

心身ともに健康で安心なくらしができる子の育成

～仲間とともに、助け合い、認め合い、高め合う健康づくり～

岐阜県瑞穂市立穂積小学校

1 学校紹介

本校は、明治6年、旧本巣郡穂積町に開校し、平成15年の町村合併を経て、本年度開校150周年を迎えた。県都である岐阜市に隣接し、名古屋市までのアクセスがよく、東海道線沿線に位置するため、現在も児童数が増加傾向にあり、特別支援学級を含め31学級、児童数798名（令和5年11月30日現在）の大規模校である。



瑞穂市は、木曾三川の長良川と揖斐川に挟まれた水郷地域であり、柿の王様と言われる「富有柿」の発祥地とされ、清流の象徴である鮎も養殖されるなど、豊かな風土を誇っている。

また、校区内にある岐阜県内唯一の歯学部を有する朝日大学と連携し、健康教育や歯と口の健康づくりに力を入れて取り組み、その実践を継続的に、岐阜県内の学校に発信してきた。

2 学校の経営方針と健康づくり

- 学校の教育目標 **かしこくて あたたかくて たくましい子**

かしこい子	あたたかい子	たくましい子
仲間と共に深い学びを生み出す授業	所属感 自己有用感 達成感が味わえる集団	命や身体の大切さを 自覚する活動

- 健康教育の目標 **心身ともに健康で安全なくらしができる子の育成**
- 健康づくりの柱 ①保健 ②安全 ③食 ④運動 ⑤環境衛生

本校では、教育目標及び健康教育の目標の具現に向けて、上記①～⑤を健康づくりの柱に据えて推進してきたが、他者及び自己の肯定感の向上や安全意識の向上について課題が残っている。そこで、今年度は「**自分が好き 学校が好き 穂積が好き**」を合言葉に、自分のよさを理解し、仲間とともに、助け合い、認め合い、高め合う健康づくりに取り組んできた。

自分が好き 学校が好き 穂積が好き



③ **っとできるところ（安心感）**

④ **ながりを感じる場所（仲間）**

⑤ **がき合うところ（高まり）**

3 健康づくりの推進体制

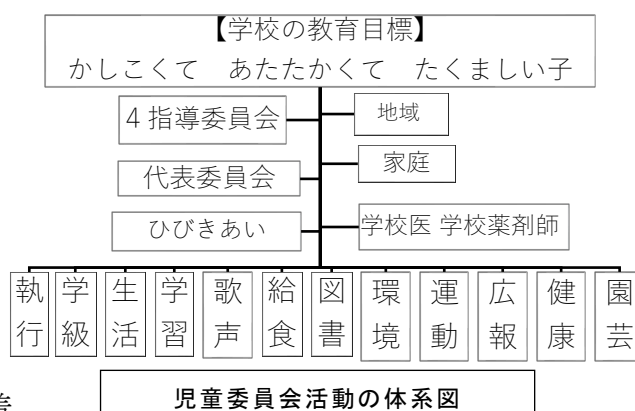
子どもたちの健康な生活を創るために、健康教育全体計画を作成して、様々な教育活動を意図的・計画的・発展的に関連付け、全ての教育活動を通して、健康づくりを推進している。本校の特徴は、各学年一人以上の教職員が所属する以下の4つの指導部会を構成し、校務分掌などをもとに分担を明確にして、より綿密な計画・取組ができる組織力である。

名称	体力向上指導委員会	生活安全指導委員会	道徳特活指導委員会	学習指導委員会
内容	保健・運動・食	安全・環境	人権・心	授業・情報

その他に「不登校・いじめ防止対策委員会」「教育相談委員会」「教育支援委員会」などの即効性が求められる会議や、子ども相談所などが適宜加わるケース会議を機能させて、個に応じた直接的な対応を進めている。

校内外をつなぐ組織として、学校保健安全委員会・食育推進委員会が構成され、学校関係職員・学校医・学校歯科医・学校薬剤師・PTA関係役員が検討し、定期的に健康課題の改善を図っている。瑞穂市においても、瑞穂市学校保健会を年2回組織し、連携を深めている。

また、児童が主体的に活動する組織である児童委員会活動を体系化し、仲間とともに、助け合い、認め合い、高め合う健康づくりが定着してきている。

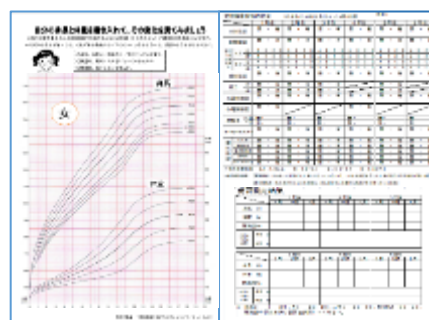


4 健康づくりの実践

(1) 保健

① 自分の体を見つめる健康診断と発育測定

健康診断においては、全体及び個人の健康課題の発見に努め、6年間の成長や検診結果を「健康カード」に記録するほか、「ほけんだより」を通して情報を児童と保護者と共有することにより、健康課題の早期解決に努めている。



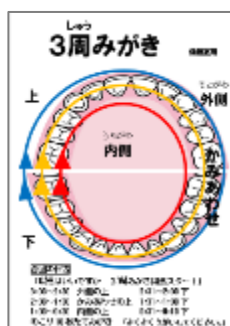
健康カード

また、身長体重は年3回計測し、結果を成長曲線に記して、肥満ややせの問題の早期発見と早期対応につなげている。その内、小学4年生の肥満度25%以上の児童は学校医の病院において、生活習慣病予防健康診断を実施して、食生活を見直すきっかけとして成果を上げている。

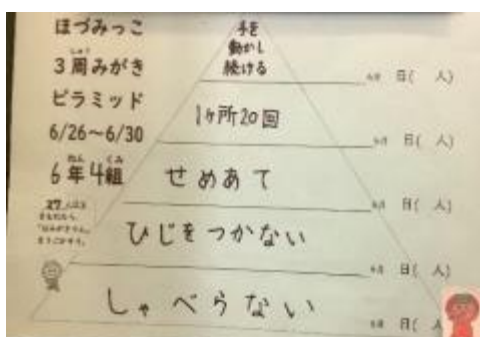
② ほづみっ子発信 歯と口の健康づくり

本校では、学校歯科医や朝日大学と連携しながら、伝統的に歯と口の健康づくりに取り組んできた。コロナ禍においても、これまで積み上げてきた歯と口の健康づくりに関する知識や実践力を活かして、給食後の「3周みがき」を軸に、以下の取組を実践した。

- ・「3周みがき」のスライドの作成や「歯みがきの歌（BGM）」の再録音
- ・歯みがきキャンペーン～段階的な歯みがきのレベルアップを目指して～
- ・「歯みがき先生にチャレンジ」～3周みがきを家族に教えよう～
- ・「3周みがき」オリジナルキャラクターの作成
- ・養護教諭による歯みがき・ハブラシの点検と個別指導
- ・朝日大学歯科衛生専門学校による歯科保健指導 など



「3周みがき」ポスター



歯みがきキャンペーン取組表

3周みがきキャラクター
二代目はみがきりん

外側・内側・かみ合わせを意識しながら磨くことの大切さが分かりました。歯みがきは認知症の予防になると聞いたことがあります。ぜひおじいちゃん、おばあちゃんに教えてあげてください。(母)

「歯みがき先生にチャレンジ」感想

③ 個に応じた健康づくり

多様性を大切にした教育を進めるために、近年、日本語（外国籍）、こだま（難聴）、ことば（言語）、つばさ（通級）、ポカポカルーム（不登校）の各教室を開設した。そこでは、学習・生活・対人関係の学びのほか、健康づくりについても個に応じた指導を推進している。

○ 日本語教室（外国籍）

通訳のできる専門員の力を借りて、健康診断後の治療勧告や調査票などの書類の外国語版を整備し、早期に受診を勧められるようにした。その結果、生活習慣の改善や眼鏡の装用など、学習効果を高めている。

○ ポカポカルーム（校内教育支援センター）

今年度から、コロナ禍に増加した不登校児童を対象に「ポカポカルーム」を開催した。ここでは、長い間、自宅の部屋で過ごしていた子どもたちが、給食を介して会話を弾ませたり、体育館やプールで体を動かしたり、少しずつ健康的な生活習慣を取り戻している。



学級目標「自分らしくあなたらしく」

○ こだま学級（難聴支援学級）

「こだま学級」においては、対象児童が安心して過ごすために教室の環境（パトライトの設置など）を整えた。他にも、交流学級の児童を対象に「聞こえの授業」を実施し、補聴器の試聴やパスアラウンドマイクの使用などの体験活動を通して、困り感を共有することにより、多くの児童が相手のことを考えた行動をとれるようになってきている。



パトライトの設置
赤色・・・緊急時
黄色・・・チャイム

(2) 安全

① 校内ルールの設定

○ 「もくもく移動」

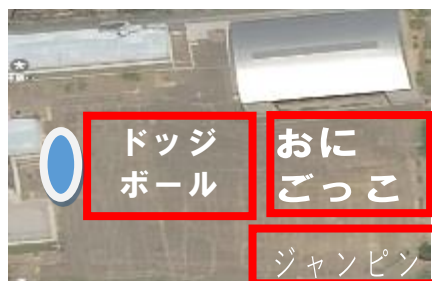
児童と教職員を合わせて800人超が行動するため、移動教室や体育館・運動場・プールへの移動は、トラブルやけがが発生しないように「もくもく移動」を合言葉に整然と移動し、活動する時間を生み出している。

○ 運動場の使い方

休み時間の運動場での衝突によるけがが多かったため、遊ぶ場所を区分するほか、学年を2学級ごとに分けて、遊び場所に入る人数の調整をしてけがの予防に努めている。

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
1・2組	おにごっこ	おにごっこ	なわとび	おにごっこ	図書しゅつ
3・4組	ボール	ボール	なわとび	ボール	読書

曜日別学級別遊び内容の掲示



運動場で遊ぶ場所の掲示

② 安全防災マップの作製

本校の校区は、一級河川が複数流れ、海拔6mの低地であることから、長年水害に苦しんできた。また、岐阜県内でも随一の交通量を誇る国道がある。そこで、地域にある朝日大学ボランティアサークル「めぐる」とPTA役員の協力のもと、校区内の危険箇所と危険内容を地図に記して周知している。また、教職員も下校指導の際に分担して写真を撮り、危険箇所が記載されている地図の更新に努めている。



安全防災マップ

③ KYT（危険予知トレーニング）の実施

6年生が総合的な学習の時間に、防災士を招いて「災害図上訓練(DIG)」 「避難所運営体験(HUG)」を開催した。ここでは、水害時のアンダーパス等の危険箇所を確認し、実際に避難する場所やう回路を想定して危機に備



6年生災害図上訓練(DIG)

える実践力を高めている。他の学年についても、定期的に様々な危険な場面を想定した危険予知トレーニングを実施し、適切な行動に結びつけている。

(3) 食育

① 栄養教諭との連携

瑞穂市給食センターの栄養教諭と連携し、毎日「昼の放送」を通して、児童給食委員会が全校児童に給食を題材にした食育に関わる内容を広めている。また毎月19

よくかむことができる料理はどっち??



「かきりん放送の日」資料(6月)

日を「瑞穂市マスコットキャラクター『かきりん』放送の日」とし、食材や栄養素などを取り上げて、食に関する歴史や文化を学んでいる。

② 食物アレルギー

食物アレルギーのある児童の保護者と定期的に懇談を実施し、管理指導表をもとに対応を検討し、個別の取組表を作成している。次に、取組表を校内アレルギー対応委員会で諮るほか、「食物アレルギー信号」などのルールを確認している。その後は、当該児童、給食当番、学級担任、養護教諭など、複数の目で食物アレルギーの発生の予防に努めて、体系的に誤食の危険を回避している。

生まれ(赤)
この日は食べられないものがあります。

注意(黄)
この食べ物はアレルギーがあります。

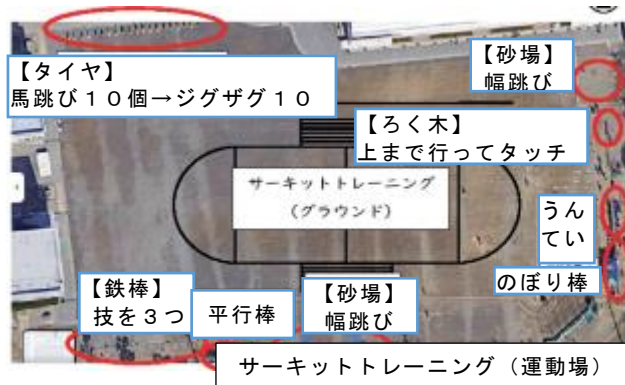
進め(青)
職員室へ除去食を取りに行きます。

みんなで気をつけよう 食物アレルギー信号

(4) 運動

○ サーキットトレーニングの導入

コロナ禍後、体力テストの結果から、全種目で全国平均を下回っていることが分かり、対策として、準備運動に様々な動きを取り入れたサーキットトレーニングを導入した。その結果、体の使い方を習得し、特に、握力の値の高まりが見られた。

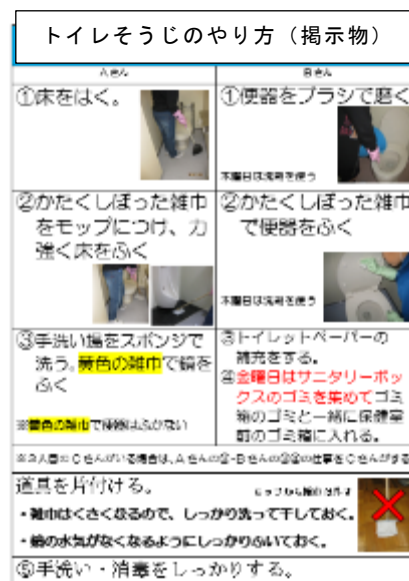


サーキットトレーニング(運動場)

(5) 環境

① 「もくピカ掃除」

本校の5つの宝物の一つに、終了時刻まで黙々と手を動かし続ける「もくピカ掃除」がある。全校で掃除道具の使い方を共通理解するために、児童環境美化委員会が中心となって実演指導している。特に、トイレは汚れやすい箇所であるため、掃除の流れを記した「トイレ掃除のやり方」(右図)を掲示して、能率よく掃除できるようにしている。



② 環境整備

教職員だけでは対応できない運動会のテントの設置や側溝の清掃については、PTA役員などに依頼している。また、草木や花壇の管理など、校地を整備されている地域のボランティアの方が、運動場の土の流出を少なくするための作業をされている。こうした協力のもと、ぬかるみの少ない運動場で、安全に体を動かすことができている。

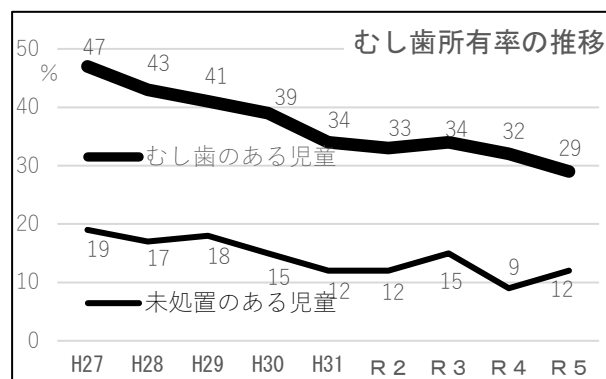


狭い側溝の落ち葉や砂まで清掃

5 成果と課題

(1) 成果

- 長年の歯と口の健康づくりの取組により、むし歯が着実に減少している。
- リーダーが知恵を出し合い、学級や委員会に働きかけることにより、取組の活性化が図られた。互いのよさを認め合う「きらきらほづみっこ」など、自己肯定感を高める一貫性のある実践が根付いてきた。



(2) 課題

- コロナ禍を経験して、体力・心の健康・環境の整備などの健康課題が残っている。一方、感染症対策を講じながらも、工夫して始めた健康づくりもある。今後は、関係機関と連携を図りながら、伝統的な活動の見直しと、新しい活動の定着化の両面から、本校に合った健康づくりの充実を図っていきたい。