

# 分科会



第1分科会

歯・口の健康づくり

発表者

宮城県仙台市立泉松陵小学校 養護教諭 阿部 しずか

岩手県大船渡市立綾里中学校 養護教諭 今野 和子

## 進んで歯や口の健康づくりができる児童の育成を目指して

～学校・家庭・歯科校医と連携・協働した歯の衛生モデル校としての取組～

平成29、30、31年度 仙台市立四郎丸小学校（前任校）の実践

宮城県仙台市立泉松陵小学校

養護教諭 阿部 しずか

### 1 はじめに

仙台市の東部に位置し、特別支援学級2学級を含む全16学級(平成31年度)の中規模校である。本校では、教育目標として「人間性豊かで実践力のある子どもを育てる」を掲げ、目指す児童像「やさしく」「かしこく」「元気よく」の具現化のために日々教育活動を行っている。仙台市教育委員会から平成29・30・31年度の3年間「歯の衛生モデル校」の認定を受け、「元気よく」については、重点目標の一つに「歯や口の健康に興味・関心を持たせる活動の推進」を掲げ、学校・家庭・歯科校医と連携・協働した取組を行った。

### 2 各年度の目標設定

3年間は年度ごとに目標を立て、歯科校医から助言をいただきながら評価・反省を行い、効果的な実践の在り方を探った。

#### 【平成29年度の目標】

本校の歯科の実態を把握し、保護者に発信し、歯や口の健康に興味・関心を持たせる。

#### 【平成30年度の目標】

「歯や口の健康に関する歯科指導全体計画」を教育計画に位置付け、歯や口に関する知識を身に付けさせる。

#### 【平成31年度の目標】

食育も含めた保健指導は年間を通して行うことにより、歯と口の健康に関する意識の向上や習慣の定着を図る。

### 3 歯と口の健康づくりの実践

#### (1) 保健指導

全クラスにおいて、6年間の発達段階に合わせた保健指導を行っている。学級活動では、担任や養護教諭、歯科衛生士が連携を図り各学年の目当てに合わせた指導を行った。また、学級活動だけでなく発育測定の際にも活用し、年間を通して繰

り返し取り組んだ。1年生から積み重ねた学習により、むし歯予防に関する知識の定着や歯肉炎に関する意識が高まった。

#### ① 歯科指導<3年間継続した取組>

6月の歯と口の衛生月間に学級活動として低学年から歯肉炎に関する指導を行った。

(補助資料1 参照)



#### ② 発育測定<3年間継続した取組>

毎年、発育測定時に歯肉炎予防についての保健指導を行っている。その際、子供たちが歯と口の健康課題を自分ごととして捉えられるように、健康診断結果をグラフ化して提示し、意識付けを行った。

#### (2) 保護者との連携

家庭でも健康づくりに関心を持ち、歯磨きが習慣化するように、学校での指導内容を伝えたり、保護者とともに実践することを促したりすることで、連携を図った。日常的に家庭において、会話の中に歯磨きの話題が出たり、児童が保護者に励ましてもらいながら磨いたりするようになった。

#### ① 生活習慣チェックシート<3年間継続した取組>

長期休業明けの1週間、全校で生活習慣チェックシートに取り組んだ。その中に歯磨きの項目を設け、歯磨き習慣を振り返った。平成31年

度は、自分の目標を達成できている児童の割合は冬休み明けに90.2%となり、朝と夜の歯磨きが習慣化している児童が3年間で約4%増加した。

② 家庭での染め出し<2年目からの取組>

歯科指導の一環として学校で行っていた歯の染め出しを、年2回長期休業中に家庭で行った。保護者と児童と一緒に磨き残しや口腔の状態を確認することを目的とし、染め出しを行った。

③ 保護者対象の講演会<2年目の取組>

歯科校医を講師として、7月のフリー参観日に保護者を対象に「酸蝕症って知っていますか?」というテーマで講演会を行った。食後30分間は歯磨きを控えた方が良く、スポーツドリンクは糖分が多く小腸での水分吸収率があまり高くないことなど、新しい情報を知ることができた。

④ 教育面談での受診勧告<3年目の取組>

毎年、う歯の治療率が低いという課題があった。夏休み中の教育面談の際、治療が済んでいない家庭へ担任から受診を促した。特に、乳歯の未処置歯についても、かみ合わせや永久歯への影響などもあることを伝えた。それにより、夏休み中に受診した児童が増加した。

(3) 歯科校医・歯科医師会との連携

歯科校医と連携を密に図り、専門的な立場からの指導をいただいた。学校・家庭・歯科校医が連携することで、児童、保護者が歯と口の健康に興味・関心を持つきっかけとなった。

① 歯科衛生士による歯科指導<3年間継続した取組>

1年生と6年生の歯科指導の際には、歯科衛生士に来校していただいた。指導前には、歯科校医・歯科衛生士と指導の流れを確認しながら入念な打合せを行った。磨き残しや歯肉の状態を児童がセルフチェックした後に歯科衛生士に確認してもらい、専門的な立場からアドバイスや正しい磨き方を教えてもらう貴重な機会となった。

② 歯科校医からのビデオメッセージ<2年目の取組>

歯科校医から全校児童に向けたメッセージビデオを作成し、朝の時間に全校に放送した。歯科衛生士からはむし歯予防や歯肉炎予防について教えてもらい、歯科校医からは寝る前の歯磨きの大切さやおやつをとる時間や回数に

ついて話をいただいた。

③ 教職員対象の研修会<2年目の取組>

歯科校医を講師として、教職員対象に「酸蝕症」をテーマに酸のコントロールや適度な砂糖の摂取、歯肉炎等について幅広く講話をいただいた。児童へ伝える側の教員が専門的な正しい知識を身に付ける学びの機会となった。

④ 図画・ポスターの作成<3年間継続した取組>

毎年、3・4年生が歯・口の健康に関する図画・ポスター作成に取り組んだ。出来上がった作品は校内掲示をし、全校へ啓発を行った。さらに、宮城県のポスターコンクール中学年部に応募したところ、平成30・31年度と2年連続で優秀賞をいただき、児童の意欲付けにもつながった。



⑤ 「歯とお口の健康教室」への参加<2年目からの取組>

平成30年度、平成31年度は、歯科医師会館で「歯とお口の健康教室」に参加した。位相差顕微鏡を用いてむし歯や歯肉炎の原因となる細菌が実際に動いている様子を観察したり、咬合力の測定や口腔内カメラで六歳臼歯の細かい溝などを観察したりすることで、自分自身の歯と口に興味・関心を持ちながら学習することができた。学んできたことを3年生の代表児童が全校へ発表し、児童から児童へ伝える活動となった。



(4) 健康診断

健康診断を健康づくりの意識を高めるための機

会とし、検診の意味を理解させたり検診結果を保健指導の場面で活用したりした。児童が自分の体について興味・関心を持って検診に臨む姿が見られたり、健康課題を自分ごととして捉えたりするようなきっかけとなった。

① 事前調査の活用<3年間継続した取組>

歯科検診事前調査票を作成し、歯科検診前に保護者が子供の口腔状態等について事前に記入した。調査票の中で、保護者から出た質問事項には、検診時に校医の先生から助言をいただき、コメントを記入し保護者へ返却した。

② 事前指導<2年目からの取組>

歯科検診の前に、検診時歯科校医が話す記号の意味について事前指導を行った。

③ 健康診断結果の活用<3年目の取組>

自分ごととして捉えられるように、発育測定や歯科検診の事前指導などのあらゆる場面で健康診断結果を活用した。子供たちは自分の学年の結果に興味・関心を持つようになった。

(5) 保健委員会

児童が主体となり、歯と口の健康づくりについて児童から児童へ伝える取組を行った。児童の中でより身近な健康課題として認識し、自分の生活習慣について考えるきっかけとなった。また、保健委員自身の自己有用感の高まりにもつながった。



① 歯と口の衛生週間<3年間継続した取組>

保健委員会の児童が歯や口の健康に関するクイズや紙芝居を作成し、昼の放送で発表した。児童に分かりやすくするために、児童の案で学校のキャラクター「知ろう丸くん」を用いたオリジナルの紙芝居を作成した。また、歯の染めだしの手順についてもビデオを作成し、長期休業中の家庭での実施を呼び掛けた。

② 歯と口の健康啓発標語の募集<3年間継続した取組>

歯と口の健康に関する標語の作品募集を全校に呼び掛けた。毎年全ての作品の中から、各

クラスの優秀作品1点を保健委員会の6年生児童が話し合いをしながら選んだ。さらに、その中から各学年最優秀賞を1点選び、宮城県歯・口の健康啓発標語コンクールに応募した。また、3年間で児童が考える標語に変化も出てきており、初年度はむし歯予防に関するものがほとんどであったが、3年目は歯肉炎予防に関する標語が増え、児童の歯肉炎に対する意識の高まりがうかがえた。

(6) 食育との連携

栄養教諭と連携を図り、食育の面からも歯と口の健康に関するアプローチを行った。栄養教諭、養護教諭、担任がそれぞれの立場から指導することにより、児童がかむことの大切さや自分の食生活を含めた歯と口の健康について考えるきっかけとなった。

① かみかみ献立<3年目の取組>

毎月19日の食育の日を「かみかみ献立」の日とし、各教室では児童がかみごたえ表を確認しながら一口30回かむことを意識して給食を食べている様子がみられた。また、給食室からの一口メモでも、かむことの大切さや唾液の役割について取り上げ、食育の面からの歯と口の健康について啓発を行った。



② 教科との関連<3年目の取組>

2年生の道徳「かむかむメニュー」(節度、節制)では、栄養教諭と養護教諭も入り、それぞれの立場からかむことの大切さや唾液の役割等について指導を行った。教科においても、担任・栄養教諭・養護教諭が連携して一つの授業を作り上げるきっかけとなった。

(7) 「健康タイム」<3年目の取組>

児童が自らの体に関心を持ち、さらに健康になるための望ましい生活・食・運動習慣を身に付けていくきっかけづくりを目的とし、新たに「健康タイム」を設けて年間を通しての指導に取り組んだ。栄養教諭と養護教諭が連携し指導を行った上で、学級にお

いても振り返りを行い、児童一人一人に自分の生活習慣を考えさせる機会となった。(補助資料2 参照)

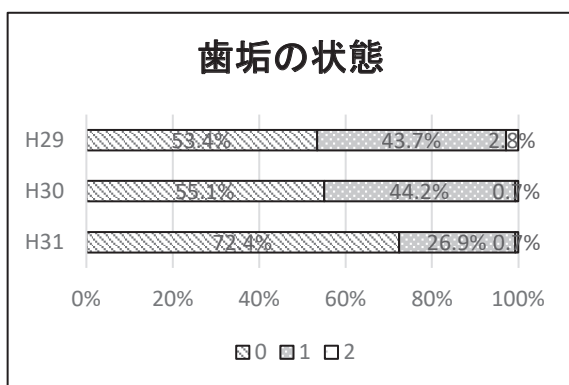
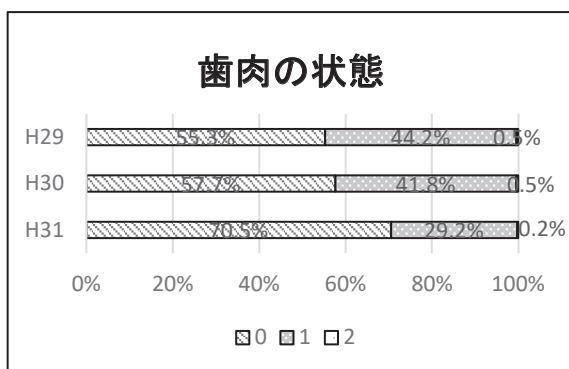
朝の時間(8:25~40)に年9回、テレビ放送を使って保健委員会の活動とも連動しながら実施した。次回の健康タイムを楽しみにしている声が聞かれ、自分自身の健康に関する意識の高まりや保健委員会の児童の自己肯定感の向上にもつながった。



#### 4 成果と課題

##### (1) 成果

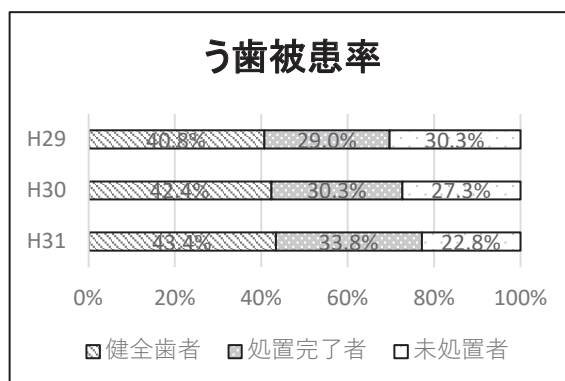
- ① 歯肉の状態はほとんどの学年において改善傾向である。また、歯垢の状態が評価0の児童の割合も、3年間で増加した。



- ② 歯磨きをする理由として、初年度は、むし歯予防のみと回答する児童がほとんどであったが、歯肉炎予防を意識している児童の割合は初年度 11.3%→2年目 74.4%→3年目 78.3%となり、歯磨きの際に歯肉炎予防を意識する児童の割合は大幅に増加した。また、ワークシート

の感想や児童が考えた標語からも歯肉の健康について考える意見が増えており、歯肉炎予防の意識の高まりが感じられる。

- ③ う歯の処置完了者の割合は増加傾向にあり、未処置歯保有者の割合が減少した。



- ④ 年間を通しての取組「健康タイム」では、歯と口の健康から食育も含めた健康づくり全般について幅広く考える機会となった。またその際、児童の健康という同じ目標に向かって、担任・栄養教諭・養護教諭が連携し、それぞれの立場から専門性を生かしたアプローチを行うことができた。

##### (2) 課題

- ① 「歯科疾患は病気である」という認識を持つ人の割合は、児童 84.3%、保護者 72.2%であり、児童と比べると保護者の認識が低くなっており、保護者への啓発が不十分であった。
- ② 乳歯の未処置歯数が多く、永久歯やかみ合わせなどへの影響も含んだ乳歯の治療の必要性について家庭への啓発を行っていく。
- ③ 乳歯も含めた未処置歯保有者を対象に、夏休み中の教育面談時に受診勧告を行ったことで、治療を済ませた児童の割合が増加したが、う歯の治療率は3年目で68.1%である。今後も治療勧告も含めた家庭への働きかけが必要である。

#### 5 おわりに

3年間の取組を終えて、歯肉に所見のある児童の数は大幅に改善することができた。しかし、このように結果として現れることもあれば、すぐに結果や数値には現れないことが健康教育では多い。常に、結果や数値だけで判断するのではなく、今日の前にいる子供たちが大人になったときに、生涯にわたって健康な生活を自律的に築いていけるよう、望ましい生活習慣を身に付けるきっかけづくりの一つとして、今後も歯と口の健康づくりに取り組んでいきたい。

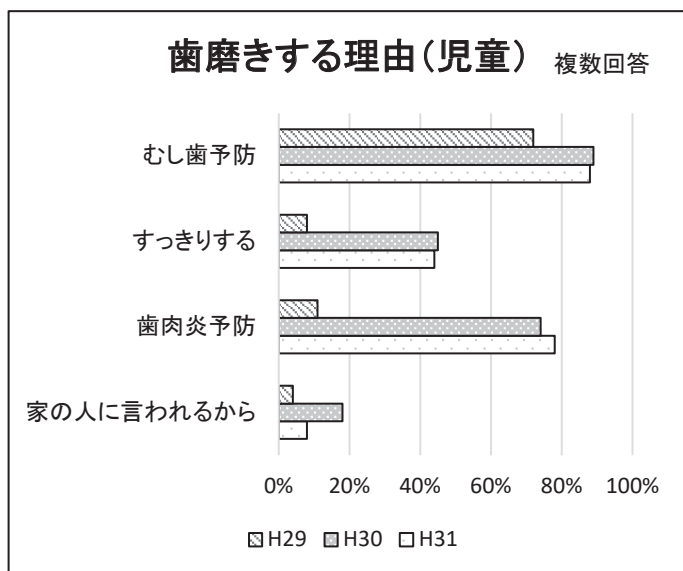
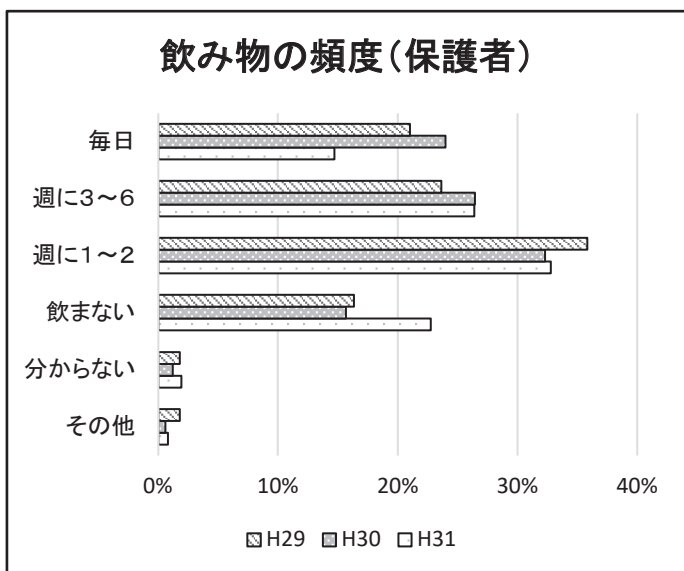
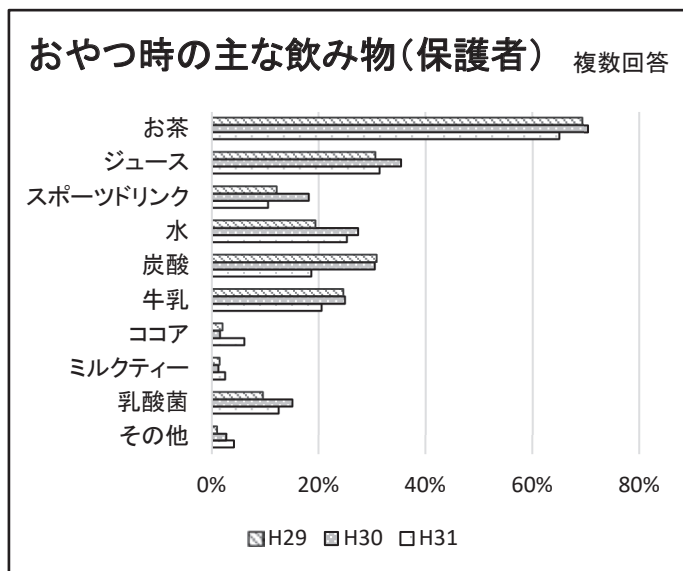
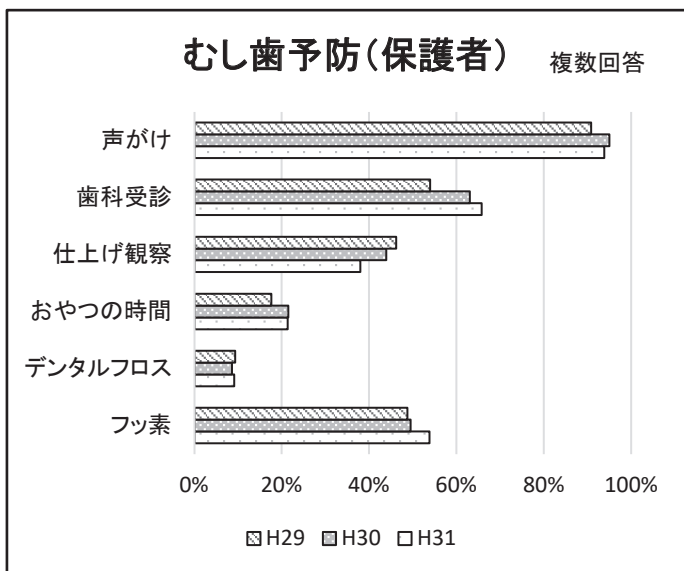
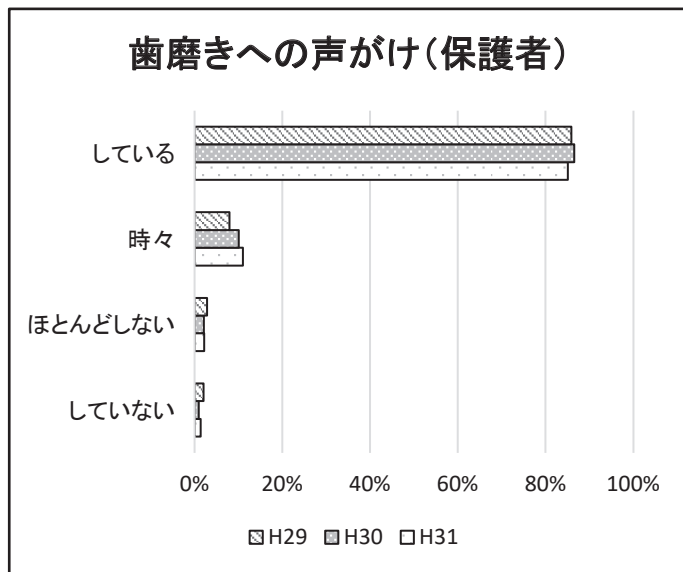
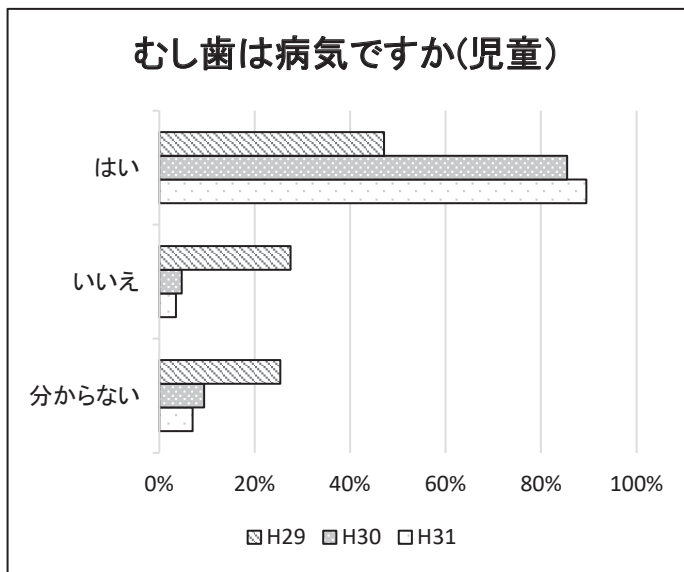
## 補助資料1 歯科指導：各学年の指導内容

学年	指導内容	目当て	指導者
1	歯の王様六ちゃんを守ろう	<ul style="list-style-type: none"> <li>・第1大臼歯を観察し、特徴を知る</li> <li>・第1大臼歯の磨き方を理解する</li> </ul>	※歯科衛生士 担任・養護教諭
2	歯磨き名人になろう	<ul style="list-style-type: none"> <li>・前歯や第一大臼歯を観察し、歯の形から働きを知り、磨き方を理解する</li> </ul>	担任 養護教諭
3	歯ぐきを観察しよう	<ul style="list-style-type: none"> <li>・犬歯や奥歯の溝に注意した磨き方を理解する</li> <li>・歯肉炎について理解した上で、歯ぐきを観察し、現在の状態を知る</li> </ul>	担任 養護教諭
4	お菓子やジュースのあまいわな	<ul style="list-style-type: none"> <li>・お菓子やジュースに含まれる糖分の量について知り、おやつのととり方について考える</li> </ul>	担任 養護教諭
5	<b>※全国小学生 歯みがき大会参加</b> <small>公益財団法人 ライオン歯科衛生研究所</small>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ブラークコントロールを実践したり、プロケアを受けたりすることは歯肉炎の改善や予防及び毎日の健康につながることを理解する</li> <li>・歯の磨き方、デンタルフロスの使用方法を習得する</li> </ul>	担任 養護教諭 (DVD)
6	歯肉炎に気を付けよう	<ul style="list-style-type: none"> <li>・歯肉炎が全身へ及ぼす影響について知る</li> <li>・自分の歯肉を観察し、歯肉炎予防のためのブラッシング方法を理解する</li> </ul>	※歯科衛生士 担任・養護教諭
特支	むし歯菌を退治しよう	<ul style="list-style-type: none"> <li>・むし歯と歯肉炎について知る</li> <li>・歯肉を意識した歯磨きの仕方を理解する</li> </ul>	担任 養護教諭

## 補助資料2 健康タイム：指導内容

①	5月 17日 (金)	歯肉炎予防「歯ぐきもブラッシング！」
②	6月 28日 (金)	かむことについて「ひみこのはがいでーぜ！」
③	7月 12日 (金)	正しい水分補給「ジュースのとりすぎ注意！」
④	9月 20日 (金)	睡眠の大切さ「小学生は10時間必要！」
⑤	10月 18日 (金)	メディアとの付き合い方「ゲームのやりすぎ注意！」
⑥	11月 6日 (水)	歯によい食べ物「歯が溶ける…卵とお酢で実験！」
⑦	12月 20日 (金)	冬休みの生活習慣「寒い冬も体を動かそう！」
⑧	1月 17日 (金)	感染症予防「かぜやインフルエンザを予防しよう！」
⑨	2月 28日 (金)	健康な生活の振り返り「健康タイムを振り返って」

補助資料3 歯の衛生モデル校アンケート (3年間の推移)





# 地域に根ざした歯・口の健康づくり

～地域関係機関と連携した歯科指導の実際～

岩手県大船渡市立綾里中学校

養護教諭 今野 和子

## 1 はじめに

今年度、創立 74 年目を迎えた本校は、岩手県の沿岸南部に位置し、リアス式海岸特有の雄大な海と山に恵まれた、自然豊かな環境の中にある。

平成 23 年 3 月の東日本大震災では、学区内の住家や基幹産業である水産業が甚大な被害を受けたが、現在は復興が進んでいる。本校は高台にあったため、校舎や生徒の被害はなかった。



## 2 学校及び生徒の概要

本校は、生徒数 42 名、第 1 学年から第 3 学年まで単学級で編成されている。学区内に、こども園、小学校があり、長い生徒では 14 年間一緒に学校生活を送っている。また、健康教育に対する地域や家庭の関心も高く、協力的である。特に、学校歯科医のいる歯科診療所が学区内にあり、治療や口腔に関する住民の意識は高い。

岩手県学校歯科保健優良校表彰の中学校の部では、平成 19 年度～20 年度に努力校、平成 21 年度～30 年度に優良校に選ばれ、令和元年度には、学校・家庭・地域・関係機関が連携した健康づくりの取組が認められ、最優秀校となった。

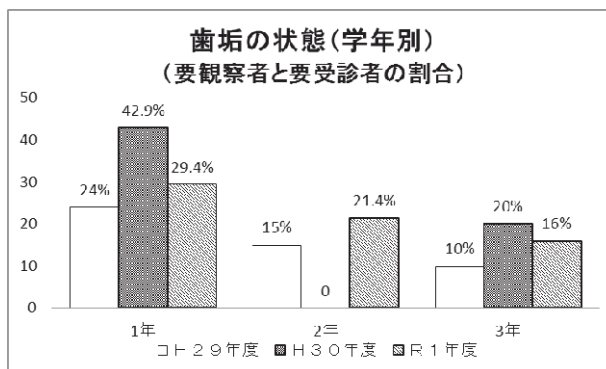
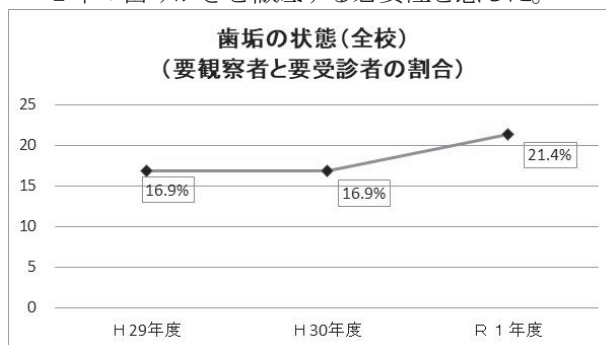
生徒数の減少により、綾里中学校は今年度で閉校になり、令和 3 年 4 月より赤崎中学校と統合し、大船渡市立東朋中学校となることが決まっている。

## 3 本校の実態と課題

平成 12 年度の本校における DMF 指数は 4.82 本と、県平均を大きく上回っていた。当時は児童生徒の歯や口の健康に対する意識も高いとは言えず、学校のみならず、家庭や地域と連携して改善していくことが必要な状態であった。

### (1) 歯みがきの状態

特に 1 年生において、歯垢の状態が 1 以上の生徒が多く見られ、歯みがきの状態が好ましくないという結果になっていた。これは、小学校から中学校に進学し、教育課程や学校行事、部活動への入部等の環境の変化により基本的な生活習慣の乱れが生じ、歯みがきがおろそかになっているためではないかと考えた。このような状態から、中学 1 年の歯みがきを徹底する必要性を感じた。



### (2) 歯・口に良い飲み物の選択

歯科検診前のアンケート結果から全体の 36%

が「よく飲む飲み物」としてスポーツドリンクをあげていた。スポーツドリンクにも糖分が多く含まれているので、う歯の原因のひとつと考えられる。中学生は、ほとんど毎日部活動があり、日常的に水分補給をスポーツドリンクでしている様子がうかがえた。歯によい飲み物を自分で選べる知識を身につけさせる必要があると考えた。

これらの実態から、「自分の歯や健康状態を理解し、自らの健康課題を見つけ、歯や口の健康の保持増進のために必要な態度や習慣を身につけ、主体的に実践できる生徒を育成する」ことを目標に指導し、改善を目指すこととした。

#### 4 歯・口の健康づくりの実践

##### (1) 歯科検診

年に2回、4月と11月に歯科検診を実施している。

##### ① 歯科検診の主な流れ

###### ア 歯科講話

全校生徒対象に年2回の歯科検診前の講話を実施している。生徒はもちろん、職員も全員が参加している。



〈学校歯科医による講話の様子〉

###### イ 口腔写真撮影



〈保健室の一角で口腔写真を撮影している〉

歯科衛生士が口腔写真の撮影をしている。

口腔写真は、こども園（3才）から継続して撮影している。

##### ウ 検診結果の説明と治療の勧め

検診結果を養護教諭が説明して自分の口の中の状態を把握させている。自分の口腔状態を知ることによって、歯みがきや治療への意欲につながっている。

##### (2) 歯科保健活動について

##### ① 全校生徒対象

ア 給食後の歯みがき

イ 歯科検診前の歯科保健調査の実施

ウ 学校歯科医による年2回の歯科講話

エ 歯科検診後の指導

オ 検診時口腔写真撮影

カ 染め出しによる個別ブラッシング指導

キ 長期休業中の歯みがきの励行と染め出し剤の配付

ク 生徒会の保健委員会による歯みがき点検と歯ブラシ点検

##### ② 1年生対象

ア デンタルフロスの使い方指導

中学1年生に歯垢の要観察・要受診者の割合が多いという課題から、新学期早めに指導を行っている。

給食後の歯みがきの時間に養護教諭が指導している。入学祝い品として学校歯科医の先生からデンタルフロスが全員に寄贈されており、実際に使いながら指導している。その他に歯間ブラシの使い方なども説明している。生徒からは、「家庭でも使ってみよう」という感想が多かった。他の生徒の感想を聞き、身近に感じたようだった。

イ 授業実践「飲料水の砂糖の量調べ」

学校歯科医、養護教諭がTTで実施している。歯科衛生士、教科担任も補助として指導にあたっている。



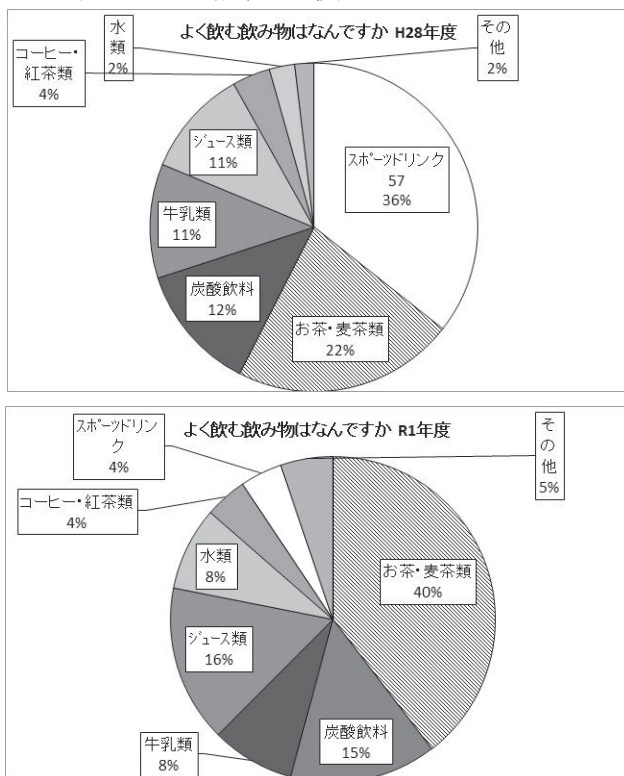


〈清涼飲料水の砂糖の量を計測している様子〉

内容：「清涼飲料水が歯に与える影響」学級活動1時間・家庭科1時間で指導をしている。糖度計を使って飲料水の糖分をグループ毎に実際に測定させ、自分たちが日頃飲んでいるものにどれだけ糖分があるのかを理解させ、自分で飲み物を選ぶようにさせている。その時に経口補水液も作って試飲している。

下の図に示すようにスポーツドリンクの割合と、お茶、麦茶類の割合が逆転し、普段から糖分の少ない飲み物を意識して選ぶようとしている様子がアンケート結果からも見る事ができた。

〈アンケート結果の比較〉



## 5 地域と連携した歯科保健活動

### (1) 学校保健委員会

小中合同で学校保健委員会を開催している。平成 28・29 年度は、学校医などそれぞれの立場から「スポーツドリンクの影響」「タバコの害」に

ついて小中学校の職員、保護者が話を聞いた。

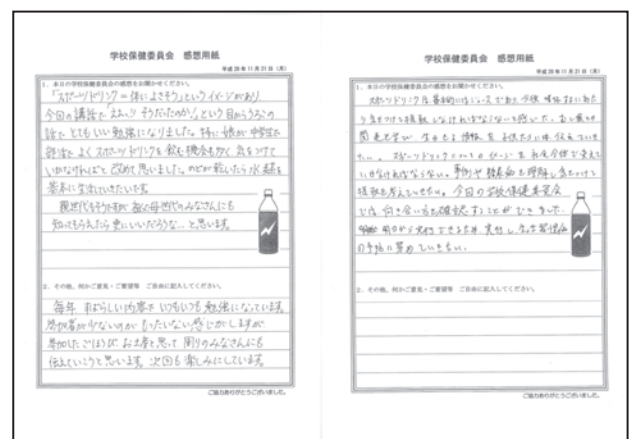


### ① スポーツドリンクの影響について

学校医からは、スポーツドリンクを飲み続けることが小児糖尿病の危険につながることを話していただき、学校歯科医からは、スポーツドリンクの砂糖の量や、清涼飲料水を摂り続ける歯への影響と、スポーツドリンクとの上手な付き合い方について話していただいた。

### ② タバコの害について

学校医からは、タバコの寿命への影響や、有害物質について、学校歯科医からは、受動喫煙が歯や口に与える影響について、学校薬剤師からは、薬物乱用防止と、受動喫煙・副流煙について詳しく話していただいた。ひとつのテーマに沿ってそれぞれの立場の専門家に話を聞くことによって、全身の健康について理解を深めることができた。



### (2) 「綾里地区歯科保健子どもの歯を守る会」の取組

#### ① 目的

子どもの歯の健康をより効果的に増進するため、地域単位でそれぞれ関係する立場の者が連携を深め問題を把握し、より効果的な保健活動を実践し子どもたちの健全育成を図ることを目的とし、平成 15 年に発足した。

② 主な活動



ア 歯科検診結果の報告と問題点についての協議

年2回「綾里地区子どもの歯を守る会」を開催している。事務局は、小中学校の養護教諭が交代で行っている。

イ 各施設における歯科保健活動についての相互交流

ウ 歯科疾患についての研修

エ その他、目的たち成のために必要な事項  
「綾里地区子どもの歯を守る会」開催後に、会報を発行している。



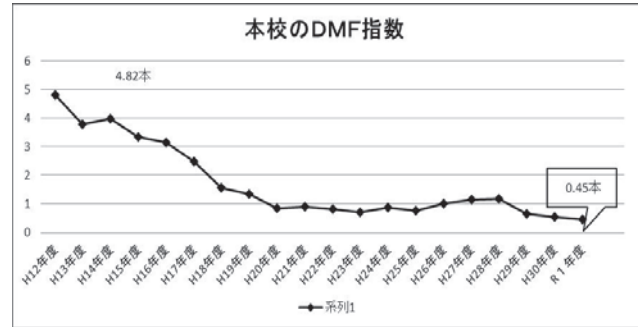
6 成果と課題

(1) 成果

- ① 歯科検診前の学校歯科医の講話は、生徒だけでなく教職員の意識向上にもつながった。治療の勧めや、給食後の歯みがき等でも先生方の協力が得られている。
- ② 中学1年生を対象にデンタルフロスの使い方を指導したことにより、口腔状態についての意識が高まり、歯磨きの改善が見られた。また、適切な飲み物を選択する必要性を学ばせる取り組み等により、健康づくりを主体的に実践する資質を育成することができた。

③ 「綾里地区子どもの歯を守る会」の立ち上げ等、組織的な取り組みを通して情報交換を行うことにより、子どもたちの課題や、発たち段階に沿った指導の仕方を共通理解できた。

ア 幼少期から長期的に指導したことにより、永久歯のDMF指数が、平成12年度4.82本から令和元年度0.45本まで減少した。



イ 歯や口の健康状態を観察し情報共有することにより、歯や口の健康だけでなく、望ましい生活習慣の定着についても改善を図ることができた。

(2) 課題

① 歯や口の健康に意識が高い家庭が多い中で、う歯の治療や家での歯みがき習慣が身につけていない等、歯垢付着や歯肉炎疑いの生徒が固定化してきている。効果的な働きかけについて、地域と連携を図りながら考えていきたい。

② 同様の指導を続けていることで、生徒も指導者もマンネリ化してきている。視点や方法に工夫を加えながら、継続して取り組んでいきたい。

7 おわりに

歯と口の健康について、地域の協力を得ながら長期的に取り組んできた成果として、子どもたちの意識が高まっただけでなく、具体的な数値の改善がみられている。歯みがきの更なる定着化と、それに加えて歯間ブラシやデンタルフロスの使用、オーラルフレイルについての指導等新しい情報を取り入れながら、引き続き取り組んでいきたい。

この取り組みは、歯と口の健康を改善するだけにとどまらず、地域のつながりを一層強めることにも繋がっている。ここで身に付けた歯や口腔に関する習慣が、中学校を卒業し、地域を離れても継続されるよう今後も指導に励むとともに、生まれ育った地域に対する感謝の気持ちを育むきっかけになってほしいと願っている。



第2分科会

心の健康・心のケア

発表者

宮城県大崎市立古川第四小学校 教諭 有泉 和子

宮城県仙台市立松陵中学校 養護教諭 及川 典子

## 気になる子供への対応

～愛着形成のための校内体制づくりの工夫について～

宮城県大崎市立古川第四小学校

教諭 有泉 和子

### 1 はじめに

通級指導教室では、「学習場面や生活場面で生じる困難を改善・克服するために障害に応じた特別な指導」を行っている。通級による指導の対象となる児童は、言語障害者、自閉症者（以下 ASD）・情緒障害者、弱視者、難聴者、学習障害者（以下 LD）、注意欠陥多動性障害者（以下 ADHD）、肢体不自由者、病弱者及び身体虚弱者である。通級児童の半数は ASD や LD、ADHD 等の発達障害の診断を受けているが、学校生活への適応の困難さを主訴として通級している児童も多い。立ち歩いての授業妨害や離室、他児童や教師への暴言・暴力を繰り返したり、登校はするものの教室や集団に入れなかったりしている。また、知的障害や学習障害はないものの文字習得ができず、授業参加に不安を感じているなど、その様態は多様である。こうした児童に共通して見られるのは、伸びっぱなしか噛んでぎざぎざになった爪や、垢のこびりついた耳や首筋、食べこぼしの付いた服、そして、発する語彙の少なさである。不機嫌な荒々しい態度で来室する児童は、しばらくすると表情や態度が一変し、席について活動を始めたり、自分の行いを素直に振り返ったりすることができる。促すと教室に戻って授業に参加したり、トラブルの相手に謝罪したりもできる。また、不安が強い児童は、一度通級指導教室に登校して、気持ちを落ち着けてから教室に向かうことがある。

家庭や家族を悪く言うわけではないが、こうした児童は世話をしてもらっていない、してもらっていても肝心なところは見逃されていたり、児童の本心からは逸れていたりする。そのため、愛着形成がなされず、学校で不適切な行動をしたり、不適応が生じたりしているのではないかと考える。愛着障害と断定することはできかねるが、このような児童には、発達障害よりも愛着障害を意識した支援と指導を行

っている。

### 2 通級指導教室の役割

#### (1) 「感情」と「言葉」を育てる

発達障害の診断やその疑いのある児童には、「行動」や「認知」に関する自立活動の指導を行っている。愛着障害を疑う児童には「感情」を育て、「言葉」を身に付けさせる指導を心掛けている。「心に湧き起こるもやもやがどのような感じであるか」や「何が原因」かを認知させ、その解決と解消方法を一緒に考えたり、教えたりしている。

例えば、課題や作業に「めんどくせえ」と言ったときには、「やり方が分からないのかな」「一緒にやろう」「教えてほしい？」と言葉を提示する。反応や返答により適切に対応し、満足感や達成感を味わわせる。悪態をつき壁を蹴ったら、「くやしいのかな」「仲間に入れてほしいって言うといいね」とその時の気持ちに合う言い方を教え、気分転換できる活動に誘ってみる。また、同じ物を見て「きれいだね」「かわいいね」「どうなっていると思う？」と共感や問い掛けの言葉をやり取りしてみる。言葉に詰まり反応がない時に、この子は赤ん坊の頃「マンマ」と言えば食べ物をもらえる体験をしたか、「ニャンニャン」と猫を指差した時に同じ方向を見て「かわいい猫だね」と答えてもらえたかを想像してみる。このような感情を言葉で伝え合う心地よい体験があれば、愛着も形成され、「感情」や「言葉」も身に付いたはずである。愛着形成に課題がある児童は、言葉での伝達がうまくできず、手足が先にいたり、表情も固まったりする。そこで、通級指導教室においては、赤ん坊の頃に戻ったつもりで感情を共有しながら、活動を共にする必要があると考える。

#### (2) 安全基地として児童の居場所を作る

児童が初めに頼るのは保健室である。登校に不安を感じる児童が、「保健室なら行ける」「保健室

なら居ることができる」などと言うことが多い。養護教諭に迎え入れてもらい、歩調を合わせて教室まで送ってもらうことで不安を少なくして教室に入って行く。養護教諭は母親役であり、安全基地であり、全校児童のSOSサインをキャッチするアンテナでもある。

養護教諭からの「なんだか気になるよね」という声掛けをきっかけに、通級指導教室も、愛着形成に課題があると思われる児童の安全基地になるようになった。正式に通級指導を受けている児童はもちろん、それ以外の児童も不安を感じた時にはできる限り受け入れている。目を吊り上げて戦闘モードだったり、表情がなく体が硬直していたりしても、靴を脱がせ畳に座らせたり、バランスボールで体を揺らさせたりすると、緊張がほぐれてくる。また、頭や手の平をマッサージしたり、爪切りをしたりすると、くすぐったいのか表情が和らいでくる。教室に帰す時は「安心して冒険しておいで。また来ていいよ」の気持ちを込めて「いってらっしゃい」と声を掛けている。本来は、家庭・家族が安全基地となり学校生活という冒険を支えていくべきであるが、愛着形成に課題がある児童にその環境は望めないことが多い。暴力的で理不尽な扱いやネグレクト、過剰で的外れな関わりなどの不適切な養育により家庭が安全基地の機能を果たしていないのである。困難の克服や改善、社会適応力の育成を目的としている通級指導教室が、その役割を担うようにしている。通級による指導の域を超えているという指摘もあるかもしれないが、今必要なことであると考え実行している。

### 3 愛着を形成する

#### (1) 0歳からの育て直し作戦（資料参照）

愛着障害の疑いのある児童には、0歳から育て直すつもりで接するように心掛ける。かわいがられる経験を繰り返し、大事にされていることを実感させることで、人を無条件に信用する心が生まれる。その信頼できる人とつながろうとすることが愛着である。問題行動・不適切な行いを繰り返す児童をかわいがるという取組に対し否定的な意見も聞かれることもあるが、愛着を形成するために不可欠である。愛着形成のない児童にどんな指導や働き掛けをしても効果はなく、行動の変容も改善もないだろう。甘やかすのではなく、人を信じる心を育てるという共通理解の基に、学校職員全体の協力が必要である。

#### (2) 児童支援の校内体制を作る

父親役と母親役を中心に、それぞれの児童にチームを作り、校内の至るところで支援をしてもらうようにした。学級担任は父親役として、社会・集団生活のきまりを教える。逸脱した児童が戻って来た時に迎え入れるための受容的で規律のある学級づくりを行う。作戦の要となる母親役は、安全基地として児童を受け入れ、愛着行動に応え、かわいがることによって愛着形成を図る。そのため、児童に関する情報はすべて母親役に伝え、良い報告には大いに喜び、失敗した時には一緒に謝罪や償いをして問題を解決していくようにする。母親役は1人が望ましいが、各学年に配置されている教育支援員にサブの母親役をお願いしている。対象児童数が多く対応が遅れたり、母親役が不在で対応できなかったりという状況をなくすためである。サブといっても個別に励ましたり助けたり、トラブルの時は謝るチャンスを作り、一緒に頭を下げってもらうことは同じである。

職員室にいる事務職員から挨拶の仕方や用件の伝え方を教えてもらうために、意図的にお遣いをさせる。校舎の修繕をしている技能員は、離室している児童に物を運ばせたり掃除をさせたりして人の役に立つ喜びを味わわせてくれる。給食調理員は、給食ワゴンを押しながら廊下にいる児童に声を掛けたり、授業に出席できていたことを母親役に知らせたりする。直接指導する立場ではなくても、誰もが育て直し作戦の支援者として関わっている。全員が集まったの報告会を実施することはできかねるが、廊下で顔を合わせたときに児童の様子を伝え合うようにしている。そして、その成果や課題は毎月の職員会議や特別支援教育や生徒指導の研修会で振り返っている。

#### (3) 外部機関と連携する

愛着の形成は、本来、家庭・家族の役割であるが、その機能を果たせない家庭・家族には支援の必要性を感じる。保護者に、児童の育ちを支える自覚や意思が見られない場合は、医療や行政、福祉などの外部機関と連携することを勧めている。校内での支援体制を整えても1年ごとに構成メンバーが変わるた

めに児童への働き掛けも変わっていく。また、児童が卒業することで、支援が途切れる場合もある。外部機関と連携することにより、今ある支援の継続を期待することができる。

#### 4 気になる児童への対応～育て直し作戦の実際

今まで実践してきた「0歳からの育て直し作戦」の事例を紹介する。成功か失敗かと判断はできないが、変容を見ることができた事例である。

##### (1) 事例1 離室・問題行動

【実態】授業中、大声で騒ぎ、立ち歩き友達の学用品を触ったり、頭を叩いたりする。注意すると、暴言を吐いて教室から出て行き、校舎内外を走り回る。相手をしてくれる大人には近付いていくが、些細なことで突然態度を変える。夕方は暗くなるまで遊び、深夜徘徊をしたこともある。また、低学年では何度も万引きをしている。さらに、歯磨きや洗顔をしてから登校している様子はなく、爪も伸び放題であるなど衛生面でも課題がある。

具体的支援	主な支援者
話し合いながら実行可能な学習計画を立て、行動の見通しをもたせる。	7年部 通級担当
身辺処理（清潔にする）を支援する。歯磨きや洗顔、爪切り、耳かきをする。	通級担当 養護教諭
児童のよさを友達に伝え、認め、受け入れる体制と雰囲気をつくる。	学級担任
物づくりの技能や楽しさを教える。	技能員
児童と家族へのカウンセリングを行い、具体的な子育ての仕方を教える。心理検査を実施。	小児科医 児童相談所

【変容】教室から出ると「耳かきして」と理由を付けて来室する。自分の荷物を置いたり、「俺の時間ある？」と尋ねたりして居場所を確認する。休み時間は、学級の友達と遊べるようになった。外部機関との連携により、家族も児童への関わり方を変えるようになった。

##### (2) 事例2 ネグレクト・夜尿

【実態】無表情・無反応であり、平仮名の読み書きができないために通級指導を開始。朝食を食べていなかったり、夜尿で汚れたままの衣服で登校したりすることがあった。教室や家庭で困っていることを尋ねても「大丈夫」と答え、話そうとしない。苦しくなると、相手を挑発するような、ふざけた口調で話すようになる。

具体的支援	主な支援者
実態に合った学習課題を作る。不安をなくすために教科書への仮名ふりやデジタル教科書の提供を行う。	学級担任 通級担当

困っていることに気付かせ、相談の仕方を教える。感情を表す言葉を引き出し、補いながらゆっくり話させる。	通級担当
母親支援のため、通級教室の学習参観のときに一緒に遊ぶ場を作る。保健師や相談員と情報を共有し、家庭訪問をしてもらう。	通級担当 健康推進課 子育て支援課
児童と家族へのカウンセリングを行い、具体的な子育ての仕方を教える。心理検査を実施。	小児科医

【変容】友達ができ、外遊びを楽しむようになった。学習理解は困難だが、授業に参加はできる。困っていることが自覚できるようになり、父親や母親にしてほしいことを話すようになった。夜尿も改善した。

##### (3) 事例3 登校渋り・母子分離不安

【実態】不登校が続いていたが、母親の付き添いで、徐々に学校で過ごせるようになる。1対1で教頭やSC、子どもと親の相談員が対応しながら、通級指導教室に来室できるようになった。その後、1年間は、通級指導教室で過ごす。今年度、分散登校では教室で過ごしたが、全員登校になると足が進まず、教室に入れない。

具体的支援	主な支援者
目標を見直し、実態に合う学習内容を決めた。通級指導教室で過ごさせ、得意を伸ばす活動や新しい活動への挑戦を勧める。	通級担当
休み時間や給食時間に気の合う友達と過ごさせる。放課後は教室に行き、担任と活動する。	学級担任 友達
週1日ずつ、悩みを相談したり、遊んだり話したりする。	SC 子どもと親の相談員

【変容】登校したら通級教室で過ごすことを決めると家庭でのパニックがなくなり、登校できるようになった。教科により学年相当の学習にも取り組むようになっていく。遠足などの行事を楽しみにしている。

##### (4) 事例4 ネグレクト・登校渋り

【実態】季節や体型に合わない汚れた服や下着を着てくる。首筋には垢が付き、臭う。学習用品が揃わず、学習も困難になっている。遅れて登校することが多く、教室に行き渋るが、友達とは仲良く活動する。友達の家で一晩中隠れていたことがあり、「家にいたくない」と口に出すこともある。



具体的支援	主な支援者
洗顔や歯磨き、着替えを習慣付ける。衣類の洗濯や上靴洗いと整頓の仕方を教える。家庭ごみの出し方を教える。	通級担当
家庭での悩みを話させる。相談の体制と雰囲気をつくる。	通級担当 SSW
登下校の安全指導と迎え入れる声掛けをする。	学級担任
困窮を防ぐため、様々な支援策の情報を提供し、手続きを促す。	通級担当 子育て支援課

【変容】放課後、友達と遊んで一緒に帰るようになった。洗濯や靴洗いは一人でできるようになり、毎週末に学校で行っていく。登校を渋ることもなくなった。中学校に進学後は、朝は時間どおりに登校し、部活動にも参加している。SSWが継続して関わっている。

#### (5) 事例5 摂食障害・適応障害

【実態】学力が高く、友達関係も良好。低学年のとき、2学期の始業式から急に食事ができず、教室に入れなくなった。通級指導教室では積極的に学習するが、授業や行事への参加を促すと、床に転がり泣き叫び拒否する。中学年になって改善したが、その後は同じ状態になった。小児科に相談し服薬治療を受け、徐々に教室での授業に参加できるようになったが、給食は通級指導教室で食べた。

具体的支援	主な支援者
給食を食べる場所と時間を設ける。	通級担当
別教室で給食を食べることの理解を得る。	学級担任

【変容】本児と保護者からは卒業まで通級教室で給食を食べさせてほしいと要望があった。卒業学年になると「私、もう大丈夫です」と児童本人から報告があり、特別な支援はしていない。見守りを継続している。

#### (6) 事例6 不登校・摂食障害

【実態】中学年になると不登校で体重激減。一時期、登校するが校舎に入れず。その後、相談室で過ごせるようになった。さらに通級指導教室で1時間ほど過ごせるようになった。高学年になった途中まで教室にいたことができたが、教室に入れぬ日が続くと、給食を全く食べなくなった。摂食障害と診断され、心療内科に通院した。その後、通級指導教室に

登校して来るが、体力がなく座位が保てないため、昼に寝る時間が長い。意思決定ができず、悩むと伏せて泣き出す。

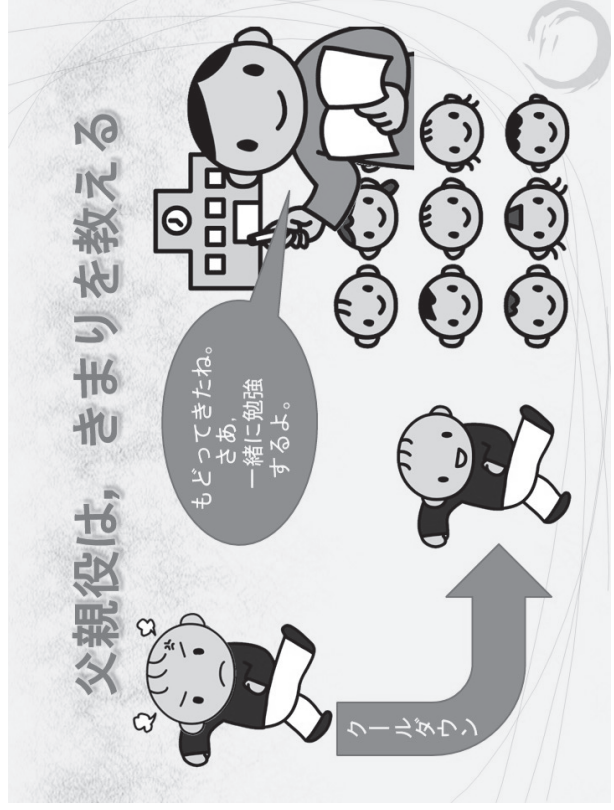
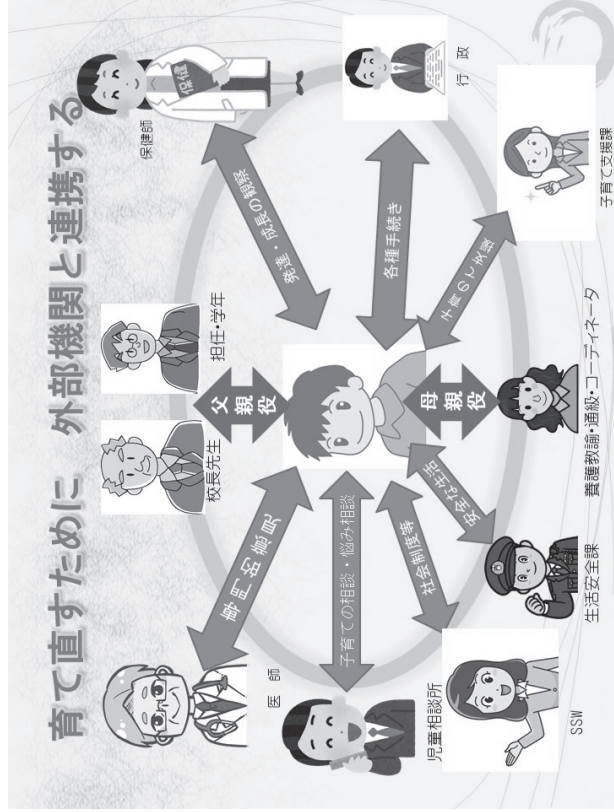
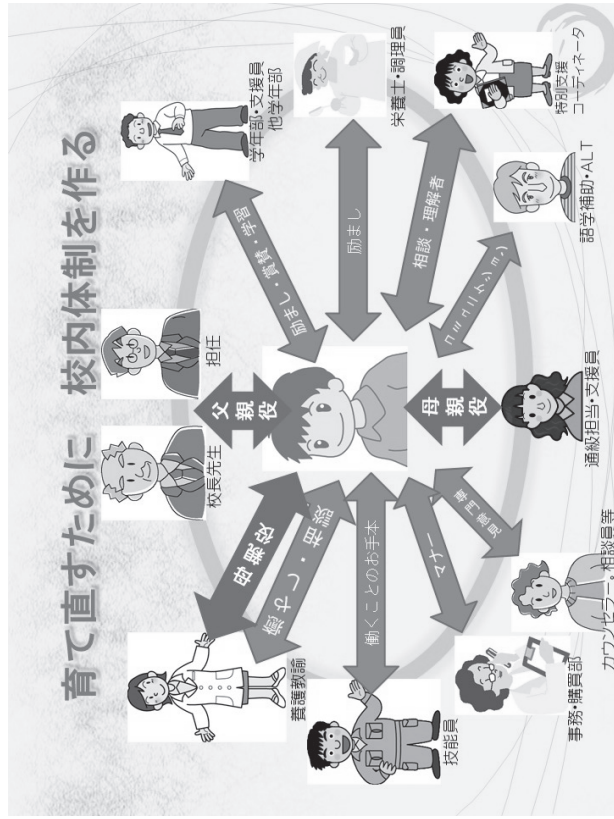
具体的支援	主な支援者
静かな環境で、学習に取り組ませる。	通級担当
給食に興味をもつような話をする。身体を観察し、休養を勧める。	栄養教諭 養護教諭

【変容】高学年からは、半日登校。ほぼ欠席がなくなった。1日1時間は教室で学習できるようになった。食事については改善されないまま卒業したが、中学校でも半日登校ができています。

#### 5 おわりに

愛着形成は、人を信じる心であり、よりよく生きるための力になる。愛着形成がなされていないことが困難の原因であると気付いたその時に、今関わっている私達から、その児童を育て始めなければならぬと考える。紹介した事例以外にも様々な児童への支援チームがあり、校内の各所で目を配り、声を掛け続けている。変容に喜ぶことがある一方、進展のなさに焦ることもある。効果抜群の支援もあれば、とんで

もない失敗もしている。気持ちが滅入ることも少なくない。教室を出るとき、「ああ、今日もドラマチックだった」と心の中でつぶやき、その日の気持ちをリセットする。そして、明日は何と声を掛けようか、何に誘おうかと、あれこれ作戦を考えている。





# 自己を見つめ、より良く生きようとする生徒の育成

～豊かな心と健やかな体を育む教育の実践を通して～

宮城県仙台市立松陵中学校

養護教諭 及川 典子

## 1 はじめに

本校は、仙台市北部に位置し、近くに県民の森があり、自然豊かで静かな住宅地にある生徒数136名の小規模校である。開校当初は、600名近くの在籍数であったが、徐々に減少し、ここ十年は現在の在籍数で推移している。幼稚園から変わらないコミュニティで過ごし、体験不足や経験不足の傾向もみられ、人と関わろうとする積極性に乏しい傾向がみられる。

本校では、平成29年度より仙台市教育委員会の健康教育推進校として実践を重ね、現在は4年目となる。

## 2 生徒の実態

仙台市生活・学習状況調査の結果(平成29年度)より(仙台市平均との比較)

- 自己肯定感の低い生徒の割合が高い。
- スマホやゲーム機などの使用時間が長い。
- 睡眠時間の不足しがちな生徒が多い。
- 食に対する意識が低い。

新体力テストの結果(平成29年度)より(仙台市平均との比較)

- 1年男子と2年女子は全項目が下回る。
- 男子は全学年において、柔軟性や敏捷性が低い。

## 3 本校の取組

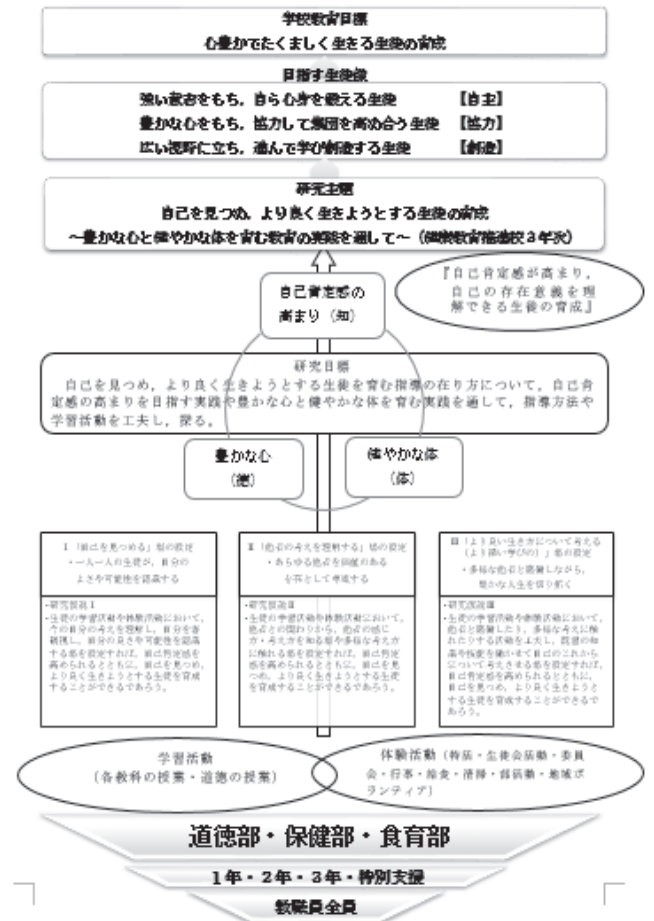
本校の教育目標である「心豊かでたくましく生きる生徒の育成」を達成するために、健康教育の視点から「自己を見つめ、よりよく生きようとする生徒の育成」に向けての教育活動をすすめる。生徒の実態を踏まえ、自己肯定感の高まりを目指す実践や豊かな心と健やかな体を育む実践を展開する。視点として3つの場を設定し手立てとする。

- (1) 自己を見つめる場(一人一人の生徒が、自分の良さや可能性を認識する。)
- (2) 他者の考えを理解する場(あらゆる他者を価値のある存在として尊重する。)
- (3) より良い生き方(より深い学び)について考える場(多様な他者と協働しながら、豊かな人生を切り開ける。)

(3) より良い生き方(より深い学び)について考える場(多様な他者と協働しながら、豊かな人生を切り開ける。)

各教科、そして道徳部・保健部・食育部の3つの領域ごとに3つの場を設定し、取り組む。

<研究構想図>



その他の取組として、教育相談部での入学直後の教育相談(2者面談)や毎月の振り返りシートの活用、「命を大切にする教育」では、防災やいじめ、自死予防の観点からの集会活動も行う。

## 4 実践の紹介

### (1) 教科の取り組み

各教科で3つの場を設定し、授業を展開する。

<数学>

<b>【自己を見つめる場】</b>
・既習の内容を振り返り、自己の考えに向き合わせる。
<b>【他者の考えを理解する場】</b>
・グループ内での話し合いやペア学習を行い、他者の考えを理解する機会を設ける。
<b>【より良い生き方について考える（より深い学びの場）】</b>
・数学的活動の過程を振り返り、まとめ発表する等、その成果を共有する機会を設ける。

<保健体育>

<b>【自己を見つめる場】</b>
・新体力測定の結果から体力の現状を知り、伸ばすべき項目に気付かせる。
・普段の生活の送り方が、健康を左右する生活習慣病につながることを理解させる。
・ストレスが人体に与える影響を理解させる。
<b>【他者の考えを理解する場】</b>
・グループ学習やペア学習を活用して体の動かし方など自分や仲間の課題を解決に向けて教え合わせる。
・教師や他の生徒との対話を通して、自分や他者がどのような場面でストレスを抱え、どのように解消しているのか気付かせる。
・生活習慣に関する事前アンケートの結果を提示し、体力が高い生徒の生活習慣を知り、参考にすることで、自分の生活習慣について管理・改善できるようにする。
<b>【より良い生き方について考える（より深い学びの場）】</b>
・教師との対話や、他の生徒との話し合い活動を通してより良い生活習慣について考えさせる。
・次の活動に生かせるよう学習カードを活用し、授業の中で学んだことや考えたことを整理する時間を確保する。

(2) 領域部の取り組み

領域部においても3つの場を設定し、独自の実践を展開する。

<道徳部>

様々な話し合いの形態を取り入れながら「特別の教科 道徳」の授業を展開し、3年目から「多角的・多面的に考え」、「自己の生き方についての考えを深める」学習を展開するために全学年で

探求の対話「p4c」の手法を実践している。

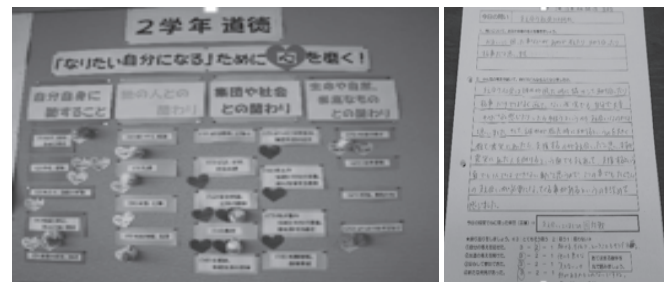
自己を見つめる場として「p4c」の手法により生徒が考えた「問い」から授業を始めることによって、自分自身の心情としっかり向き合い、自分の経験や体験をもとに具体的に考えを深めさせる。



生徒自身の考えを深めることができるよう教師はツールキットを工夫し、「切り返しの問い」や「掘り下げの問い」を効果的に発問する。

他者の考えを理解する場として、クラス全体で円座の形態、4人グループやペアでの話し合いを取り入れ、他者の考えを共有させる。

より良い生き方（より深い学び）について考える場として、自分自身や他者の心情の変化が視覚的に捉える事ができる心情円盤などの活用や学年ホールに道徳掲示板を設置し、「今週の道徳から」として生徒自身の考えをまとめたワークシートを提示する。



それによって、他者がどう感じたのか、どう思っているのかを理解させ、より深く自分自身の生き方を考える力を身に付けさせる。さらに、担任以外の教師や複数の教師で授業を行うなど、日常的にフリー授業参観を行い、ファシリテーターとしての教師自身の力量を鍛え合っている。

<保健部>

心の健康を保つには基本的な生活習慣の定着が重要な基礎となる為、ストレスに対処する能力を高める取組と生活習慣の睡眠に重点をおいた実践を進展させる。

① ポジティブシンキングの取組

1・2年目： 自己を見つめさせる健康相談

### 3年目：スマイルアップ大作戦

- ・コミュニケーション力のアップ
- ・いいこと探し
- ・LET'S ダンス
- ・アサーショントレーニング
- ・言われてうれしかった言葉集め



### ② 保健委員会活動

健康への関心や意識を高めさせるために委員会活動の活発化を図り、特に文化祭での展示発表では生活習慣と睡眠の内容を充実させる。

1年目：生活習慣病

2年目：セロトニン健康法

- ・棒反応時間測定調査による睡眠と運動能力の関連調査
- ・生活習慣に関するアンケート調査
- ・生活習慣振り返りレーダーチャート

3年目：睡眠

- ・保健委員による健康相談（チェックシートやリーフレットを活用）
- ・給食委員会の「朝食レストラン」とのコラボレーション

### ③ 定期的な保健指導

全校集会での保健指導や生活改善シート（sukusukuシート）の活用、外部講師による講話により知識を深めさせている。ホールの一隅に「チアフルカフェ」と名付けた健康に関する情報発信のコーナーを設け、体・心・食の3つのテーマで掲示する。

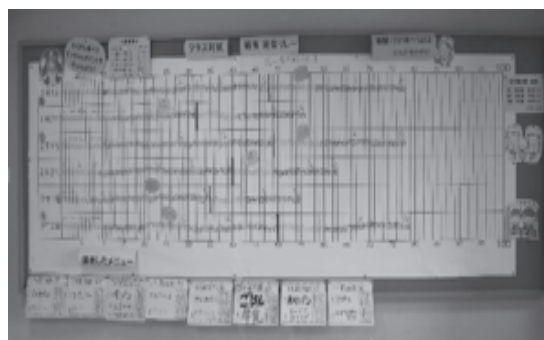
### <食育部>

食を通して健康への興味関心を高めさせる取組を実践する。

### ① 給食委員会活動

食事作りや食事の取り方への関心を持たせる企画を充実させる。

- ・心も体も元気になる食事を考える「朝食レストラン」
- ・献立コンクール
- ・残食調査リレー
- ・給食室紹介



### ② 給食指導

多様な献立の提供、ランチメールの活用、「チアフルカフェ」の掲示により、情報発信する。

## 5 成果と課題

### <教科>

成果として

- ・生徒同士が目的意識を持って学び合う姿が見られるようになった。
- ・昨年度に比べ、自己の意見を発信することに抵抗を感じる生徒が少なくなり、多様な考え方を理解しようとする生徒が増えた。
- ・コミュニケーションを積極的に図ろうとする態度が身に付いた。
- ・一人一人の表現力が向上した。
- ・グループやペア学習を取り入れることで、考えの幅が広がり、学び合う姿勢が多く見られるようになった。
- ・根拠を明らかに説明する様子が見られるようになった。

今後の課題として

生徒の中には、基礎・基本の知識の定着が不十分なため、話し合いに積極的に取り組めない生徒もいる。関心を持ってない生徒に対し、興味や関心を持てるような題材の工夫や指導の手立ての見直しを行っていく必要がある。さらに、より深い学びにつなげるためには、探究心を持って考えることができるよう、授業の導入の工夫が必要である。

## <道徳部>

### 成果として

- ・自分の経験や体験をもとに考え、自分の言葉で発言する生徒が増えた。
- ・発表している人の考えを、周りがじっくりと聞く姿勢ができてきた。(普段の授業では発言しない生徒も発言できるようになった。)
- ・他の生徒の考えを理解することで、授業の中で新しい発見ができたと感じる生徒が増えた。
- ・振り返りの時間を十分に確保することで、他の意見を参考にしながら自分の考えを整理してまとめ、自己の考えを深めることができるようになってきた。

### 今後の課題として

探求の対話(p4c)の手法に慣れてくると、生徒たちの考えもどんどん拡散していき、多角的・多面的に考えている点では良いが、時にはテーマからずれてしまうこともある。拡散した対話を収束するために、教員の「掘り下げの問い」や「切り返しの問い」の熟考が上げられる。

## <保健部>

### 成果として

- ・ポジティブシンキングの取組では、なかなか感情表現ができない生徒も積極的にコミュニケーションをとるようになってきた。
- ・「いいこと探し」は、探すのが楽しくなってきたという感想や感謝の言葉が出てくるなど、変容が見られた。教育相談へ活用もでき、良いことに目を向けさせることは有意義と捉える教員がほとんどであった。
- ・保健委員会活動の取組では、生活リズムの見直しなど、健康に生活することへの意識付けになった。生徒の行う健康相談では、生徒自身の自己分析が進み、多角的な捉え方ができるようになった。
- ・保健部の実践においては、委員会の生徒の活動が不可欠であり、日々の活動によって生徒の責任感の高まりが見られた。さらに委員会の生徒発信は、他生徒の健康への意識が高めることができた。

### 今後の課題として

基本的な生活習慣の改善に向けての行動変容には継続的な指導が必要である。生徒の活動意欲が増してきているので、働きかけを工夫し、生徒の自主的な取組に発展させて

いくことが必要であると同時に保護者への意識付けも検討しなければならない。

## <食育部>

### 成果として

- ・参加型の食育による食生活に関する意識と改善意欲の変容が見られた。
- ・食や健康への興味関心が高まり委員会活動での食育活動の広がりや積極性の高まりも感じられた。
- ・残食状況や残食に対する意識の改善が見られた。

### 今後の課題として

健康を考えた食生活への行動変容につなげるには、知識を深めさせることに重点を置くことが必要である。

また、家庭における実践のために、保護者の理解と協力が不可欠である。

## 6 まとめ

健康教育推進校の取組が3年目を終え、初年度の1年生について3年間の経年変化をみると、「自分には、良いところがあると思う」生徒は、73.7% (1年4月)→67.9%(2年4月)→78.6%(3年4月)→78.6%(3年2月)と、受験直前でも自己肯定感が高まっていると捉えられる。また、「難しいことでも失敗をおそれないでチャレンジしている」生徒は、75.4%→62.5%→67.9%→78.6%、「将来の夢や目標を持っている」生徒は、84.2%→64.3%→71.4%→76.8%と客観的視点で自己を見つめることで中学2年時には一度低下するがその後V字回復している。また日常生活においても元気な挨拶や笑顔が増え、委員会活動をはじめ学校行事等への取組にも活気が出てきている。これらから、本校の取組は自己肯定感・自己有用感を高めることにつながったと考えられる。

## 7 おわりに

社会の急激な変化の中で、心豊かでたくましく生きる力によって、子どもたちが人や社会との関わりを大切にしながら、社会的に自立できるように今後も取組を継続していきたい。

### (参考文献)

- ・『道徳で探求の対話(p4c)をはじめよう』p4c みやぎ(道徳研究プロジェクト)
- ・心のスキルアップ教育の理論と実践 大修館書店
- ・スッキリ!気持ちを伝えるレッスン帳 八巻香織 新水社