

自ら考え、工夫し、呼び掛けて実践する健康づくり能力の育成

～生徒会活動・総合的な学習の時間の活用～

岐阜県立岐山高等学校

1 学校紹介

本校は清流長良川が中央を流れる岐阜市北部に位置し、南に金華山、北に百々が峰を仰ぎ見る、風光明媚で静かな学習環境に恵まれた文教地区に立地している。各学年、普通科7クラスと理数科2クラスが設置されており、合計27クラス、生徒数1077名の創立60周年を迎える大規模進学校である。



理数科設置校として文系理系を問わず、10年間にわたるスーパーサイエンスハイスクールの指定で培った研究成果を様々な教育活動に活かし、科学的に物事を考え、それを表現できる生徒の育成に力を注いでいる。

2 学校経営方針と健康づくり

豊かな情操と強固な意志を備えた心身ともに健全な人間を育成するため、次の教育活動の重点のもと、「躍進岐山」を合言葉に創造性に富んだ活力ある学校づくりに努めている。

①探究型教育システムの推進

- ・知識を体験や経験により育て高めていく教育活動の重視

②キャリア教育の充実と進路実現を図る指導

- ・将来を見据えたライフプランづくりと実力養成

③充実した学校生活を育む様々な活動

- ・生徒の自主性を育て、自信を身に付けさせる

全校体制で取り組む「探究の時間」^{※1}のテーマの一つに健康づくりを位置付け、生徒自ら根拠をもって考え、他者に呼び掛け行動できるリーダーを育成しつつ、健康課題を見つけ解決に向けて実践できるように図る。(※1 本校で総合的な学習の時間を「探究の時間」と称している。)

3 健康づくりの推進体制

(1) 学校保健計画（教育・管理）作成に当たっての配慮事項

年間を通じて様々な教育活動を活用し、次の点を考慮して立案している。

- ①根拠に基づいた思考力・判断力を日常生活に活かすという視点をもつ
- ②生徒保健委員会を活用する
- ③キャリア教育を含め、長期的見通しをもつ

「医薬品の使用」「がん教育推進」「薬物乱用防止」等、今日的な健康課題や「パソコン・スマートフォン使用」「服装」「コミュニケーション」等、保健室を利用する生徒の健康実態からあがった健康課題を保健教育の項目として取り入れ、教科保健・総合的な学習の時間・生徒指導と連携しながら取り組んでいる。

また、生徒の保健委員会による教室環境改善の調査活動や文化祭の企画運営を計画に位置付け、合理的で計画的な思考・判断力の育成を図っている。高等学校においては健康教育の時間確保が難しいが、身近な疑問や日常の教室環境を教材として取り込み、学校全体で取り組む「探究の時間」と連動して、相乗効果のある健康づくりができるよう取り組んでいる。

(2) 学校安全計画（教育・管理）作成に当たっての配慮事項

安全防災意識の向上を目指し、生徒自身が自ら考え、工夫し、体験し、実践できる活動を目指して掲げ、「命を守る訓練」[※]では生徒の防災リーダーが中心となる活動を取り入れている。学習環境の安全・快適性の向上のため、職員・生徒全員による月1回の大掃除、エアコンの適切な使用、安全点検項目の細分化を図っている。エアコンについては利用規則にとらわれず、気象条件（気温・湿度）や小虫の発生状況等に応じて運用している。

（※2 本県では避難訓練を「命を守る訓練」と称している。）

4 特徴的な活動：生徒会活動及び総合的な学習の時間

(1) 防災意識向上への取組「命を守る訓練」

年間3回実施し、第2回は生徒会の防災リーダーが中心となって進行し、1時間の全校活動を実施する。

平成27年度：「自分の居住地域の防災を理解しよう」

- ①DIG（災害図上訓練）を示し、岐山高校と近隣の他校との違いと自然災害予測内容の違いを理解する。
- ②持参したスマホで自分の居住地域の防災計画を調べる。
- ③校舎内の消火器・消火用ホース・避難袋・火災報知機の場所を校舎配置図に記入する。

平成28年度：「非常変災時の食について考えてみよう」

- ①大規模災害発生後3日間の食事メニューをグループで考え、発表する。
- ②学校に保管されている非常備蓄用食材（乾パン）を食べる。

平成29年度：「自分の部屋の防災・減災の工夫をしよう」

- ①自分の部屋の机・ベッド・窓のレイアウトを記入する。
- ②東日本大震災の際に偶然撮影された室内の映像を見せ、揺れの状況、家具の転倒やガラス破損の様子を知らせる。
- ③家具の転倒防止用具や、移動の様子を紹介する。



【「命を守る訓練」の様子】

- ④防災・減災を考慮した部屋のレイアウトを作成する。
- ⑤作成したレイアウトをいつまでに実施するか、仲間に宣言する。

平成30年度：「徒歩での帰宅を想定し、ハザードマップを作成しよう」

- ①過去の強い地震発生後の市街地の様子や水害の様子をプロジェクターで示す。
- ②出身中学校ごとに集合し、リーダーを選任する。
- ③相談しながら、安全なルートをハザードマップ用紙に記入する。

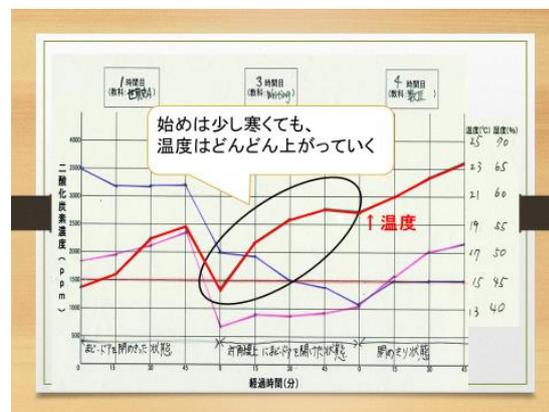
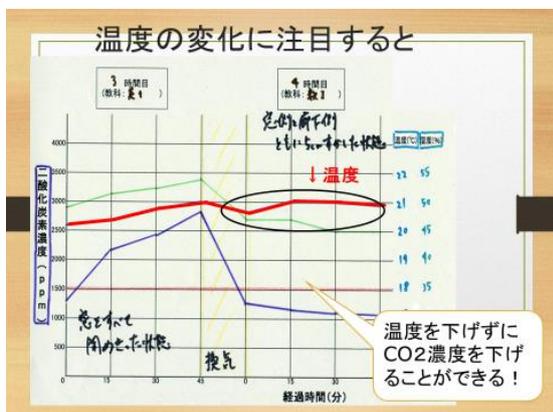
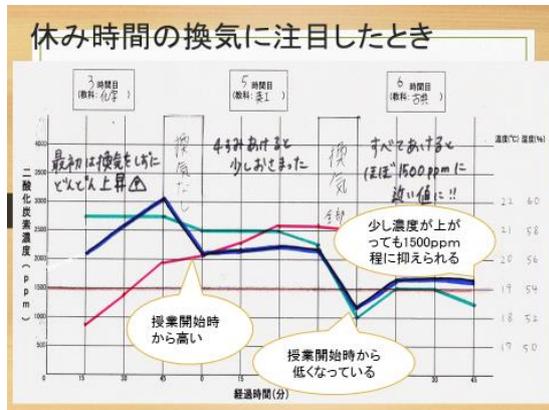
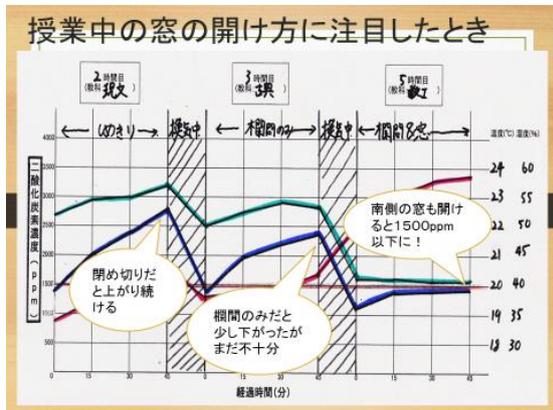
(2) 生徒保健委員会活動

生徒保健委員会は各クラス2名、全校で54名で構成されている。日常の教室点検、飲料水水質検査、校内美化点検に加え、生徒自身でテーマを設定した活動を行っている。

①教室内空気調査

暖房を使用する季節になると、換気は必要と分かっているにもかかわらず、教室の窓を開けることはクラス内の反発を招くことが多い。教室の二酸化炭素濃度や室温の経時変化を換気条件を変えて測定することにより、学習能率の向上や健康維持のためには室内環境の維持管理が大切であることに気づき、積極的に学習環境を整えるための委員会活動である。

平成20年から毎年11月～12月に1年生の全クラスと2年生の希望者で測定し、学校薬剤師の指導のもと保健委員が考えた効果的な換気方法をクラスで発表し、換気を実践している。さらに、委員長が全ての測定結果からの考察をまとめて、保健だよりや学年集会で全校に発信している。



【クラスごとに工夫した測定結果：生徒による発表資料】

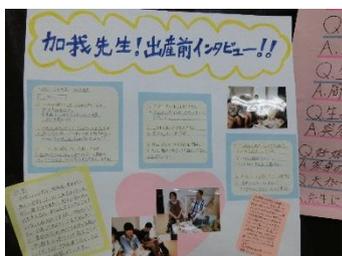
「寒さを感じにくく効果的な換気方法の工夫～欄間の利用～」 「窓を開けると本当に室温は下がるの?～換気による室温変化に注目～」 「気象状況から考える換気方法」 など、生徒の様々な気づきから測定方法を考え、課題を年々更新している。平成30年度は教室温度の環境衛生基準が17℃～28℃に改正されたことと、将来的には学校のエアコン暖房も予想されることから、エアコンを併用して測定をしている。

②文化祭発表

生徒自身が6月末に健康上興味のあることを相談してテーマを決め、全員が何か一つ参加してグループごとに活動したまとめを持ち寄り、9月初めの文化祭で発表している。

平成27年度：「みんなで考えよう、自分のこと、いのちのこと」

赤ちゃんが誕生するまでの過程、性感染症、デートDV、自分の名前の由来、親や先生へのインタビューから、いのちを大切にするために自分にできることを考えた。また、岐阜大学のピア・カウンセリング同好会の学生と男女交際についてのワークで交流した。



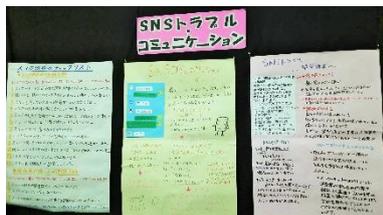
平成28年度：「震災から学ぶ感染症予防 ～見えない敵と戦うには～」

なぜ熊本地震の避難所でノロウイルス感染症が流行したのかに疑問をもち、感染症が起こる原因や環境を調べた。また、手洗い後の細菌培養実験やブラックライトによる手洗いチェッカー作成から、日常の感染症予防方法を考えた。



平成29年度：「スマホに潜む光と影」

スマートフォンやSNSが普及している現代、心身に及ぼす影響やトラブルの実態を把握し、使用法を見直し、適切な使用方法やコミュニケーションについて考えた。スマートフォン使用に関する全校アンケート、先生へのインタビュー、スマホ依存症自己チェックにより、年代別使用目的やコミュニケーションのとり方の違いについて調査した。



また、岐阜大学ピア・カウンセリング同好会の学生による「ラインを使ったコミュニケーション」のブースを設け、相手を思いやる気持ちと自分の気持ちを伝える効果的な方法を体験した。



平成30年度：「喫煙 VS 禁煙」

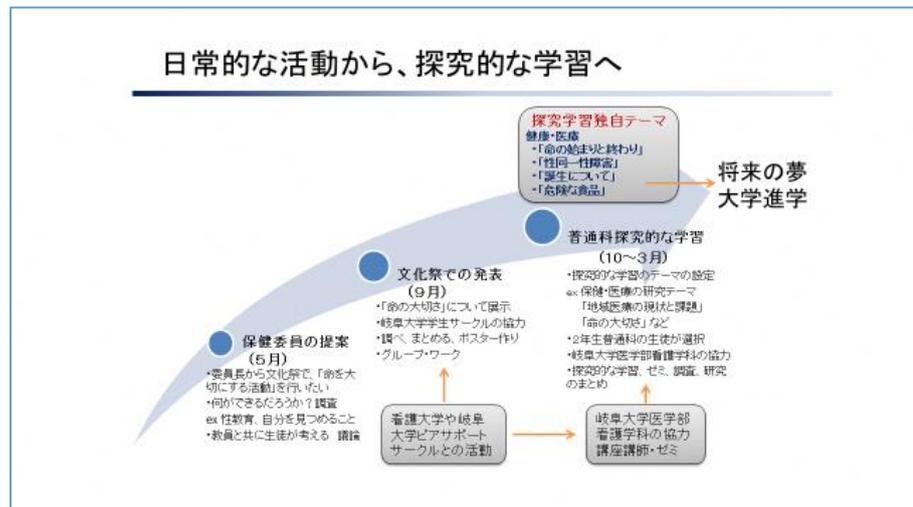
東京オリンピックが近づく中、国や地域で喫煙に対して様々な対策がなされている。「なぜ喫煙はよくないのか、そういわれているにもかかわらず、なぜタバコの販売はなくなるのか」に疑問をもち、喫煙の害、喫煙対策を調べ自分たちにできることを考えた。昨年の反省から、文化祭ではアンケート等に十分な準備と分析の時間がとれないため、写真・図・実験を取り入れて視覚的に訴えて問題提起することを意識して取り組んだ。



(3) 総合的な学習へつなぎ深める ～探究活動～

本校では「探究の時間」において、3年間を通した全体計画のもと、2年生普通科後期の17時間を探究活動に当てている。これは教科学習及び社会や日常生活での疑問点や課題を明確にし、3～4人グループで協働して解決方法を導く研究活動である。クラスを解体して言語・社会・文学・数学・地域・サイエンス・健康医療・未来創造等、分野別の研究室に分かれて週に1回活動する。自ら関心をもったテーマに様々な問題解決方法を考え、自分たちなりの結論を導き出し、2月のポスターセッションで発表する。健康医療分野においては、岐阜大学医学部看護学科と連携し、キャリアプランニングを含めての専門的指導や助言をいただいている。

この活動と連動するため、「いのち」のテーマの文化祭を例にとれば、右のような構図で学校の特色である探究的な学習につなぎ、深めることを生徒に提案している。



これまでに、「命を守る訓練」や委員会活動、教科保健に関連して、次のようなテーマが設定され、探究活動に取り組んでいる。

「親子関係を学ぶ 私たちと親の考えはちがうのか」

「性同一性障害 LGBT を知っていますか」

「災害時の食事、どうする？ 男でもデキる！」

「災害時クッキング 先人の知恵を借りる」

「乳がん アンジェリーナ・ジョリー究極の選択」

「胃がんと喫煙の関係性」

「こんな教室なら快適！」

「感染症予防 手洗い・うがい・マスクは本当に効果的なのか」

「スポーツドリンク、ジュースは一日どのくらい飲んでも大丈夫か」

「気持ちが伝わるコミュニケーション法」



【探究活動発表会】

5 成果と課題

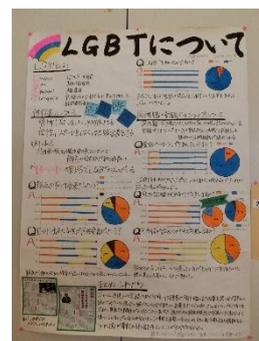
高校生の時期は、発達段階上、大人への依存からはなれて同世代の友人の声掛けが自分の意志となって行動変容のきっかけになりやすい時期である。日常生活の中から生徒目線で捉えた健康問題を取り上げ、課題解決し、生活に活かせる工夫を呼び掛ける学習活動は、生涯を通じた健康づくりに有効であろうと考え取り組んできた。

「命を守る訓練」のあと、家庭での備蓄品の準備・点検、家具等の転倒防止策、地域の避難場所の確認の調査を行った結果、岐阜地区内の他校との間に大幅な意識の差がみられた。学校を離れたときに想定される状況での行動について考えることが防災意識向上に役立つことがうかがえる。

教室内空気調査後のクラスは、校内巡視をすると欄間や廊下の窓がそれぞれの工夫で開けてあり、換気意識の定着がみられる。インフルエンザ流行時には職員間でも学年会で換気の徹底が確認され、生徒の活動を支援できるようになった。冬季（12月～2月）の保健室利用者は減少傾向にあり、インフルエンザ罹患率も県内・市内の高等学校と比べ低い。

文化祭を企画運営した保健委員長は、「食」から管理栄養士へ、「いのち」から助産師へ、「コミュニケーション」から教員へと、それぞれ自分が取り組んだテーマを活かせる進学先を選択し、更にテーマを深めている。

探究活動へのつなぎについてはまだまだ思案中の学習過程である。考えながら理論化していくおもしろさを保健の見方考え方に活かし、健康や安全に関する原則と他教科で得た知識を総合的に関連付けて課題解決し、実社会・実生活で活用できる実行力となるまで高めるために、学校全体で意識的に組み込んだ問い掛けをしていくことが大切であり、探究を進化させたいと考えている。



【発表用ポスター】