

教育目標の具現化をめざす保健室経営

——「保健室コーナーと健康カード」の活用を中心として——

足利市立西小学校 高橋 イク子

I はじめに

この世の中で生命ほど尊いものはない。この尊い生命の価値を完全に発揮するところに、人生の意義があると思われるが、そのためには、まずからだ健康でなくてはならない。すなわち、私たちが正しい明るい生活を楽しむためにも、また、社会に出ているいろいろな仕事をなしとげるためにも健康は欠くことのできない条件である。

児童の健康が学習に大きな影響をあたえることはいうまでもないが、昨年の「学習意欲の喚起に関する実態調査」によると、授業中、やる気がおきるのはからだの調子のよいときだと答えた児童が90%もいたという。まことに自明のことながら、充実した学習指導展開のためにも、学校における保健室経営の重要性をますます強く認識した次第である。

本校の教育目標は「やりぬく力、あたたかい心」の育成を重点目標として展開されているものであるが、その目標達成の全体構造に位置づけられた保健指導の重点目標は、次のとおりである。すなわち「自分のからだは、自分で管理し、自分で守る。」ともすれば、他律に流されがちな現代っ子に対する「自主・自律」の教育の第一歩は、まさに自らの責任において、自らの健康を管理する基本的な生活態度の育成であろう。やがて、その姿勢は身のまわりに及んで、他者との関係へと発展するものであり、道徳教育の立場から見ても、最も重要な基本的観点となっているのである。いいふるされたことではあるが「自分のことは、自分です」という基本的行動様式を定着させるためには、「自分のからだは、自分で管理し、自分で守る」生活態度の育成を根底におかなければならないと思う。まさに本校の教育目標達成上「保健室」の果たすべき役割は重大である。そこで、以下、本校における教育目標達成にかかわる「保健室の役割と具体的な内容と方法について」略記したい。

II 実践の経過

1 保健室をコーナー制に

健康管理のための基本的な場とフィードバック情報の提供

保健室は、健康保持増進のための管理と指導の場であると同時に、傷病者の休養の場である。すなわち、使用に便利で機能性をもつだけでなく、くつろげる部屋でなくてはならないと考える。それには、通風、採光等だけでなく美的な環境も構成されなくてはならない。写真・絵画類や衝立ての位置、観葉植物、お花の一輪、さらに清潔なベット、フトンカバー等々、毎月の活動の方向を示す保健目標のチラシ一枚の掲示にも配慮をはらわなくてはならない。

このように、児童たちにとっての保健室は、明るく、安心のできる場でありたい。そして、さらに発達段階に応じて、健康の自主管理を可能にするような内容をもちたいと考えた。基本

的には児童が参加できる保健活動の場の設定と、自己診断（評価）によるフィードバック情報の即時提供を可能にするような保健室経営をめざしたわけである。そこで、保健室に次のようなコーナーを作成してみた。(1) 治療コーナー (2) 材料コーナー（衛生材料）(3) 薬品コーナー (4) 教育相談コーナー 何かすっきりとまとまったように思われ自己満足していたが、6月に健康診断も終り保健委員会の資料として作成したく本校児童の体位と健康をみて、次のような点に気がついた。本校児童の体位は県平均より優れている。しかし体力の一部が劣っている。けがも多い。そこで(5) 測定コーナーを保健室の一部に設けた。

測定コーナーの利用方法と経過

- ア 体重測定は隔月。視力検査は毎月。握力・背筋力は年4回。肺活量、身長は年2回測定する。
- イ 定期的には行事予定表に組みこみ・休み時間に保健委員が中心に測定する。
- ウ 他は測定コーナーを開放し随時測定させる。
- エ 低学年は、保健委員が測定し、健康カードに記入してやる。
- オ 保健室に正しい測定の方法を明示した写真を掲示したり、筋力や肺活量などの劣っている児童には、それに適した運動方法を明示したりして、児童自身が自分の健康管理に関心をもたせるようにした。

以上のように児童が積極的に保健室を活用できるような態勢づくりを試みたが、最初は、学級担任の指示や保健委員からの放送による督促がなければ保健室へ来なかったり、きたとしても、ただ測定すればいいんだという態度のものが多くみられ、保健指導の意図するものが容易に理解されなかった。そこで再度問題点の究明に努めた。そしてさらに保健委員たちの献身的な努力と活動。学級担任、養護教諭の緊密な連携による個人指導により、次第に多くの児童が自分の健康管理に対する関心を示し、今では積極的に測定し、自己判断をおこない、自分に応じた体力づくりの方法を発見し自主的に活動するようになってきた。

「測定コーナーに掲示した、体力自己診断表」の一例

資料 1

	平均	はたらき	速くしたい人の運動												
握力	<table border="1"> <tr><td>男子</td><td>20.0</td></tr> <tr><td>女子</td><td>15.0</td></tr> <tr><td>男子</td><td>18.0</td></tr> <tr><td>女子</td><td>12.0</td></tr> <tr><td>男子</td><td>22.0</td></tr> <tr><td>女子</td><td>16.0</td></tr> </table>	男子	20.0	女子	15.0	男子	18.0	女子	12.0	男子	22.0	女子	16.0	<p>握力測定機を使用して測定する。測定は、手首を固定し、肘を90度に曲げ、腕を垂直に伸ばした状態で測定する。</p>	<p>握力測定機、握力測定用テープ、握力測定用テープの交換用テープ</p>
男子	20.0														
女子	15.0														
男子	18.0														
女子	12.0														
男子	22.0														
女子	16.0														
背筋力	<table border="1"> <tr><td>男子</td><td>20.0</td></tr> <tr><td>女子</td><td>15.0</td></tr> <tr><td>男子</td><td>18.0</td></tr> <tr><td>女子</td><td>12.0</td></tr> <tr><td>男子</td><td>22.0</td></tr> <tr><td>女子</td><td>16.0</td></tr> </table>	男子	20.0	女子	15.0	男子	18.0	女子	12.0	男子	22.0	女子	16.0	<p>背筋力測定機を使用して測定する。測定は、両足を肩幅に開き、両手を肩の高さに持ち上げ、背中を丸めずに測定する。</p>	<p>背筋力測定機、背筋力測定用テープ、背筋力測定用テープの交換用テープ</p>
男子	20.0														
女子	15.0														
男子	18.0														
女子	12.0														
男子	22.0														
女子	16.0														
肺活量	<table border="1"> <tr><td>男子</td><td>1800</td></tr> <tr><td>女子</td><td>1500</td></tr> <tr><td>男子</td><td>2000</td></tr> <tr><td>女子</td><td>1200</td></tr> <tr><td>男子</td><td>2200</td></tr> <tr><td>女子</td><td>1600</td></tr> </table>	男子	1800	女子	1500	男子	2000	女子	1200	男子	2200	女子	1600	<p>肺活量測定機を使用して測定する。測定は、測定機を口に含み、鼻を閉じて測定する。</p>	<p>肺活量測定機、肺活量測定用テープ、肺活量測定用テープの交換用テープ</p>
男子	1800														
女子	1500														
男子	2000														
女子	1200														
男子	2200														
女子	1600														

資料 2



保健室の測定コーナーについて調査

2月17日 調査対象5年84名, 6年96名

調 査 項 目	調 査 内 容	率
(1) あなたは、測定コーナーを使ってはかったことがありますか	<ul style="list-style-type: none"> ・あ る ・な い 	9 7.7 % 2.3 %
(2) なぜ、はかろうとしましたか	<ul style="list-style-type: none"> ・自分のからだを知りたかったから ・興味があったから ・なんとなく ・その他 	5 1.4 % 1 2.4 % 3 0.5 % 5.6 %
(3) あなたは、測定して学年平均とくらべてどんなことを感じましたか	<ul style="list-style-type: none"> ・おとっているところがある ・すぐれている ・ふつう 	3 0.1 % 8.8 % 6 1.0 %
(4) 自分のからだの結果をみてどんなことを感じましたか	<ul style="list-style-type: none"> ・もっと体力をつけたい ・別に何も感じない ・その他 	6 3.5 % 3 2.4 % 4.0 %
(5) 体力測定結果をみて、自分の体力を高めるような計画を立てたことがありますか。	<ul style="list-style-type: none"> ・あ る ・な い 	7 6.0 % 2 3.9 %
(6) それは何をして高めようと思いましたか。	<ul style="list-style-type: none"> ・マラソン ・なわとび ・学園を使って ・鉄棒を使って ・その他 	4 0.7 % 3 2.6 % 7.0 % 1 1.1 % 8.8 %
(7) その計画を実行しましたか	<ul style="list-style-type: none"> ・しました ・時々している ・しなかった 	2 5.1 % 6 0.8 % 1 4.0 %
(8) 計画を実行して、あなたの体力に何か変化がありましたか。	<ul style="list-style-type: none"> ・あった ・少しあった ・まったくなかった 	1 7.1 % 6 3.6 % 1 9.3 %
(9) 測定コーナーがあると、あなたはどうかですか。	<ul style="list-style-type: none"> ・便利でよい ・なくてもよい ・その他 	7 5.1 % 2.9 % 4.0 %

結果と考察

- ・自分のからだの発育や体力を知りたい。自分のからだについて興味をもっている児童がかなり多い。
- ・自分自身、体力をつけたいと思っている児童が多い。しかし、計画を立て継続して実行することがむずかしく、時々やっている程度になってしまう。

- ・ 計画を実行し体力に変化が出たと答えている児童は多いが、その尺度はきわめて単純なものである。

「考察」……………

子どもたちは、自分の体力の現状を知ることや、強い体力をつくりたいということを望んでいる。しかし、こうした子どもの欲求が長続きしないところに問題が生じている。そこで今後は自己の体力の現状を知り向上させたいという子どもたちのために、体力向上アドバイスコナー的なものを設け、計画が長続きし最終的には、それが本人の喜びに返ってくるようにしたいと思う。

53年度 健康カード

足利市立西小学校

校内医検診

項目	病歴のなまえ	発症にかかった日	なおった日
内科			
耳鼻科			
眼科			
歯科			

発症などの結果です。病歴のある人は、はやくお話ししましょう。

計測検査

定期健康診断		4月
身長	せのたかさ	cm
体重	からだのおもさ	kg
胸囲	むねまわり	cm
坐高	すわったたかさ	cm
下腿長		cm
出ろ力	右 ()	
	左 ()	

身長(せのたかさ)			
4月	9月	のびた	
cm	cm		

年組なまえ

○体力の記録

走り	6月	11月
走力	5月	10月
跳力	12月	3月
握力	5月	10月
腕力	12月	3月

視力検査

毎月一回はかいて、しらべてみよう
かんたんに、はかれます

月	日	みぎ	ひだり	備考

自分の健康のためて

年組なまえ

けがの記録		病気の記録	
月日	けがのなまえ	月日	病気で保健室にきた日の記録
			1
			2
			3
			4
			5
			6
			7
			8
			9
			10
			11
			12
			13
			14
			15
			16
欠席の記録		か体重の記録	
欠席の理由(なにか)		身長(なにか)	
4月	日		
5月	日		
6月	日		
7月	日		
8月	日		
9月	日		
10月	日		
11月	日		
12月	日		
1月	日		
2月	日		
3月	日		
ふだんのように		4月	
体	kg	5月	kg
重	kg	6月	kg
量	kg	7月	kg
	kg	8月	kg
	kg	9月	kg
	kg	10月	kg
	kg	11月	kg
	kg	12月	kg
	kg	1月	kg
	kg	2月	kg
	kg	3月	kg
	kg	4月	kg
	kg	5月	kg
	kg	6月	kg
	kg	7月	kg
	kg	8月	kg
	kg	9月	kg
	kg	10月	kg
	kg	11月	kg
	kg	12月	kg
	kg	1月	kg
	kg	2月	kg
	kg	3月	kg

2 「健康カード」利用を通しての指導

——個人指導の徹底——

たとえ、潜在的であるにしても一人一人の児童は、皆すべての面でよくなろうという意志を持っているはずである。つまり、眠っている健康観をどのようにゆさぶったらよいか、自分自身の健康管理の重要性や方法を理論的、心情的にわからせるにはどうしたらよいか、これらが保健室経営の難かしさかも知れない。しかしながら、そのためには一人の養護教諭だけでなく、保健室を中心として、全職員が有機的な関連をもって指導にあたる必要がある。このことが本校の保健目標「自分のからだは、自分で管理し、自分で守る」というねらいに迫る第一条件と思われる。そこで「やりぬく力。あたたかい心」の育成をめざす、本校教育目標にかかわる保健室における指導分担は、前述のとおり「自分のからだは、自分で管理し、自分で守る」ということの意識化実践化と押えた。そして「継続と自己評価」を基本的な観点として、児童の健康カードを作成し指導することにした。

健康カードは、学級担任が児童の実態を知るための最も基本的な資料にもなるのではないかと考えた。そのため、「一人一人の児童の健康状態を継続的に正確に記録し、全職員による一貫した保健指導を可能にする」ことが健康カード作成のねらいとした。

健康カードの活用


- ア けがの記録、病気の記録は、その都度本人が記録する。
- イ 体重は、隔月きめられた日の休み時間に各自測定しグラフに記録する。
- ウ 体力測定（背筋力、握力、肺活量）及び身長は、定められた日の休み時間各自が測定し、健康カードに記入する。
- エ 視力測定は毎月1回各自測定し、その結果0.9以下の児童については、別紙のカードを持たせ養護教諭と担任が管理と指導をおこなっている。
- オ 4月の健康診断の結果、疾病のあったものは、各自カードに記入し治療の確認をさせる。
- カ 計測検査の記録は、定期健康診断計測検査のときにこのカードを利用し直接記入させる。
(この場合は本人でなく記録者が記録してやる)
- キ ふだんの様子として体温（平熱）脈搏は、家庭で測定させ記録してくる。

以上のことを実行してみた。

健康カードは画用紙 $\frac{1}{2}$ の大きさで表・裏に書き入れるように作成し、最低の枚数で最大の効果をねらった。

——健康カード入れ——

下記のような健康カード入れをベニア板で校務員が作ってくれた。自分のカードがすぐ出し入れできるように男・女色別、学年、氏名、番号を表裏に大きくかけるようにした。また保健委員の児童たちと、花の切り絵などを作りはりつけた。そのため保健室が一段と明るくなった。

 1-1 <table border="1"> <tr> <th>月日</th> <th>内容</th> </tr> <tr> <td> </td> <td> </td> </tr> <tr> <td> </td> <td> </td> </tr> <tr> <td> </td> <td> </td> </tr> </table>	月日	内容							1-2 左に 同じ	1-3 左に 同じ	2-1 左に 同じ	2-2 左に 同じ
月日	内容											

健康カードからの児童の個人指導

- ア けがの多い児童は、健康カード記録をみて、どうしてこんなにけがが多いのだろう。どこ原因があるのだろうか……と自己反省させ、自己対策を立てさせるように指導した。
- イ ベッドを毎度利用している児童は自分の記録した健康カードによって原因を考え反省させ、それによって、生活態度などを変えていく動機づけにしてやった。

養護教諭は、それぞれの目的を持って訪れてきた児童に対して、個人指導を実施している。

以下、健康カードからの指導例を2、3拾ってみると、

事例 (1)

5年Y子、4時間目の給食近くに「先生—気分が悪いのですが、みてください」、養護教諭顔色をみて、「今朝、ごはんを食べてきましたか。……」何回か気分不良できまって4時間目終了近く保健室にきている。養護教諭も、その児童をマークし何か原因があると思い担任と話し合った。家庭と連絡をとるうちに母親が商売のため夜おそいので朝早くおきられず、時々朝食をぬいて登校するという実態がわかった。又家庭でも子どもの保健通いを知り気をつけるようになったので、朝食ぬきが少なくなってきている。

事例 (2)

3年男子、I君保健室にきて、「先生、気持ちわるいので熱を計ってください」「どうしたのだろうね。」「なんだかこのごろ調子が悪いんです。」先生、健康カードをみて、「I君、今月に入り4回も気分が悪いとか、頭痛できていますね。顔色もこのごろ、すぐれないし……。」I君、「僕、毎日塾に行っているんです。月曜と木曜は英語、火曜と土曜は空手、水曜はピアノとお琴なんです。夜9時までやっているんで疲れてしまうんです。……」 「そうだったの。」そこで養護教諭が、担任、児童指導の先生に相談をもちかけた。担任が家庭訪問や授業参観などの折、たびたび保護者と話し合った。初めのうちは理解してもらえなかったが、本人の発達段階に応じた生活の仕方、特に健康第一と言うことで、何回か話し合っているうちに、ようやく理解してもらえた。……\ ほどなくしてI君校庭で元気よく遊んでいる姿が見られるようになった。

事例 (3)

一年生のH君、モンキーから落ちて軽い骨折をする。担任「H君、今度はわかったでしょう。いつも落ち着きがなく、先生の話も、あまり聞いてないからですよ。」 養護教諭健康カードに記入しながら「今までも、すりきず、きりきず、打撲と随分多いわね。H

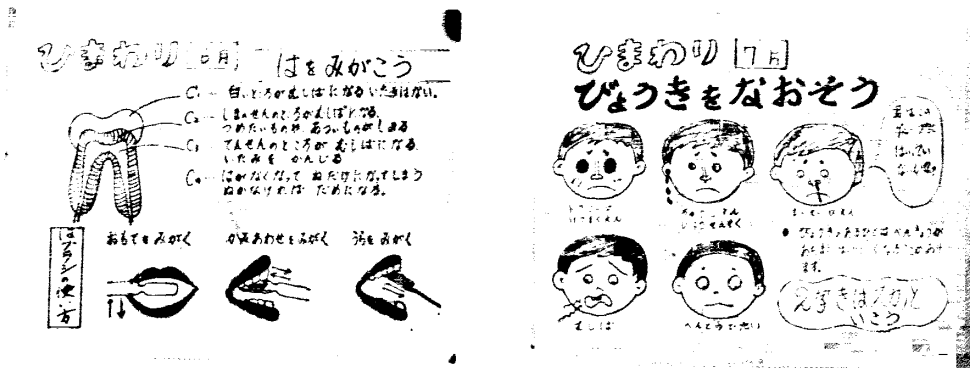
君はクラスで一番多いわよ。」H君ションボリしていた。あまりたびたび重なるので、担任と話し合う。……………まもなくしてH君の友達がけがをした。友達は重症だったこともあって大声で泣きながら医者に行き治療をうけた。このありさまをみていたH君に担任が、けがをした場合の他者への迷惑や影響などを、じっくりと話をしきかせた。それがあってからH君は、前のようなむこうみずな遊びは少なくなり、このごろでは落ちつき、人の話もよくきくようになってきた。

前にも述べたように、健康カードから児童の実態を通しての個人指導の徹底を意図的に実施、動機づけをはかっている。学級担任は、健康カードを随時使用して、児童の健康管理について学級で指導している。指導の主なもの、視力検査、体重測定、かぜの予防、近視の予防、う歯対策等、その時に応じて実施している。担任が学級指導した際、健康カード入れの下部に表をはって置き、記入することになっている。(継続指導の記録)

現在、総合的な記録というには、まだ、不十分な面もあり、衛生検査、学級保健簿、健康観察簿など、別々の用紙を利用している状態である。これ等をどこまで健康カードに取り入れ「自分のからだは、自分で管理し、自分で守る」という考え方を児童各自の健康観をゆさぶりながら、保健目標に迫らせて行くか、その難かしさを感じながらも、改善をはかりながら一步一步よりよい方向を目指して努力を続けていきたいと思う。

3 児童にわかりやすい、保健指導情報の提供

児童の健康管理に対する積極的な意欲を喚起し、確かな保健に対する理解を深めるために、保健室からの情報提供としてはいろいろあるが、次にその主なものをあげてみたい。ブクブクうがい、よい姿勢、かぜの予防、児童の発育、保健だより、プールについての諸注意、う歯予防、目の愛護、耳の大切さ、等がある。しかし、もっと児童たちがわかりやすく、興味をもつような情報を提供したいと考えた。そして情報をとおしての児童の変容が少しでも多く保健室に返ってくることを期待し、今年度より「ひまわり」(保健指導のめあて)を毎月発行することにした。



「ひまわり」より児童の反応

ひまわり5月号は「保健室の役目と使い方を知る」の主題は、保健室に来る時は、目あてを持って、それをはっきり言える子になって欲しいというものであった。

ごくあたりまえのことではあるが、なかなか実行されなかった。ひまわり発行されてから「〇〇が痛いので保健室にきました」「〇〇なのでみてください」など児童たちは、保健室に目的を持ってくるようになり、態度などの変わった者が多くみられるようになってきた。

「ひまわり」を発行することによって児童たちが、自分のからだに対し少しずつ関心をもつようになってきている。そして自主的に自分の健康管理を、おこなうものが多くみられるようになってきた。

Ⅲ お わ り に

以上のように、保健室コーナー制の運営と健康カードの活用を「自分のからだは、自分で管理し、自分で守る」というねらいのもとに進めてきたが、効果があった面としては、児童が自主的に自分のからだをきたえようとする、積極的な態度があらわれてきたことである。

まだまだ研究していかなければならない面も多く残されている。指導後の変容に関する実態把握など特に重要なことと思われる。科学的な評価を通してこそ、具体的な改善資料が生かされて「学校保健」がより深く、広く理解されることになるのではないだろうか。

かつての上司に何ごとにも「元氣」「根氣」「やる氣」が大切だと、よく指導をうけてきたが、その考え方を今後も生かし、ひとつ、ひとつ整理し改善しながら、健康で明るい西小の児童を育てていきたいと思う。

評

児童・生徒のう歯の罹患率が95パーセントを越えるようになった（足利市昭和47年以降）ことを考えると、児童・生徒も父母も共に健康への関心が、きわめて低いことを示すものであります。これは、う歯の例にとどまらず、学校における保健管理・指導の場合にも、健康の価値観は認めても、実践化の段階で消極的になっているのが現状ではないでしょうか。

本校で学校教育目標の具現化をめざして、全職員が保健管理・指導に取り組んで、積極的な手だてを考えていることに対し敬意を表します。本研究は、保健室の機能面を考慮した保健室の経営にはじまり、ひとりひとりの子どもへの働きかけを意図した健康カードの活用とその指導、また、保健指導情報の提供などは、養護教諭を中心とした理想的な研究方向であり実践となっています。

保健指導は、子どもの実践意欲を高め日常の習慣化をめざしているものであり、そのためには学級担任の指導の積み重ねが必要になります。学級担任の指導が、子どもの心を動かし、情緒に訴える働きかけとなるように、児童会、学級会を通した働きかけも考えられます。この研究を今後も継続し、職員の体制づくりから、地域社会への協力体制づくりへと前進されるよう期待いたします。