指導についてのむずかしさの原因の一つは個人的に解決されなければならないことであり、その所在が学校より家庭生活にあるということは前述したとおりであるが、それだけにこの問題を究明することは困難なことであると同時に大変重要なことであると思う。そこでまず地域社会の人々は保健に対してどの程度の興味と理解を示しているか知るために次のことを調査してみた。(解答した人は290名)

- (1) あなたのお子さんの身長、体重、胸囲などを知っていますか。
- a 知っていると言えた人 66名
 - b 知らないと言えた人 224名
- (2) あなたのお子さんの疾病異常をごぞんじですか。(例、う歯、皮膚病、眼病など)
- a 知っていると言えた人 236名
 - b 知らないと言えた人 54名
- (3) あなたの家庭では食事の献立はどんなふうにしていますか。
- a 本などを参考にしている 10名
 - b 一週間ずつ自分で考える 10名
 - c その日その日考える 266名
- (4) 大掃除はどれくらいしますか。
- a 年2回以上やる 133名
 - b 年1回する 121名
 - c その年によってするとしなないときがある 36名
- (5) あなたの家には救急薬品はありますか。
- a よくそろっている 40名
 - b 普通である 111名
 - c ほんの少ししかない 39名
- (6) あなたの家では、かやはえの駆除をしていますか。
- a 定期的にする 163名
 - b 気がついたときやる 114名
 - c ほとんどやらない 3名

簡単なアンケートに対して以上のような結果が出た。この結果から考えられることは、疾病異常に対する認識はあるが、子どもの体位に対する関心がほとんどないこと、大掃除や、か、はえの駆除はよくするが食生活に配慮が不足していることなどがうかがえる。そこでこれらのことを解決するために今後どのようにしたらよいかということが問題になる。

- a 学年通信(月刊)
- b PTAスクール

などを通して保健意識の高揚につとめる。現在はこの程度きりやれない。

4. 今後の問題点

- A 保健学習における学習内容の深め方
- B 保健学習の評価について
- C 家庭における保健意識の高揚をどんな方法でするか。

評

正しい学習姿勢の習慣形成ひとつ考えてみても、毎日の学習時に正しく実践されてはじめて身についていくものである。保健指導は、保健生活に必要な能力、態度、習慣の育成を図り、保健生活の実践化を直接のねらいとして行なわれるものであるから、前に述べた姿勢指導の考え方が根底になければ効果は期待できないと思う。この実践記録は学校生活の中に、適切な保健指導の機会をとらえ、内容、方法をおさえ全職員の共通理解に基づいた指導を行なおうとしており、また各種委員会の組織活動をとおして効果的な指導を実施しようとしている点も良いと思われる。保健管理の事項もあげられているが、指導と管理は密接な関係にあるので管理面も忘れてはならない。

保健学習が、理解や実践をとおして、態度、能力の育成をめざしている点から、この研究に述べられているように、生徒の興味と関心を高め、適宜実習、調査等を加え、統計資料や視聴覚教材教具を活用し、自主的・主体的学習の確立や学習の効率化を考えていかなければならない。保健学習の構造化や各学年の学習内容に示された資料、実験、実習、調査等の具体例は参考となるところであろう。

学校と家庭や地域の連絡提携についても考慮している点にも注目したい。