

健康について関心をもち、心豊かに生きぬいていこうとする生徒の育成 ～健康推進の観点から校訓『行学一体』の具現化を図る試み～

豊明市立栄中学校

1 学校の教育目標

本校では、校訓の「行学一体」の精神を基盤に、心豊かで実行力のある人格の形成をめざしている。校訓の「行学一体」の、「行」は「人間を磨くこと」、「学」は「学問を磨くこと」であり、この「行」と「学」の調和がとれてこそはじめて価値のある人間らしい人間が形成されるという考えのもと、「耐力」（健康で何事にも耐えぬく）、「自学」（自ら考え、進んで学ぶ）、「礼節」（礼儀正しく、秩序を重んずる）の3つの観点から教育目標として掲げている。

2 健康推進学校の概要

(1) 研究主題・仮説

本校の校訓「行学一体」には、内容として、心身の健康推進に通じることが包含されている。そこで、本校の校訓「行学一体」の精神を具現化する手立てを講じて、保健・体育・食・安全に関する指導の充実をはかるため、学校教育全般を通して組織的・効果的に進め、次のような主題・研究仮説を立て、指導に取り組むこととした。

研究の主題

- 健康について関心をもち、心豊かに生きぬいていこうとする生徒を育成する。
- 健康推進の観点から、校訓『行学一体』の具現化を試みる。

研究の仮説

校訓「行学一体」の精神を基盤に、各教科や道徳・総合的な学習の時間・特別活動といったあらゆる学校教育活動の場面で保健・体育・食・安全に関する指導を充実させることで、耐力が高まり、心豊かに生きぬいていこうとする生徒が育つであろう。

(2) 研究の構想

研究の仮説を検証するため、以下のような構想を立てて研究を進めた。

健康について関心をもち、心豊かに生きぬいていこうとする生徒

心づくり・体づくり

= 学校保健の充実

- 命を大切にすする心育てる。
- 心身の問題の早期発見と対処を図り、心の健康づくりに努める。
- 健康の保持増進に必要な知識・技能を身に付けさせる。

保健指導

各教科の指導
委員会
(啓発活動・環境整備)
道徳

体づくり・心づくり

= 学校体育の充実

- 心豊かで実行力のある人格の形成をめざし、健康で何事にも耐えぬく力（耐力）を高める。
- 教科体育の充実を図る。
- 体育的行事の充実を図る。
- 部活動の充実を図る。

各教科の指導

部活動
学校行事
総合的な学習の時間

生活づくり

=食育の充実・学校安全の推進

- 食に関する指導の充実を図る。
- 学校安全を推進する。

各教科の指導

委員会
(啓発活動)

基盤 校訓の「行学一体」の精神

3 健康推進学校の実際

(1) 心づくり・体づくり＝学校保健の充実

ア 本校の学校保健計画の見直し

本校の学校経営案を見直し、研究と関わって追記した点は以下の通りである。

- ・ 生涯を通じて健康で安全な生活を送るための基礎の育成
- ・ 組織的、効果的な生徒の保健管理と安全管理
- ・ 日常における健康的な生活習慣の確立
- ・ 学級活動における健康・安全指導の充実

イ 生活習慣アンケートの実施とその活用

生徒の生活習慣を把握し、保健指導の重点を明確にすることを目的として、生徒全員を対象にした生活習慣アンケートを実施した。このアンケートの結果は、学校保健委員会の資料として、参加した保護者にも配布した。

ウ 生徒保健委員会の活動の充実

生徒の保健委員会の活動は以下の内容である。

年間目標	健康管理に気をつけよう！
常時活動	健康観察、手洗い用石鹸の補充、手洗い場の清掃、換気、背面黒板の記入
呼びかけ	よりよい生活習慣を送る呼びかけ、風邪予防の呼びかけ
月別活動	(4月) 手洗い・朝食・ハンカチについてポスター作成 (5月) 生活習慣アンケートの実施 (6月) ぴかぴかトイレ大作戦～美化委員と共同による～ (6月・1月) 手洗い・ハンカチの点検活動 (8・9月) けが予防ポスターの作成 (10月) 風邪予防ポスターの作成、文化祭の体験ブースの設置 (11月) 生活習慣アンケートの実施 (1月) 手洗い・窓あけの点検活動

保健委員会の活動を全校生徒に周知するため、文化祭の展示発表のコーナーを活用し、平成21年度はけが防止や応急処置の仕方をポスターにして掲示した。また、平成22年度は感染症の予防について調べ、手についた細菌を採取したり、手洗いチェックをしたりできる体験ブースを設置した。また、平成22年度より「学校保健の月目標」を全校で取り上げ、毎月初めに生徒の保健委員が各クラスで発表することにした。各学級にも、従来からあった学校生活の週目標の他に、学校保健の月目標を掲示するコーナーを設けた。

エ 熱中症対策講座、薬物乱用防止教室の実施

平成22年夏は気温が上昇し、暑い日が続いたため、平成23年6月に大塚製薬より講師を招いて、スポーツ活動中の水分補給について講演を計画した。体の中の水分の役割や水分補給のポイントなどを学ぶことができた。また、7月に薬物乱用防止教室を全学年対象に実施した。それぞれ、強い心と体をつくるための知識を深めるよい機会となった。

オ いのちの尊重推進事業の実施

豊明市の次世代育成支援計画の一環で助産師と保健センターの職員の出前授業の形式で1年生と3年生を対象に「いのちの尊重推進事業」を計画した。

カ 特色ある学校づくりから（心の健康推進）

① 合唱の取り組み

本校は、特色ある学校づくりの一環として、合唱による集団づくりに力を入れ、生徒の心の成長を図っている。音楽の授業については、必修の各学級週1時間に加え、学年音楽を設定している。生徒の努力の成果は、文化祭・市内3中学校合唱祭といった音楽的な行事の他、入学式・PTA総会でも披露し、保護者や地域の方にも好評を得ている。また、卒業証書授与式の「答辞」の中に合唱を織り込み、感動的な式としている。音楽科の教科指導に加え、全校体制で「心」を育てることを重視している成果と考える。

② 挨拶運動を中心にした愛校運動の推進

生徒会活動の一環として、週番になった委員会が、担当者とともに、昇降口で挨拶運動に取り組んでいる。地域の方や来校者からは、よく挨拶ができているというお褒めの言葉をいただくことが多い。しかし、長年本校に勤務している教員からは「以前はもっとできていた」という声を聞く。部活動の場面、授業の開始・終了における挨拶や、廊下ですれ違った際の自然な挨拶ができるよう全校体制ですすめている。

③ ボランティアの募集

心を育てる活動として、教室のワックスがけやプール清掃などはボランティアを募って活動している。本校は水泳部が常設でないので、毎年プール清掃のボランティアは大切な活動になっている。平成23年度は、154名の生徒がプール清掃に参加した。これらの活動が、ボランティア精神を育成し、健康で安全な生活を送ろうとする意識を高めるとともに、健やかな心の育成にもつながっている。

④ 読書活動の推進

本校では、毎朝10分の読書タイムを実施している。この時間を活用して、思いやりをテーマにした読み聞かせを行った。1年生では、各学年の教員がローテーションで読み聞かせを行い、2年生では絵本をスクリーンに投影し、学校図書館司書と学年の教員との掛け合いで読み聞かせをした。読み聞かせ後の生徒たちの感想から、相手を思いやる気持ちを育てることができた。

(2) 体づくり・心づくり＝学校体育の充実

ア 体育大会

本校は体育大会を大きな行事の一つとしてとらえ、全校体制で取り組んでいる。一人一種目競技に参加し、よい記録を目指してそれぞれ練習に励んでいる。また、クラス単位で長縄跳びや綱引きを行っており、体育の授業だけでなく放課などを利用して練習する姿も見られ、心身の鍛錬に大きく寄与している。さらに、演技応援は3年生が中心となり、下級生に教え伝えることを伝統としている。体育大会テーマ「気魄」のもと、生徒が一丸となって、

主体的に演技をつくり上げていく形となるよう工夫して取り組んでいる。

イ 部活動の充実

本校は、部活動を以下のことに留意して行っている。

- 生徒主体の活動を通して、自主性を養う。
- 継続する練習を通して、強い精神力と体力を養い、技能を向上させる。
- 学年を超えて活動することで、上級生と下級生のよい関係を作る。
- 教育活動の一環という観点から、技能だけでなく、日常生活での様々な面での向上を図る。

学校生活の中で、授業、行事と同じように部活動の占める割合は大きい。基礎練習に時間をかけて、体力的にも技術的にも負けないチームづくりをしている部もあれば、少ない部員でありながらも、積極的に技術の向上を磨こうと部員同士で励まし合いながら活動している部もある。その甲斐もあり、現在は、朝礼で表彰伝達がない場合は減多にないほど多くの成果を上げている。また、結果だけでなく、挨拶・整理整頓といった基本的な生活習慣の育成にも力を入れてすすめている。さらに、1年生の入部に向けて、平成20年度より、小中連携の一環として学区の小学6年生を招いての「部活動見学会」を7月に行っている。

ウ 生徒体育委員会の活動

生徒の体育委員会の活動は以下の内容である。水曜日の放課は外で体を動かす日（体力づくりの日）と設定したり、バドミントン大会・ドッジボール大会・球技大会などの生徒主催の行事を開催したり、体育大会に向けた長縄跳びの練習を呼びかけたりするなど、運動を進める活動が増えてきたことも体力づくりへの意欲づけにつながっている。

年間目標	全力疾走 ～燃える魂をもって～
常時活動	体育器具・道具の管理，体力づくりの日のPR
呼びかけ	週1回の挨拶活動，プール清掃，球技大会の立案・準備・運営
月別活動	(4月～3月) 体力づくりの日PR運動 (4月) プール清掃 (5月) 体力テスト準備 (6・7月) バドミントン大会 (9月) 体育大会準備 (10月) ドッジボール大会 (2・3月) 運動アンケートの実施

バドミントン大会や長縄跳びの練習は、昼放課に帯日程で行うため、約束事として「授業開始に遅れない」ことを生徒から呼びかけている。また、バドミントン大会には教員も出場する。今年度は120人の応募があり、白熱した試合も多く、盛り上がった。

(3) 生活づくり＝食育の充実・学校安全の推進

ア 朝食アンケートの実施

食育の推進の一環として、保健主事が中心になってアンケートでの実態把握と啓発を目的に実施した。今回実施したアンケートでは、生徒たちの朝食に関する意識が向上していることがわかった。これは、平成21年度から少しずつ進めてきたさまざまな取り組みの成果と

考えられる。今後もこのような調査を継続し、食に対する関心・意欲を高めていきたい。

イ 生徒給食委員会の活動

生徒の給食委員会の活動は以下の内容である。

年間目標	給食の時間が守れるように配膳室での準備や片付けを素早くする。
常時活動	配膳室での準備・後片付け・清掃・完食の呼びかけ 時間を守って配膳するよう呼びかけ
呼びかけ	挨拶活動、今月の旬の野菜のPR活動
月別活動	(6月・1月) 残菜調査 (7月・12月・3月) 配膳台の清掃活動 (11月) バラエティランチの準備 (1月) 「学校給食週間」の実施 (2月) 給食感謝の会

残菜が少なかったクラスには、給食委員会から、賞状が授与された。中学生といえども、賞状が出ることは励みになった。毎月19日の食育の日には給食委員が、食育の日にちなんだ献立について昼の放送で説明している。

ウ 学校栄養職員と連携した食育の充実

成長期にある生徒にとって、健全な心身を育むための望ましい食習慣の形成は極めて重要である。そこで、本校の学校栄養職員と家庭科の教科担任のTTで授業を実施した。今回の授業では、実際の朝食メニューを書き出し、学校栄養職員の助言を聞きながら、生徒に自分の食生活を振り返らせた。そして、栄養バランスを考え、足りないものを見つけ、レベルアップさせようという試みである。自分の食生活を改めて振り返ることで、よりよい食生活・食習慣づくりのきっかけとなった。

エ 安全教育の推進

① 連れ去り防止教室

例年、1年生生徒を対象に連れ去り防止教室を実施している。女性教員を被害者に見立て、警察の方が変質者役となり、実演を交えた説明があったので生徒もよく理解できた。また、決して人ごとではないという意識やいざというときの対処の仕方を学ぶことができた。

② 情報モラル教室

本校では、基本として「中学生には携帯電話は必要ない」という方針で指導しているが、所有している生徒が多いのも事実である。携帯電話・インターネットの普及による危険性があるにも関わらず、危険性の認識が乏しかった実態を受け、全生徒を対象に実施した。

オ 現職教育における研修

教員の見識と関心を高めるために、現職教育を設定して健康推進に役立てた。

① 心肺蘇生法・救助袋活用法の研修

本校にもAEDが設置されている。AEDが咄嗟に活用できて救命された事例は多いと聞いているが、AED・心肺蘇生法について定期的に確認しておかないといざというときに対応できない。そこで、本校では年に1回、市の消防署の方を講師に招いて、研修に取り組んでいる。万が一のときに生徒の命を守ることにつながる大切な取り組みであり、教職員は真剣に取り組んでいる。

② 食育の研修

本校の栄養職員を講師として食育に関する研修を行った。全職員が参加して、共通理解し研修を深めた。当日は、まず教員自身の食生活を振り返るところから研修を進めた。農林水産省のHPにある「食事バランスガイド」の内容を学習し、「回れ！バランスゴマ君」という食生活をチェックできるソフトを活用した。自らの食生活を振り返るとともに、昨今の食をめぐる問題、健全な食生活のあり方を学んで、食に関する指導、特に学校における給食指導の大切さを実感できた。

4 考察と今後に向けて

(1) 心づくり・体づくり＝学校保健の充実について

- 生活習慣アンケートの実施により、健康推進の重点にすべきことが見えてきた。
- 啓発的な活動をして発信する場面など、生徒保健委員会の活動が活発になってきた。
- 全校体制の合唱・生徒で作上げる体育大会・ボランティア活動・読書活動は、心づくりに有効である。今後、練習時間の確保や指導のノウハウを先輩教師から若い先生に伝えていくことを課題として、学校のあらゆる教育活動の場面で進めていきたい。

(2) 体づくり・心づくり＝学校体育の充実について

- 部活動については特に「行学一体」の精神から、技能の向上だけでなく、心の成長につなげていくよう今後も心がけて進めていく。
- 体育委員会の活動で、体力づくりをPRする活動や活動の場を広げる試みがされており、参加する生徒にも好評である。また、アンケートの結果から「運動が好き」の割合が前年度より増えているため、今後さらに質を高めつつ継続したい。

(3) 生活づくり＝食育の充実・学校安全の推進について

- 給食委員会を中心に、食への関心を高める活動が活発に行われるようになってきた。
- 安全にかかる啓発活動は、その都度生徒の意識を変容させ、効果的なものになった。さらに学級担任を中心に体験的活動や外部の指導者から学んだことを実践へとつなげていく指導をすすめていきたい。

(4) まとめ

行学一体の精神を基盤に、あらゆる教育活動の場面で保健・体育・食・安全に関する指導を充実するよう努めてきた。生徒たちの健康に対する関心は少しずつであるが高まっている。今後は、指導の充実を進めながら、さらに生徒一人一人が心身の健康への関心をもち、健康課題を自分で解決する力を身につけさせながら、心豊かに生きぬいていく生徒を育成していきたい。