

## 体験活動を取り入れた保健教育の指導方法に関する研究

市川美代子\*・青柳直子\*\*

(2016年10月28日受理)

### Study of Health Education Teaching Methods using Experience-based Activity

Miyoko ICHIKAWA and Naoko AOYAGI

キーワード:保健教育, 体験活動, 養護教諭

主体的に心身の健康づくりに取り組む児童を育成するためには、学校、家庭、地域社会の連携のもと、児童一人一人が、心身の健康についての意識を高め、健康な生活を実践するために必要な知識を身に付けたり、生活の中で実践したりすることが重要である。本研究では、児童が主体的に心身の健康づくりについて考え、行動するための指導の在り方や、児童が主体的に心身の健康づくりに取り組む実践力を高めるための学校、家庭、地域社会の連携の在り方について検討を行うため、小学校での実践事例の分析と大学生を対象とした保健に関する授業に関する調査を実施した。結果として、体験活動を取り入れた保健学習やチームティーチングによる保健指導により、児童は授業に興味をもち、学んだ知識を活用するなど、自分の生活に生かす態度の変容につながる様子がみられた。大学生調査では、養護教諭が印象に残る保健の授業や健康教育を実践することが、望ましい健康行動の実践の継続に寄与し、健康教育の効果持続性につながることを示唆された。

### はじめに

近年の社会環境の変化や生活様式の変化は、児童生徒の遊びや身体活動の不足、偏った食生活など基本的な生活習慣の乱れをもたらしている。また、人間関係の希薄化など、児童生徒の心身の健全な発育・発達に影響を与えている。学校においては、こうした複雑で多様な健康課題に適切に対応していくことが求められており、児童生徒に生涯にわたり健康に生きていくための能力を培う健康教育の充実はきわめて重要である。学習指導要領では、児童生徒の「生きる力」をよりいっそう育むことを目指し、変化の激しいこれからの社会を生きるために、確かな学力、豊かな心、健やかな体の知・徳・体をバランスよく育てることが大切であると示されている(文部科学省, 2008)。生きる力の基盤が形成される学童期に学校、家庭、地域社会が連携して、児童に生涯を通じて自らの

---

\*茨城県日立市立大久保小学校。

\*\*茨城大学教育学部。

心身の健康を適切に管理し、改善していく知識や能力を育成していくことは不可欠である（茨城県学校・地域保健連携推進事業連絡協議会，2008）。

そこで本研究では、小学校における健康教育活動の取り組みに関する検討と大学生を対象とした回想調査を行い、児童が心身の健康づくりについて主体的に考え、取り組むための実践力を高めるための指導の在り方や学校、家庭、地域社会の連携の在り方について明らかにすることを目的とした。

## 研究方法

### （1）健康教育活動の実践事例

I 県内の A 小学校において実践した健康教育活動について検討を行った。本研究では、平成 21 年度より学校教育活動全体を通じた健康教育として実践している「体験活動を取り入れた保健学習およびチームティーチング（以下、TT）による保健指導」「児童保健委員会が中心となって健康意識を高める児童集会」「学校、家庭、地域社会と連携した健康教育活動」の 3 つの活動内容について取り上げ、個別に検討を行った。

### （2）保健に関する授業についての質問紙調査

本研究では、小学生の時期に養護教諭および担任から受けた保健に関する授業内容（保健学習、保健指導）、授業形式および学習内容の定着状況について、無記名の調査票を用いた回想調査を行った。調査実施に際し、回答は強制ではないこと、研究目的以外で結果を使用しないこと、個人が特定されることはないことなどについて口頭で説明した。対象者の調査票の提出をもって研究協力への同意を得たと判断した。対象は関東地区 I 県内の B 大学教育学部養護教諭養成課程 2 年次および 3 年次の 87 名（女性）であった（回収率 100%）。調査は 2015 年 10 月～2016 年 7 月に実施した。

## 結果および考察

### （1）健康教育活動の実践事例に関する検討

#### 1) 体験活動を取り入れた保健学習およびチームティーチングによる保健指導について

【事例 1】第 5 学年 学級活動「けがの状況報告と応急手当をしよう」

指導内容として、けがの防止の意識を高め、自他の生命を大切にする態度の育成と、保健学習で学んだ応急手当を日常生活で実践できるよう実習を取り入れた。グループごとにけがの状況報告を行い、児童相互で良いところを伝えあうように指導したところ、保健学習で一度学んだ内容の応急手当の実習であったこともあり、児童は学んだ知識を活用して実践する様子がみられた。

【事例 2】第 6 学年 保健学習「病気の予防」

病気や免疫力に関する講義を導入で養護教諭が行い、その後、児童は病気の予防法についてグル

ープでブレインストーミングを行い、発表を行った。結果として、グループ内で積極的に意見交換をし、友達の意見を取り入れながら自分の生活と照らし合わせるなど、今後の生活を改善していこうとする様子がみられた。

担任と養護教諭のTT(図1)により、児童のワークシートを確認しながら机間指導にあたるなど、児童一人一人に合わせた個別指導が可能となった。また授業に体験活動や実習をとり入れやすくなることから、指導内容の充実がより図りやすくなることが示された。児童のワークシートには、「授業がよくわかった」「楽しかった」「保健の授業はとても大切だと思った」「学んだことを自分の生活にどう生かせばよいのかが分かった」などの意見が多く書かれており、授業で一人一人により充実した個別指導の実践を図ることができたと考えられた。



図1 養護教諭と担任によるTTの実践

## 2) 児童保健委員会が中心となって健康意識を高める児童集会について

健康意識を高める児童集会の実践として、児童保健委員会が中心となり、平成21年度より「歯と口の健康集会」を実施しており、寸劇や〇×クイズなどで歯や口腔の健康課題について取り上げている(図2)。本集会の実践後、平成21年度はう歯が1本もない児童の割合は29.2%であったが、平成27年度には46.2%に増加した(図3)。児童集会の実践を重ねることで歯や口腔の健康状態が向上している様子がうかがえ、児童の意識向上や行動変容につながっていることが示唆された。

また、児童に集会の振り返りカードを記入させるなどの評価活動を取り入れることが、保健委員会の児童の達成感や自己効力感の向上や、健康教育のリーダーとしての意欲の向上につながる様子がみられた。この他、児童が6年生など身近な存在に興味をもち、健康行動のモデルとしている様子がみられ、低・中学年の児童においても効果的であることが示された。

戸部ら(2011)は、保健の授業づくりに行動科学の考えを取り入れることで子どもがよりよく変わっていくと述べている。健康に結びつく行動変容のポイントを保健教育に取り入れ、実践していくことは非常に有効である。保健教育の役割のひとつは、子どもたちに健康の大切さを認識させるとともに、「なぜ」健康的な行動を実践することが大切なのかを理解できるようにさせることである。まずは、心の中に働きかけ、健康の大切さや健康行動の重要性の認識を高めながら「行動への

意欲を高めること」が大切である。健康と健康行動の重要性に気づくことができる「生きて働く知識」を得ることが、その後の行動実践の基礎となる。

また、健康行動を日常的に実践していくためには、子どもたちがその行動について「自己効力感」を持つことが大切である。自己効力感とは、「自分はその行動をうまく行うことができる」という見通し、すなわち自信である（アルバート・バンデューラほか、1997）。自己効力感を持っていないければ、たとえ健康行動の大切さを認識していても行動しようとする意識が高まらない。実際に行動を「行う実力があるか」ではなく、「本人ができると感じているかどうか」が重要になってくる。

保健教育の中で子どもの自己効力感を育むことは、健康行動への意欲を高めるために非常に重要である。一人一人の成功体験は、自己効力感につながることから、授業の中で子どもの成功体験を促すことによって、自己効力感を高めることができる。振り返りカードの活用などの教材の工夫により、自己効力感を育みつつ、望ましい行動変容を促すことが可能となるであろう。



図2 児童保健委員会による歯と口の健康に関する集会の実践

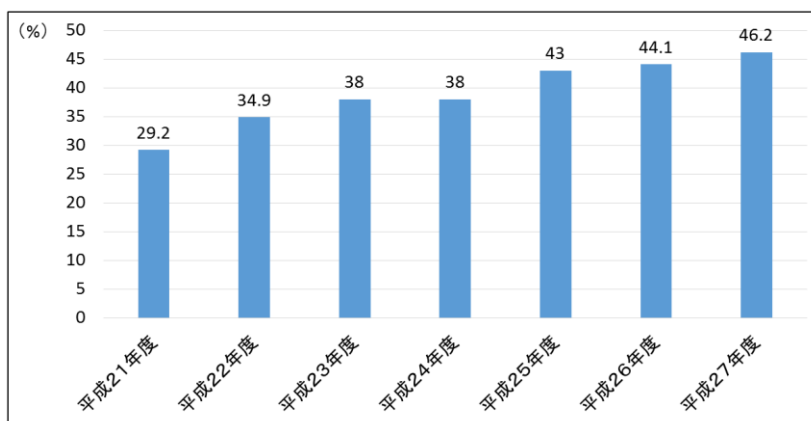


図3 う歯無し児童の割合の推移

### 3) 学校、家庭、地域社会と連携した健康教育活動について

#### 【事例1】学校保健・安全委員会

当該中学校区の校種間連携の推進および学校、家庭、地域社会との連携のため、幼稚園、保育所、中学校の関係職員が参加する学校保健・安全委員会を平成21年度より実施しており、児童の心身の健康づくりに関して専門的な立場からの指導を受けている(図4)。


<ul style="list-style-type: none"><li>・平成21年度「あるある辞典 牛乳～あなたの骨は大丈夫?～」 講師 栄養教諭, 栄養士</li><li>・平成22年度「生活習慣病の予防」 講師 高萩市健康づくり課保健師, 秋山地区健康推進ボランティア</li><li>・平成23年度「テレビやゲームと目の健康について」 講師 学校眼科医</li><li>・平成24年度「放射線について」 講師 学校医</li><li>・平成25年度「小中連携薬物乱用防止講演会」 講師 元麻薬取締官</li><li>・平成26年度「地域で取り組む健康づくり」 講師 高萩市健康づくり課保健師</li><li>・平成27年度「食物アレルギーについて」 講師 学校医</li></ul>	
---	---

図4 学校保健・安全委員会の内容

#### 【事例2】地域で取り組むゲーム・テレビオフデーの推進活動

A 小学校の児童は、全国学力・学習状況調査(文部科学省, 2012)と比較すると、ゲームやテレビの視聴時間が長く、家庭での読書時間が短い傾向がみられた。このため、平成24年より家庭と連携して「ゲーム・テレビオフデー」を実施している。しかし、小学校のみが実践しても、保育所、幼稚園児の弟妹や中学生の兄姉がいる家庭では取り組みにくいという課題が指摘されたため、学校保健・安全委員会で協議し、平成25年度から学区全体でこの活動を推進している。

また、学校眼科医とも連携し、講演や保護者への指導、眼科の待合室での携帯ゲームの使用禁止などを行うなど、活動が地域全体へと広がっており、学校保健・安全委員会の積極的な取り組みにより、地域との連携が促進されている様子が見えてきた。

藤田(2008)は、渦を取り巻く四種の性格の異なる仕事、すなわち「子どもの実態把握」「子どもへの働きかけ」「教職員との連携と協働、条件整備・基盤づくり」「家庭との連携や支援、地域との連携と協力」が、ある組織的な取組に向けて編み合わされることによってそれらが合力となり、その学校に取り組み(保健活動)の渦がつくられていくと述べている。

どのような渦がつくられるかは、学校の諸条件、教職員集団の質や養護教諭の経験と力量によっ

て、また、子どもたちの抱える健康課題によってそれぞれ異なるが、共通していることは、四種の仕事が目的に合わせてうまく編み合わされたときに渦のエネルギー(合力)が生み出されるということである。養護教諭の実践は、この渦づくりを目指すことだともいえる。地域に具体的にどのような働きかけていくのか、家庭・地域との連携・協力を図るための一例として、A 小学校の取り組みは活用できる点が多いと考えられる。

## (2) 養護教諭による保健に関する授業(保健学習, 保健指導)

### 1) 授業を受けた経験

本研究では授業者として養護教諭に視点をおき、検討を行った。

養護教諭による保健に関する授業を受けた経験の有無については、「受けたことがある」と回答した者は68% (59人)、「受けたことがない」は14% (12名)であり、約7割の学生が養護教諭による保健に関する授業を受けていた(図5)。

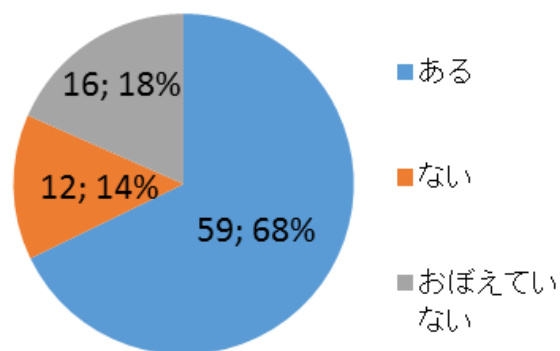


図5 保健に関する授業を受けた経験の有無  
(人; %)

### 2) 授業の実施学年

保健に関する授業を受けた時期については、「5年生」(32人)が最も多く、次いで「4年生」が28人であった(図6)。

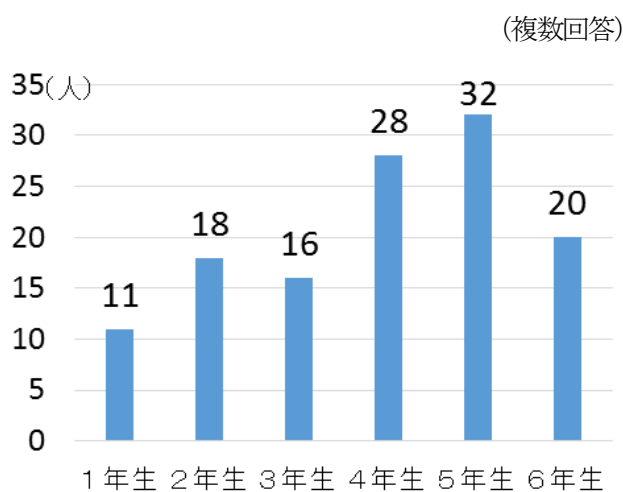


図6 保健に関する授業を受けた学年

### 3) 授業内容

養護教諭が行った授業内容については、「性に関する内容」(47人)が最も多く、次いで「歯科に関する内容」(33人)が多く挙げられていた。性や歯科に関する学習内容については、養護教諭が特に多く指導を行っていることが分かった(図7)。加納ほか(2016)は、小学校において養護教諭が実践する保健指導として、歯磨き指導を中心とする「歯・口の健康」、月経の手当てとマナーを主とする「性」や基本的な生活習慣などの「健康な生活」に関する学習内容が多いことを報告しており、本研究においても概ね同様の結果が得られた。

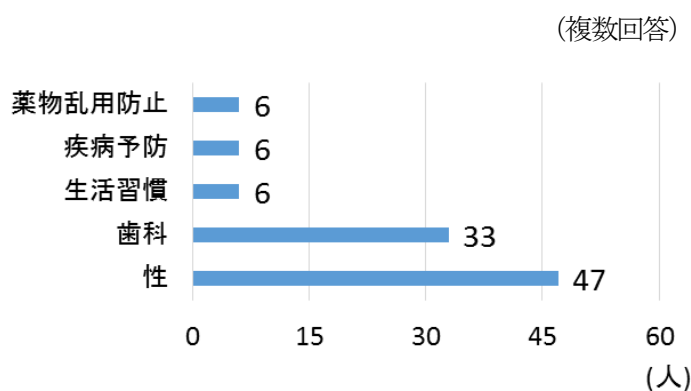


図7 保健に関する授業の学習内容

#### 4) 授業形態

授業の実施形態については、「養護教諭による単独の授業」が44人、「担任と養護教諭によるTT」が34人であり、養護教諭が単独で行っているケースがより多いという結果であった。

授業形態を学習内容別にみると、「薬物乱用防止」を除くいずれの項目においても養護教諭単独による授業実施の割合が高かったが、特に「性に関する内容」ではその割合がより高い様子がみられた(図8)。「薬物乱用防止」においては、担任や外部講師とのTTが多くなり、学習内容によって効果的な授業形態をとっている様子がうかがえた。

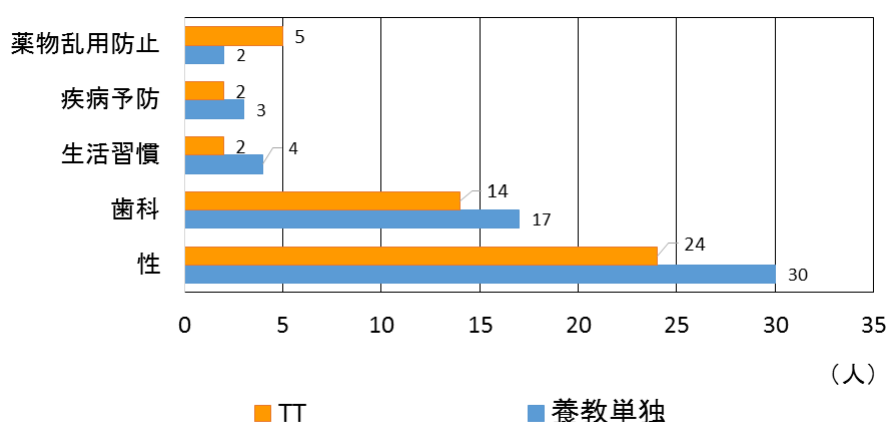


図8 学習内容別の授業形態

#### 5) 授業で印象に残っている学習内容

養護教諭から保健に関する授業を受けた経験があった者のうち、97% (57人) が指導された内容が印象に残っていると回答しており、養護教諭による指導が10年以上経過した時点でも記憶に残っていることが推察された。印象に残っている学習内容としては、「月経指導」が46人で最も多く、次いで「歯科指導」が16人、「いのちの誕生」が3人であった。学習内容を現在も継続して実践していると回答した者もみられ、継続的な実践化へとつながっている様子がうかがえた。

印象に残っている理由としては、「初めて聞いた内容だったから」が22.8% (13人) で最も多かった。次いで「教材が興味深かったから」21.1% (12人)、「自分のからだのことで不安に思っている内容だったから」「女子のみ別室での指導だったから」が各々19.3% (11人) で多く挙げられていた(表1)。これらのことから、保健室で把握した児童の健康課題や身近な内容を授業で取り上げ、養護教諭の特質を生かしながら、児童の興味関心を惹く教材の工夫や体験活動を伴う内容の工夫をすることが重要であると考えられた。

一方、「自分だけ別室で個別指導されて恥ずかしかった」との回答もみられたことから(1人)、指導を行う時間や場所、内容については十分に検討し、配慮しながら取り組む必要があることが示された。



表1 養護教諭の授業が印象に残っている理由

印象に残っている理由	% (人)
・初めて聞いた内容だったから	22.8 (13)
・教材が興味深かったから	21.1 (12)
・自分のからだのことで不安に思っている内容だったから	19.3 (11)
・女子のみ別室での指導だったから	19.3 (11)
・養護教諭の指導が珍しかったから	12.3 (7)
・体験学習だったから	12.3 (7)

(上位6項目のみ、複数回答)

### まとめ

本研究の結果より、保健指導や保健学習に行動変容のポイントを考慮した体験活動を取り入れたり、指導内容の精選や系統立てたITを実践したりするなど、指導方法や指導形態の工夫は児童の健康行動の実践力の向上につながることを示された。また、大学生への調査においても、印象に残る保健の授業や健康教育を養護教諭が実践することが、望ましい健康行動の実践の継続に寄与し、健康教育の効果持続性につながることを示唆された。

養護教諭による健康教育は、児童の健康課題の多様化や複雑化などの面から今後さらに重要性を増すと考えられる。指導にあたっては、養護教諭の特質を生かし、学校・家庭・地域と連携した健康教育の推進を図りながら、指導内容、指導形態、教材、時間や場所などについて、十分検討し配慮しながら実践することが重要である。

### 引用文献

- アルバート・バンデューラ (編) . 本明寛. 野口京子. 春木豊. 山本多喜司 (訳) . 1997. 『激動社会の中の自己効力』 (金子書房) .
- 藤田和也. 2008. 『養護教諭が行う「教育」とは何か』 (農山漁村文化協会) .
- 茨城県学校・地域保健連携推進事業連絡協議会. 2008. 『児童生徒の健康づくりのための学校・地域保健の連携』 .  
<http://www.edu.pref.ibaraki.jp/board/welcome/soshiki/soshiki/hotai/hoken/pdf/kennkou.pdf> (最終アクセス日 2015年10月25日)
- 加納亜紀, 上村弘子, 田嶋八千代, 高橋香代. 2016. 「養護教諭が行う保健指導の現状 -個別及び集団の保健指導の校種間比較-」 『学校保健研究』 57, 323-333.
- 文部科学省. 2008. 『小学校学習指導要領解説 体育編』 (東洋館出版社) .
- 文部科学省初等中等教育局. 2012. 『全国学力・学習状況調査報告書』 .
- 戸部秀之, 齋藤久美. 2011. 『行動科学を生かした保健の授業づくり』 (少年写真新聞社) .