

児童生徒の健康課題に関する自己指導能力の向上を目指して
～特別活動担当としての働きかけを通して～

十島村立悪石島小学校 教諭 那須 孝之

【推薦のポイント】

- 本論文は、健康教育推進上の現代的課題や自校の実態をとらえ、「健康教育に関する自己指導能力を、児童生徒にどう育成するか。」「その育成に関して特別活動担当として、特別活動の視点からどのように関わればよいか。」という点から実践を積み上げた、価値ある論文です。
- 特に、「学級活動の基本的な学習の流れ」を踏まえて養護教諭や栄養教諭と指導案を共同作成しT・Tを実践していること、児童生徒に個人目標を設定させ深化させるとともに一人一人の変容の姿を的確に評価していることなど、優れた実践が成果につながっていることが、よく分かります。

目 次

1	研究主題	1
2	主題設定の理由	1
	(1) 現代社会の要請及び教育の動向から	
	(2) 児童生徒の実態から	
	(3) 本校の教育目標及び重点課題から	
3	主題の意味	2
	(1) 健康課題に関する自己指導能力とは	
	(2) 特別活動担当としての働きかけとは	
4	研究の目標と仮説	3
	(1) 研究の目標	
	(2) 研究の仮説	
5	研究の実際と考察	3
	(1) 実践Ⅰ：健康課題に関わる学級活動（２）の授業改善	
	(2) 実践Ⅱ：保健目標に向けた個人目標の取組	
6	全体考察	9
	(1) 教職員の変容について	
	(2) 児童生徒の変容について	
7	成果と課題	10
	(1) 成果	
	(2) 課題	
○	参考文献	10

1 研究主題

児童生徒の健康課題に関する自己指導能力の向上を目指して ～特別活動担当としての働きかけを通して～

2 主題設定の理由

(1) 現代社会の要請及び教育の動向から

近年のグローバル化や情報化の発展は著しく、豊かな生活を我々にもたらしている。一方、社会や生活環境の変化は児童生徒の心身の健康に大きな影響を与え、生活習慣の乱れや感染症、メンタルヘルスに関する課題など様々な健康課題が多様化、深刻化している。児童生徒が生涯にわたって健康な生活を送るためには、児童生徒が自身の健康課題を理解し、適切に対処していくことが必要である。

平成 31 年に策定された鹿児島県教育振興基本計画では、具体的施策「Ⅰ お互いの人格を尊重し、豊かな心と健やかな体を育む教育の推進」において、「健康教育の充実」が掲げており、主な取組として「児童生徒の健康課題の解決を図るために、学校の教育活動全体を通じた体系的な保健教育の充実を図る」ことを目指している。また、本校が設置されている十島村の教育行政施策においても「Ⅱ 豊かな心と健やかな体を育む教育の推進」において、「健康教育の充実」を掲げており、「自らの健康管理を育む健康教育の推進」「With コロナへの対応と児童生徒の健康の確保（学校保健活動の充実）」などが目指されている。

これらのことから、学校には今後より一層、健康教育の充実を通して、児童生徒が進んで健康の保持増進に取り組む力の育成を支える役割が求められている。

(2) 児童生徒の実態から

本校は小学校と中学校が併設された学校であり、令和 5 年度は 14 名（小学校 8 名・中学校 7 名）の児童生徒が在籍している。また、十島村では山海留学制度を取り入れており、8 名の児童生徒が鹿児島県内外から留学してきている。極小規模校、離島という物理的な制限はあるが、地域の方々は児童生徒を温かく受け入れ、学校と協働しながら児童生徒を支える雰囲気や活動が充実している。そのような中、児童生徒は豊かな自然に触れ、心の触れ合いの大切さを学びながら、たくましく成長することができている。一方、年度当初に児童生徒の健康に関して観察してみると、次のような課題が見られた。

- 毎朝の健康観察における生活チェックにて、月に数回程度、「朝食を欠食した」「就寝時間が遅かった」「寝坊した」と回答する児童生徒がいる。また、休日の過ごし方が翌日に影響し、体調不良を訴えたり、欠席したりする児童生徒も見られる。

月	保健目標	振り返り			
	具体策	十分できた	ある程度	あまり	全く
4	自分の体をよく知ろう。	6	4	1	0
	・積極的に体についての本を読む。 ・体力テストの結果を振り返る。				
5	身のまわりを清潔にしよう。	7	2	2	0
	・普段使うところの整理整頓を心がける（教室、集会室、通学路など）。				
6	歯と口の健康に気をつけよう。	6	5	2	0
	・朝、昼、夜の歯磨きを忘れない。 ・歯を磨くときはやさしく磨く。				
7	規則正しい生活をしよう。	6	2	4	1
	・1日のスケジュールを決めて生活する。				

資料 1 毎月の保健目標に対する振り返り

- 給食後に児童生徒全員が歯磨きを行っているが、丁寧

に磨けていなかったり、歯磨きをせずに遊びに行ったりする児童生徒がいる。

- 学校や家庭を問わず、スマートフォンやタブレット、ゲーム機器などを長時間にわたって使用する児童生徒が見られる。

- 毎月の代表委員会にて保健目標の具体策を話し合い、学校全体で取り組むようにしているが、「あまりできなかった」「全くできなかった」と回答する児童生徒がいる（資料 1）。

この実態から、児童生徒は離島という場でのびのびと成長しているものの、健康に留意して生活することについて様々な課題があることが分かった。さらに、島内には高等学校や専門学校がないため、進学を希望する生徒は中学校卒業と同時に島を離れることになり、多くは寮生活など自分の力で生活しなければならないことが予想される。

これらのことから、児童生徒が自身の健康課題を理解し、解決に向けて取り組もうとする力を向上させる本研究は、生涯にわたってこれからも大きく変化していく社会を生き抜いていく上でも意義深い。

(3) 本校の教育目標及び重点課題から

【学校の教育目標】 自らの目標に向かい、できるようになったことを認め合える調和のとれた心豊かな児童生徒の育成 ～波濤を越え、一步一步のあゆみがほこりと自信にかわる教育～		
【学校経営の基本方針】 (1) 人権・生命尊重の精神が貫かれ、一人一人のよさや可能性が最大限に発揮されるために、児童生徒に寄り添い、互いを認め合える教育活動を推進する。(自己肯定感を高め、自己実現を図る) (2) 生涯学習の基盤としての基礎基本の確実な定着を図り、自ら学び考え、共に生きる力を備えた、社会の変化に主体的・創造的に対応できる児童生徒の育成に努める。(未来への確かな学力) (3) 教育環境の整備、美化など、学ぶ場にふさわしい環境づくりを推進し、心身ともに健康・安全で情操豊かな児童生徒の育成を図る。(学びの場の充実) (4) よき伝統や教育的風土を大事にし、地域の拠点となる学校づくりに努め、家庭・地域や関係機関との相互の連携により、児童生徒の健全育成と開かれた学校づくりを推進する。(地域の中の学校) (5) 全職員が協力し、教育専門職として絶えず自らの資質を高めるとともに、児童・生徒・保護者及び地域の期待や信頼に応える教育を推進する。 (協働性と資質の向上)		
【重点課題】 ① 少人数、小中併設校のよさを生かした教育活動の充実、基礎学力の定着	② 差別やいじめを許さず、認め合い、励まし合える集団づくり	③ 気力・体力、運動能力の向上 (心身の健康、食育、運動の日常化、病気・感染症予防)
【重点課題解決のための具体策】 (略)	(略)	(1) 児童生徒の実態に応じた「一校一運動」の計画的取組の推進 (2) 少人数や異年齢活動のよさを味わせる体育指導法の工夫・改善 (3) 個に応じた主体的・継続的な気力・体力づくりの指導法の工夫 (4) 保健に関する全体指導「すこやかタイム」の計画的取組の推進 (5) 衛生的習慣の確立と自らの健康づくりに取り組む保健活動の推進(「新しい生活様式」に基づいた日常生活の実践、うがい・手洗いや咳エチケット他、感染症予防対策取組の徹底) (6) 各種避難訓練の充実と危険予知。回避能力を高めるKYT指導の推進 (7) 準備・配膳・食事・後始末・あいさつ等給食指導の徹底及び食育の推進 (8) 毎月の安全点検の確実な実施(児童生徒目線での実施)

資料2 悪石島小中学校の学校経営要綱

本校の教育目標は、「自らの目標に向かい、できるようになったことを認め合える調和のとれた心豊かな児童生徒の育成～波濤を越え、一步一步のあゆみがほこりと自信にかわる教育～」である。教育目標の実現に向け、資料2の基本方針や重点課題が設定されている。資料から分かるように、本校の教育目標に向けた重点課題の達成に向けて、全職員で協力し健康課題に対する取組を充実させていくためにも、校務分掌の担当教員同士が連携や支援を行うことが重要であると考えられる。

3 主題の意味

(1) 健康課題に関する自己指導能力とは

「健康課題」に関して文部科学省(2017)は、児童生徒の現代的な健康課題として「肥満・痩身、生活習慣の乱れ、メンタルヘルスの問題、アレルギー疾患の増加、性に関する問題のほか、時代の変化とともに新たに生じる多様な健康課題」と述べている。また、健康な生活を送るために必要な力として、「心身の健康に関する知識・技能」「自己有用感・自己肯定感(自尊感情)」「自ら意思決定・行動選択する力」「他者と関わる力」の4点を挙げている。この力を育成していくには、「学校における教育活動全体を通じて行うことが必要であり、学校の全ての教職員が連携して取り組むことが重要である」と述べている。

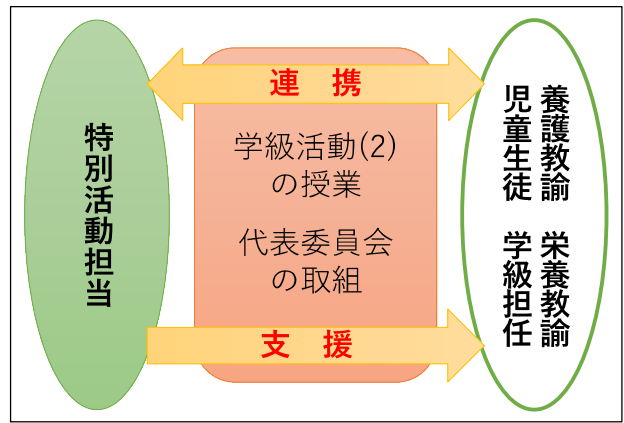
「自己指導能力」について文部科学省(2022)は、「主体的に問題や課題を発見し、自己の目標を選択・設定して、この目標の達成のため、自発的、自律的、かつ他者の主体性を尊重しながら、自らの行動を決断し、実行する力」と述べている。

これらのことから、本研究における「健康課題に関する自己指導能力」とは、「自己の心身の健康に関する課題に気付き、よりよい解決方法を意思決定したり、実践したりすること」である。

(2) 特別活動担当としての働きかけとは

小学校学習指導要領解説特別活動編では、特別活動の指導を担当する教師として、「特別活動の各内容の特質に応じて、教師間の望ましい指導の組織と役割の分担を明確にし、指導計画の作成・実施の過程を重視して、協力体制を図っていく必要がある」と示されている。

このことを踏まえ、「特別活動担当としての働きかけ」とは、資料3のように「校内特別活動担当として児童生徒や、指導に当たる学級担任や養護教諭、栄養教諭への連携や支援を行い、自己指導能力の育成を特質とする学級活動(2)や、保健目標に関して話し合いを行っている代表委員会などの特別活動に関する教育活動を改善していくこと」とする。



資料3 特別活動担当としての働きかけ

自己指導能力の育成を特質とする学級活動(2)や、保健目標に関して話し合いを行っている代表委員会などの特別活動に関する教育活動を改善していくこと」とする。

4 研究の目標と仮説

(1) 研究の目標

児童生徒の健康課題に関する自己指導能力の向上のために、特別活動担当として学級担任や養護教諭、栄養教諭、児童生徒との連携や支援を行う働きかけの有効性を明らかにする。

(2) 研究の仮説

特別活動担当として、以下の視点からアプローチを行えば、児童生徒の健康課題に関する自己指導能力が向上していくであろう。

【視点1】健康課題に関わる学級活動(2)の授業改善

健康課題に関わる学級活動(2)の内容「ウ 心身ともに健康で安全な生活態度の形成」「エ 食育の観点を踏まえた学校給食と望ましい食習慣の形成」の学習において、学級担任や養護教諭、栄養教諭との連携・支援を通して、児童生徒の実態を踏まえた授業づくりを行うようにする。

【視点2】保健目標に向けた個人目標の取組

児童生徒や学校職員と連携し、保健目標の取組を見直し、児童生徒が自己の健康課題に応じた取組となるように改善を図るようにする。また、児童生徒が取組を日常的に意識し、実践できる工夫を行うようにする。

5 研究の実際と考察

(1) 実践I：健康課題に関わる学級活動(2)の授業改善

ア 歯と口の健康教室について（令和5年6月実施）

本校は、毎年6月上旬の「歯と口の健康週間」に合わせて、学級活動の時間に「歯と口の健康教室」を実施している。指導内容については養護教諭が作成し、各学級で学級担任とともに指導に当たる。しかし、本校の養護教諭は昨年度大学を卒業し、今年度赴任したばかりであったため、指導内容を作成する際に働きかけを行った。各学級で指導した題材、働きかけた対象は以下のとおりである。

題材	「上手な歯の磨き方」(ウ 心身ともに健康で安全な生活態度の形成) 小学1・2年生…6歳(第1大)白歯と上手な歯の磨き方 小学3・4年生…噛むことと上手な歯の磨き方 小学5・6年生…むし歯の原因と上手な歯の磨き方 中学生(合同)…歯周病、健康な歯でいるために今からできること
働きかけた対象	養護教諭, 学級担任, 児童生徒

(7) 指導案の作成について

まず、養護教諭とともに昨年度の指導案や資料について確認した。すると、歯を大切にするためのポイントや歯磨きの仕方など各学年ともに発達の段階に応じて工夫したものであったが、以下のような学習活動を取り入れた授業に改善するようにした。

- 自己の課題に気付く活動
- 課題の原因を追求する活動
- 課題の解決方法を意思決定する活動
- 意思決定したことに取り組み、生活をよりよいものへと改善する活動

そこで、新たに取り入れる学習活動の必要性について記載されている資料として、国立教育研究所が発行している特別活動指導資料に記載されている学級活動(2)の指導の流れ(資料4)を養護教諭とともに確認した。



資料4 特別活動指導資料「学級活動(2)の指導」

その後、児童生徒自身が健康に関して生活をよりよいものにしていくためには、「健康に関する課題に気付く、課題に応じた取組を決め、実践していくこと」が大切であることを共通理解し、小学校の指導案の作成に当たった。各学級の大きな指導の流れは資料5の通りである。また、今後、学級活動(2)の指導を考える際に生かすために、以下のことについても確認した。

- 学級活動(2)の指導の流れは、題材が変わっても同じであるので、各学習段階でのねらいをもとに、学習活動を工夫すること。
- 各学年ともに同じ題材であるため、さぐる段階の必要性の実感を促す養護教諭の情報提供のみ、発達の段階に応じて工夫すること。

養護教諭はこの後、指導の流れを工夫しながら中学生に向けて行う授業の指導案を作成していた。また、養護教諭からこの指導案づくりや実際に授業を行って感じた思い(資料6)を聞くことができた。

学級	第1・2学年	第3・4学年	第5・6学年	事前の活動～つかむ段階
ねらい	生え変わりが始まる時期において、第1大臼歯や正しい歯磨きの仕方を知り、これからの歯磨きの仕方について意思決定し、歯を大切にする態度を育てる。	歯が生え変わる大切さや正しい歯磨きの仕方を知り、これからの歯磨きの仕方について意思決定し、歯を大切にする態度を育てる。	永久歯へ生え揃う時期において、むし歯の原因や正しい歯磨きの仕方を知り、これからの歯磨きの仕方について意思決定し、歯を大切にする態度を育てる。	題材に関する自身の課題に気付くようにする。 (課題の把握)
指導の流れ	事前の活動	日頃の自身の歯磨きについて振り返るアンケートに取り組む。		さぐる段階
	つかむ	アンケート結果からこれまでの自分の歯磨きについて振り返り、めあてをつかむ。		なぜ課題が起きているのか原因を明らかにし、解決の方向性をはっきりとする。 (原因の追求)
	さぐる	しっかりと歯を磨くことができていない原因を話し合う。		発達の段階に応じて、課題を解決する必要性に気付く。 (必要性の実感)
	みつめる	6歳臼歯や歯磨きの大切さの話聞く。	生え変わった永久歯を観察し、歯が生え変わる大切さや歯磨きの話を聞く。	実際に活動したり、資料を活用したりして、課題を解決する方法を出し合う。 (解決方法の話し合い)
	きめる	染め出し液を使用し歯磨きを行い、磨き残しがある部分に気づく。上手な歯の磨くための方法を話し合い、ポイントをもとに実際に歯を磨く。		きめる段階
事後の活動	決めた目標に沿って実践し、実践を振り返る。		自身の課題に応じた解決方法を定める。 (個人目標の意思決定)	
			事後の活動	決めた目標に沿って実践し振り返り、生活をよりよいものへと改善していく。 (個人目標の意思決定)

資料5 「上手な歯の磨き方」指導の流れ

【考察】

養護教諭に働きかけ、指導案の作成を行ったことは、指導者が児童生徒の健康課題を解決していくために指導の流れを理解し、実践していく上で有効であったと考える。これは、養護教諭が自身で中学生に向けた指導案を作成したことや、資料6の下線部から分かる。

今年度、初めて養護教諭として赴任したため、授業をどのように進めていくか分からない中、基本的な指導の流れや、子どもとの関わり方を教えてもらったのがよかった。決めたことを継続的に取りこませることに迷いがあったが、まずは1週間取りこませることで、今後につながるよい機会になったと感じた。養護教諭だけで授業をすることもよかったが、担任の先生と一緒にすることで授業の雰囲気も感じられ、学校全

資料6 養護教諭の感じた思い

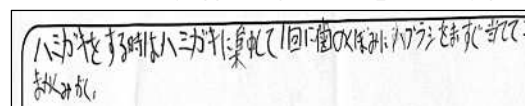
(イ) 授業の実際について

作成した指導案をもとに各学級担任と養護教諭で授業を行った。資料7は、第3・4学年のみつける段階で、歯の磨き残しがあった部分を出し合っている場面である。きめる段階では、児童はみつける段階で気付いた磨き残しのあった部分を中心に、これからの歯磨きの仕方について意思決定していた（資料8）。



資料7 磨き残しを出し合う様子

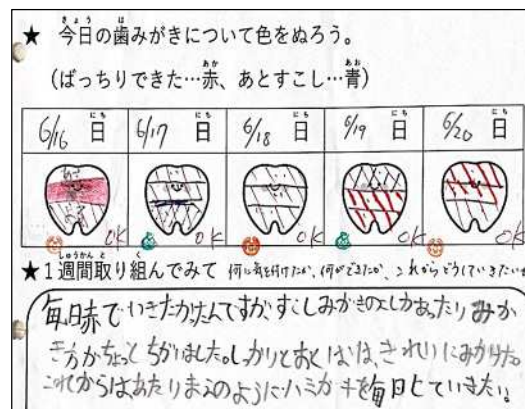
授業後は、各児童生徒が意思決定したことを意識しながら歯磨きに取り組むことができるように、がんばりカード（資料9）を活用して5日間取り組ませた。また、学級担任は学級通信等で授業の様子を伝え、家庭に取組の協力を依頼するようにした。取組後は、児童に振り返りを記述させるようにした。



資料8 A児の意思決定した取組

〔考察〕

授業において「つかむ」「さぐる」「みつける」「きめる」という段階を経て行った意思決定は、児童生徒が自己の課題に応じた取組を決める上で有効であったと考える。これは、児童が歯の磨き残しを出し合ったり（資料7）、これからどのようなことに取り組んでいくか具体的に記述したりしている（資料8）様子から分かる。また、毎日の取組状況を記入できるがんばりカードや、実践の場を提供したことは、児童が意思決定したことに取り組む上で有効であったと考える。これは、資料9の児童の毎日の取組状況や振り返りの記述から分かる。



資料9 A児の取組状況、振り返り

イ 食に関する指導について（令和5年7月実施）

本校は毎年、十島村立口之島小中学校に在籍している栄養教諭が来校し、学級活動の時間に「食に関する指導」を実施している。今年度は7月に実施することになり、指導内容については村教育委員会が作成している「食に関する指導案集」をもとに、栄養教諭が各学級で学級担任とともに指導に当たる。ここでは、担任している学級（小学5・6年）の指導に際して、指導内容を作成する際に栄養教諭に働きかけを行った。学級活動年間指導計画を基に指導した題材、働きかけた対象は以下のとおりである。

題材 「朝食の働き」（エ 食育の観点を踏まえた学校給食と望ましい食習慣の形成）
働きかけた対象 栄養教諭，小学5・6年児童

(ア) 指導案の作成について

まず、題材に関する指導案の確認を行った。すると、朝食を摂ることが身体に与えるよい影響について考えたり、これからの児童自身の朝食の摂り方について意思決定したりする場面があるなどの工夫したものであった

学級	第5・6学年		
ねらい	<input type="checkbox"/> 朝食の大切さや働きを知り、健康によい朝食の摂り方を意思決定することができる。 <input type="checkbox"/> 進んで朝食を食べ、健康な食生活を送ろうとすることができる。		
指導の流れ	事前の活動	日頃の自身の朝食について振り返るアンケートに取り組む。	
	つかむ	アンケート結果からこれまでの朝食について振り返り、めあてをつかむ。	
	本時の活動	さぐる	朝食に関する課題が生まれている原因について話し合う。 朝食の大切さや働きについての話を聞く。
		みつける	自身の朝食の課題に応じて、課題を解決する方法を見つける。
		きめる	自身の課題に応じた解決方法を決める。
	事後の活動	決めた目標に沿って実践し、実践を振り返る。	

資料10 「朝食の働き」指導の流れ

が、以下のような学習活動を取り入れた授業に改善するようにした。

- 自己の課題に気付く活動 課題の原因を追求する活動

このことを踏まえ、これまでの指導案を改善したもの（資料 10）を栄養教諭に提案し、共通理解を図った。学習カード（資料 11）に関しては、児童自身が朝食に関する課題に気付き、よりよい解決方法を意思決定したり、実践したりするために、学習活動に応じて、必要な事項を 1 枚の用紙にまとめる工夫を行った。

(イ) 授業の実際について

作成した指導案をもとに、栄養教諭とともに授業を行った（資料 15）。資料 12 はつかむ段階で提示した朝食に関するアンケート結果である。学級に在籍する児童が少ないため担任の結果も含め、児童が朝食に関する課題に気付いたり、共感したりすることができるようにした。

さぐる段階では、それぞれの課題の原因について話し合った。すると、児童からは「起きる時間が決まっていないので、遅く起きたときには朝食を食べないことがある」「バランスよく食べていない」などの意見が出た。さらに、課題解決の必要性に気付くために栄養教諭から朝食の働きについて話をする場を設定した（資料 13）。すると、児童は日頃の自分の様子を振り返りながら、朝食の働きについて大切なことを学習カードに記入していた。

みつける段階では、それぞれの課題に応じた解決方法を見つける場を設置した。すると、A児は「朝起きる時間が決まっていない」「自分で朝食の準備をあまりしていない」という課題を解決する方法を考えていた。また、B児は山海留学生であり、この学習の数日後に実家の佐賀県に帰省するため、実家では「毎日、母親に用意してもらっている」という課題を解決する方法を考えていた。

きめる段階では、みつける段階で考えたことを基に、これからの朝食の摂り方について意思決定していた（資料 14）。

資料 11 「朝食の働き」学習カード

朝食に関するアンケート		
質問	はい	いいえ
毎日決まった時間に食べている		
赤・黄・緑の食べ物をバランスよく食べている		
自分で準備をしている		

資料 12 朝食アンケート結果



資料 13 栄養教諭の話

かんたんな物でもいいからごはんを作る
(じぶんは、レタ、豆腐)

資料 14 A児の意思決定した取組

資料 15 本時の板書

授業後は、児童が意思決定したことを意識しながら、がんばりカードを活用して5日間取り組ませた。また、朝食は家庭の協力が必要なため、家庭へ学級通信等で授業の様子を伝えたり、取組への協力を依頼したりした。取組が終わった後は、児童に取組状況を振り返らせ、記述させた(資料16)。

【考察】

授業において事前の活動で朝食に関する課題に気付くアンケートを実施したことは、児童が自己の課題に応じた取組を決める上で有効であったと考える。これは、さぐる段階で児童が自身の朝食に関する課題の原因を見つけたり、課題に応じた解決方法を話し合ったりして(資料15)、これからどのようなことに取り組んでいくか具体的に記述したりしている(資料14)様子から分かる。また、毎日の取組状況を記入できるがんばりカードや、実践の場を提供したことは、児童が意思決定したことに取り組むだけでなく、実践を通してさらによりよい朝食へとなるように、自分にできることに取り組んでいく上で有効であったと考える。これは、資料16の毎日の取組状況や振り返りの「前の日に準備をしたり、前の日の残り物を食べたりした」という記述から分かる。

【実践Ⅰを終えて】

資料17は、令和5年度7月に本校職員を対象に実施された4点法による学校評価(校内自己評価)アンケート結果の一部である。実践Ⅰに取り組んだものの、この結果から健康教育や保健指導に関して、児童生徒の実態に応じた取組や個別への対応が不十分であるという課題が見られた。特に、保健

目標に関して、個別の対応や取組、習慣化させることが不十分であることが分かった。実践Ⅱでは、この課題に向けて、児童生徒が自らの健康課題について取り組んでいけるよう工夫したい。

(2) 実践Ⅱ：保健目標に向けた個人目標の取組

本校は、毎月最終木曜日に代表委員会を実施し、各委員会からの活動報告や次月の生活目標、保健目標に向けた具体策などを児童生徒が話し合っている。自分たちの学校をよりよくしようと児童生徒が協力し合う姿が多く見られるが、資料1や資料17のように、次のような課題も見られた。

- 毎月の代表委員会にて保健目標の具体策を話し合い、学校全体で取り組むようにしているが、「あまりできなかった」「全くできなかった」と回答する児童生徒がいる(資料1)。
- 各委員会からの活動報告、生活目標に向けた具体策、保健目標に向けた具体策など、話し合う議題が多く、時間内に終わらないことがある。
- みんなで取り組む具体策を話し合っているが、決まったことが当たり前のことであったり、具体的でなかったりしている(資料1)。
- 保健目標や給食目標に関して、個別の対応や取組、習慣化させることが不十分であると感じている(資料17)。

このような課題を解決するために、以下のような改善、働きかけを行うようにした。

12日(水)	13日(木)	14日(金)	15日(土)	16日(日)
△何しなかつた	○前の日にしなかつた	○あまり焼きたり作らなかつた	○温せん約を作らなかつた	○そばを作らなかつた
◎よくできた ○できた △もう少し				
<頑張ったことや、気づいたことなど>				
出来るだけ自分で準備をしようとした。温せんやおそばを作るのができた。朝食準備が出来ないときは、前の日に準備したり残り物を食べた。これから出来る様に朝にははましましひいていきたい。				

資料16 A児の取組状況、振り返り

評価項目	7月	文章評価(○成果・●課題)
基本的な生活態度の育成と習慣化がなされるよう指導した。	3.0	●歯科指導やすこやかタイム等で保健関係の話をしているが、習慣化についての確認や実態把握ができていない部分がある。健康観察や日常の姿から、好きなことを優先した生活をしてしまう児童生徒に対する個別の指導が不十分であった。
家庭と連携した衛生的習慣の確立と、自らの健康づくりに取り組む保健活動の推進ができた。	2.8	○離島という環境をよく理解して、安全や健康面によく気を配れていると感じる。 ●保健・給食目標を掲示しているが、生活の中で頭の中に入れていない児童生徒が少なくない。毎月の反省で「実施しようとしなかった」「できなかった」の声があった。個別や実態に合った内容の保健指導の実施が図れなかった。
月毎の生活・保健・給食目標の共通理解と共通実践の徹底に尽くした。	2.8	
保健指導の充実を推進できた。	2.8	●毎月保健目標を話し合っているが、子供たちの意識は不十分だと感じる。

資料17 学校評価(校内自己評価)アンケートの結果

- 改善**
- ・ 毎月の代表委員会にて保健目標の具体策を話し合わずに、児童生徒一人一人の個人の実態に応じた目標を設定する。
 - ・ 児童生徒が設定した個人目標を掲示し、取組の意識化や継続化を図る。また、学校全体で取り組んでいくようにする。

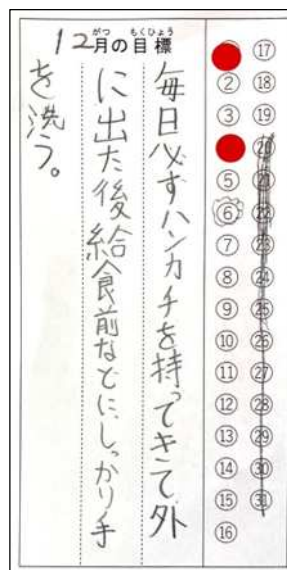
働きかけた対象 教職員，児童生徒

(ア) 個人の実態に応じた目標設定について

まず、委員会活動の時間を中心に児童生徒会の体育・衛生部と担当教員で、次月の保健目標について話し合うようにした。年度初めに校務分掌担当教員より各月の保健目標については提案されていたが、児童生徒会としての保健目標を決めるようにしたところ、体育・衛生部の児童生徒と担当教員、養護教諭が意見を出し合いながら、次月の保健目標について話し合う姿が見られた。決まった各月の保健目標は、資料18の通りである。

10月	目を大切にしよう
11月	寒さに負けない体をつくろう
12月	風邪やインフルエンザを予防しよう。

資料18 各月の健康目標



資料19 個人目標シート

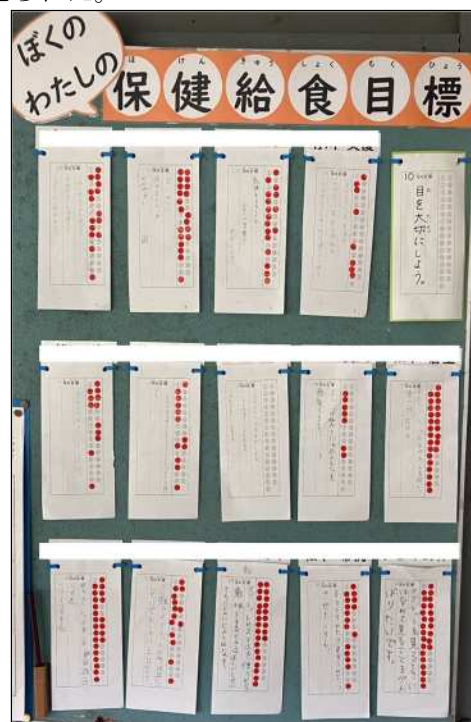
次に、代表委員会や委員会活動などの時間に、体育・衛生部長から全校児童生徒に、次月の保健目標を説明したり、個人目標シートを配布したりするようにした。資料19のように個人目標シートは、個人目標を記入する欄と取組の達成状況を視覚化できるように、達成した日には丸シールを貼ることのできる欄を設けた。個人目標を設定する際には、「いつもしている・できている、取り組みやすい目標」ではなく、「少し頑張れば達成できる目標」に取り組むことで成長することを児童生徒や職員同士で共有し、個人の実態に応じて目標を設定するようにした。児童生徒は実態に応じて、学級担任や養護教諭からアドバイスをもらったり、話し合ったりしたことをもとに個人目標を設定していた。また、取組が達成できると笑顔でシールを貼る児童生徒の姿なども見られた。さらに、月の途中に設定した個人目標を見直し、新たに目標を設定し直す児童生徒の姿も見られた。

(イ) 個人目標の掲示（資料20）について

本校は給食後に保健室で歯磨きを行うようにしている。そのため、児童生徒が個人目標の意識化や継続化を図ることができないかと考え、全児童生徒の個人目標を保健室前に掲示するようにした。すると、児童生徒は給食後に保健室に集まり、取組状況に応じてシールを貼ったり、シールを貼り忘れていた児童生徒同士が声をかけ合ったりする姿が見られた。また、児童生徒の取組状況に応じて、各学級担任や養護教諭からも児童生徒に声かけするなどの姿も見られた。

〔考察〕

個人目標シートを活用したことは、児童生徒が各月の保健目標に向けて、自身の実態に応じた取組を決めたり、取組への意欲を高めたりする上で有効であったと考える。これは、児童生徒が個人目標を意思決定し、日々の取組状況を振り返っている（資料19）様子から分かる。また、個人目標を保健室前に掲示したことは、意思決定したことに取り組むだけでなく、取組の意識化、継続化を図る上で有効であったと考える。これは、取組に対して児童生徒同士で声をかけ合ったり、各学級担任や養護教諭からも児童生徒に声かけをしたりするなどの姿が見られたことから分かる。



資料20 個人目標の掲示

6 全体考察

(1) 教職員の変容について

ア 教職員学校評価アンケートの結果から

令和5年7月に本校職員を対象に実施された4点法による学校評価アンケートを令和5年12月にも実施し、本研究に関わる項目において比較を行った。資料21のとおり、全ての項目において平均値の上昇が見られた。

評価項目	7月	12月	12月文章評価（○成果・●課題）
基本的な生活態度の育成と習慣化がなされるよう指導した。	3.0	3.1	○児童生徒の心身の状態を気かけるとともに、進路に関しての話を聞いたり、声をかけたりしていきたい。
家庭と連携した衛生的習慣の確立と、自らの健康づくりに取り組む保健活動の推進ができた。	2.8	3.1	○保健目標への取り組みを改善し、一人ひとりが意欲的に取り組む姿が見られた。 ○掲示板を活用し、保健・給食目標に対する <u>個人目標を頑張ることができる環境が整えられていた。</u>
月毎の生活・保健・給食目標の共通理解と共通実践の徹底に尽くした。	2.8	3.4	○健康管理を呼びかける声かけができた。 ○保健担当の教員を中心に、月毎の保健や健康に対する目標を丁寧な定め、きめ細かい指導行っていた。
保健指導の充実を推進できた。	2.8	3.4	●家庭との連携として保健だより等での呼びかけはできたが、連携した習慣の確立には結びつかなかった。

資料21 教職員学校評価アンケートの結果

また、文章評価からも、教職員が児童生徒に対して「心身の状態を気かける」「健康管理を呼びかける声かけができた」などの関わりを行ったことも分かった。さらに、「保健目標への取組を改善し、一人一人が意欲的に取り組む姿が見られた」などの保健目標に向けた個人目標の取組を成果として記述している文章評価も見られることから、教職員や児童生徒に働きかけを行い保健目標に向けた個人目標への取組を行ったことが有効であったと考える。しかし、児童生徒の健康課題に関する自己指導能力の向上には、文章評価の課題として見られる家庭との連携も重要であるため、今後は家庭と連携した健康指導の在り方を明らかにしていく手立てを考える必要がある。

イ 養護教諭の取組から

資料22は、11月に養護教諭が児童生徒を対象に行った歯科指導で、児童生徒が記入した歯磨きシートの様子である。養護教諭は、実践Iで示したように一学期に学級活動の時間を活用して学級担任とともに歯や口に関する指導を行ったが、その後の児童生徒の日々の歯磨きの不十分さを改善したいという思いから、個別に指導を行う取組を実施した。養護教諭は染め出し液を用いて児童生徒が歯磨きの課題に気付くようにしたり、これから気を付けることを決めさせたりと、一学期の取組との関連をもたせながら指導に当たっていた。また、養護教諭は歯磨きシートに励ましのコメントを記入し、保健室内のホワイトボードに掲示すると、昼食後に気を付けることを意識しながら歯磨きを行う児童生徒の姿が見られた。これは、実践Iにおいて、養護教諭に児童生徒の課題に応じた解決方法を意思決定する学級活動(2)の指導案作成や、授業実践に向けた働きかけを行ってきた結果であると考えられる。



資料22 歯磨きシートの掲示

養護教諭は染め出し液を用いて児童生徒が歯磨きの課題に気付くようにしたり、これから気を付けることを決めさせたりと、一学期の取組との関連をもたせながら指導に当たっていた。また、養護教諭は歯磨きシートに励ましのコメントを記入し、保健室内のホワイトボードに掲示すると、昼食後に気を付けることを意識しながら歯磨きを行う児童生徒の姿が見られた。これは、実践Iにおいて、養護教諭に児童生徒の課題に応じた解決方法を意思決定する学級活動(2)の指導案作成や、授業実践に向けた働きかけを行ってきた結果であると考えられる。

(2) 児童生徒の変容について

資料 23 は、毎月の保健目標に対する児童生徒の振り返りの結果である。一学期に比べ二学期は、「あまりできなかった」「全くできなかった」と回答している児童生徒の人数が減少しているのが分かる。また、資料 24 は、10月から実施した実践Ⅱにおける個人目標の達成率(取り組むことができた日数を月の日数で割ったもの)である。月を重ねるにつれて達成率の上昇が見られ、児童生徒の個人目標へ取り組んだ回数が増加していることが分かる。さらに、保健目標に向けた個人目標の取組に関して児童生徒に自由記述のアンケートを実施すると、資料 25 のような回答が見られた。これらのような児童生徒の姿が見られたのは、児童生保健目標に向けて自己の課題に応じた個人目標を設定して取り組んだり、取組状況を把握できる個人目標シートを掲示したりしたことが有効であったと考える。このことは、本研究で目指す「自己の心身の健康に関する課題に気づき、よりよい解決方法を意思決定したり、実践したりする」という「健康課題に関する自己指導能力」が向上した姿が見られたと捉えることができる。

学期	月	保健目標	児童生徒の振り返り			
			十分できた	ある程度	あまり	全く
1	4	自分の体をよく知ろう。	6	4	2	0
	5	身のまわりを清潔にしよう。	7	2	3	0
	6	歯と口の健康に気をつけよう。	6	4	2	0
	7	規則正しい生活をしよう。	6	2	3	1
2	9	病気を予防しよう。	5	4	2	0
	10	目を大切にしよう。	4	6	1	0
	11	寒さに負けない体をつくろう。	8	2	1	0
	12	風邪やインフルエンザを予防しよう。	9	2	1	0

資料 23 毎月の保健目標に対する児童生徒の振り返り

月	達成率(%)
10	57.4
11	64.3
12	78.6

資料 24 個人目標の達成率

・目ひょうを立てる前は体力づくりや色いろなことができていなかったけど、目ひょうを立てたらできなかったことができるようになった(小2児童)。
 ・目ひょうをがんばると、自然に目ひょうができる自分になっていき、うれしかった(小4児童)。
 ・目標に対して「達成しよう。」という気持ちが強くなった。また、体を動かす機会が増えてよかった(中2生徒)。
 ・目標を立てたことで、より健康に注意深くなったり、気をつけたりすることができた。また、シールを貼ることで見返したときに、達成感を感じることができた(中3生徒)。

資料 25 個人目標の取組に関するアンケート記述

7 成果と課題

(1) 成果

- 教職員に働きかけ、健康課題に関する学級活動(2)の授業改善や、保健目標に向けた個人目標の取組を行ったことは、教職員の保健指導の推進や健康管理に関する児童生徒への関わりを行う上で有効であった。
- 児童生徒に働きかけ、保健目標に向けて自己の課題に応じた個人目標を設定させたり、取組状況を把握できる個人目標シートを掲示したりしたことは、児童生徒の健康課題に関する自己指導能力を向上させる上で有効であった。

(2) 課題

- 家庭と連携した児童生徒の健康課題に関する自己指導能力を高める手立てを明らかにする必要がある。
- 保健目標に向けた個人目標の取組において、より具体的な目標設定に向けた手立てを明らかにする必要がある。

○ 参考文献

- ・鹿児島県教育委員会「鹿児島県教育振興基本計画」2019
- ・十島村教育委員会「令和5年度十島村教育行政施策」2023
- ・文部科学省「現代的健康課題を抱える子供たちへの支援～養護教諭の役割を中心として～」2017
- ・文部科学省「生徒指導提要」2022
- ・文部科学省「小学校学習指導要領解説特別活動編」2018
- ・国立教育政策研究所「みんなで、よりよい学級・学校生活をつくる特別活動(小学校編)」2019