自ら健康な心と体づくりに努め、安全な行動ができる児童の育成

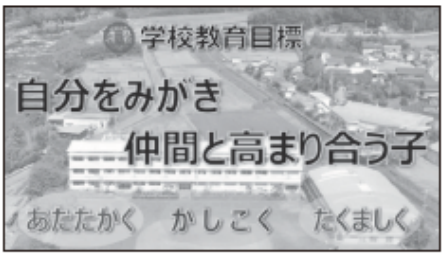
～「自分事」として考え、「主体的行動」につなぐ健康づくりをめざして～

岐阜県郡上市立三城小学校

1　学校紹介

本校は昭和45年に旧美並村2小学校が統合され開校し、本年度で開校55周年を迎える。本校が立地する美並町は「郡上市の南の玄関」に位置し、冬の厳しい冷え込みと雪の多いイメージの郡上市にあって、「郡上のハワイ」と呼ばれるほど、冬でも寒さが厳しくない地域である。町を縦断する清流長良川は、夏にはラフティング、鮎の友釣りの聖地として多くの人が訪れ、賑いを見せる。校名の「三城」は、かつてこの地に築かれた「三つの城」が清流長良川に雄志を映し出していたことに由来し、本年度は特別支援学級を含め9学級、児童数125名（令和7年11月30日現在）が在籍する小規模校である。

2　学校経営の方針と健康づくり



本校では、学校教育目標の具現に向け、教職員と児童は、めざす学校像『誰もが来たくなる学校』を合言葉に、3つのキーコンピテンシーと6つの資質能力の育成に力を注ぎながら学校経営に取り組んでいる。

特に健康教育については、「VUCAな時代；予測不能で困難な時代」や「人生100年時代」と言われるこれからの社会を、児童が「誰一人取り残されず」力強く生き抜き、幸せを手にできるよう、健康教育の目標「自ら健康な心と体づくりに努め、安全な行動ができる児童の育成」と関連付けながら、様々な活動を積極的に、推進している。

3　健康づくりの推進体制

(1) 生活指導部会を「指導のコア」とする推進体制

健康づくりについては、保健主事が指導部長を兼務する「生活指導部会」が中核となり、「心身の健康づくり」の提案を行っている。実践の具体について、学年部会の場で「ねらいの再確認」と「指導の在り方」などを綿密に確認している。

(2) 評価と組織的な運営とのリンク

評価を通じて成果と課題を明確にし、改善策を取りまとめ、指導部会で検討後、次の取組に生かしている。取組は常にPDCAサイクルによる評価を重視し、組織的な運営となるようにしている。

【推進組織の流れ】

(3) その他の組織的な推進体制

不登校・いじめ防止対策委員会、教育相談委員会など、即効性・緊急性が求められる会やケース会議が機能するよう、組織的に推進している。

4　特徴的な活動と特色ある取組

(1) 主体的に取り組む保健指導

①「よく知ろう！わたしのからだ」（健康診断と保健管理の側面から）

学校医と連携し、「保健教育の一環としての意味や大切さ」を指導している。結果の周知で、児童は自身の体について客観的に知るよう指導している。

②「児童主体」の児童会活動（体育健康委員会）で健康づくり

「学校をよりよくする」という願いを基に、児童が「主体的な活動」に活動することを重視している。熱中症対策では、委員が養護教諭に外遊びの可否を相談したり、一緒に指数計を見て活動中止の放送をしたりしている。

③「個別の状況」に対応するための心の健康づくり

心の健康づくりでは、組織的な対応を重視し、教育相談委員会を実施しているほか、不登校未然防止スクリーニング会議、SCの「SOSの出し方」、岐阜県獣医師会主催の「いのちの授業」への参加などを推進している。

(2)「自分の命は自分で守るぞ！」実感を伴った安全指導

全体指導計画、年間安全指導計画に基づき、計画的に「命を守る訓練」「毎月1回のシェイクアウト訓練」「交通安全教室」「KYT」「通学班会」などの指導を行っている。

訓練時には、関係機関との連携も重視し、「失った命は戻らない」「自分の命は自分で守る」ことを繰り返し指導している。

(3)「楽しく食べ、生涯にわたって豊かな生活につなぐ」ための食育指導

健康の保持増進を第一に、給食や学級活動、家庭科、教科横断的な指導、岐阜県教育委員会の事業、給食センターや保護者との連携などを通して「食材を味わう」「食材に触れる」「食材を知る」ことなどを重視しながら、食育指導を推進している。

(4)「たくましさを備えたへこたれない力」を身に付ける運動指導

① 体力と運動技能向上の取組

本校も全国的な傾向と同様、傾向として体力低下が懸念される結果となっている。そのような現状から体育における体力と運動技能の向上等を育むことを重視

し、R4より体育の研究に取り組み、指導改善の結果、好きな教科に「体育」を一番に挙げ、体力テストの結果も高学年で改善が図られている。

② 岐阜県教育委員会等の派遣事業のフル活用

アスリートから学ぶ機会を積極的に活用し、直接指導の機会を得たことで「アスリートの凄味」を実感する機会となった。また、教師自身も体力向上の研修会での学びを参考にしながら、体育の授業改善と創造につなげている。

③ 既定路線・前例踏襲の運動会から「舵を切ったスポーツフェスタ」

「教育的価値のある体育的行事」を目指して以下の視点で取り組んでいる。

◎学校教育目標の「たくましく」と「体力向上を目指す」行事とする。

◎体育の「単元学習の成果を発表する場」として位置付ける。

◎「他者との勝負（比較）」から「自己（記録）」へ挑戦する場とする。

赤白なし・優勝なし・勝敗なし　自己（記録）への挑戦の場

5年生女子

ハードル走の練習の時に、**2回も転んでしまって、本番に転んだらこわいし、はずかしいなと思ってハードル走をやるのが少しいやだなと思っていた。**でも本番は「転んでも大丈夫！」と思って走ったら、転ばないでゴールできて、**あきらめずに頑張ることが大切だなと思った。これからの生活でも色んなことをあきらめずに頑張りたい。**

感想にあるように、児童は「自己への挑戦の意味を実感」し、「たくましさ」を身に付ける機会と捉えてスポーツフェスタに取り組んでいる。

(5)「自らの気づきを主体的行動へ」をキーにした環境衛生と環境整備

なかよし班（縦割り班）による清掃活動は、校舎内外が水を打ったように静まり返る中、「見つけ掃除」も大切にしながら取り組んでいる。また、登校後に進んでグラウンドの草取りをしたり、3年生児童がポスターと動画を作成し、スリッパ揃えを呼びかけたりする「自ら気づいて主体的に行動する」姿が全校に波及している。

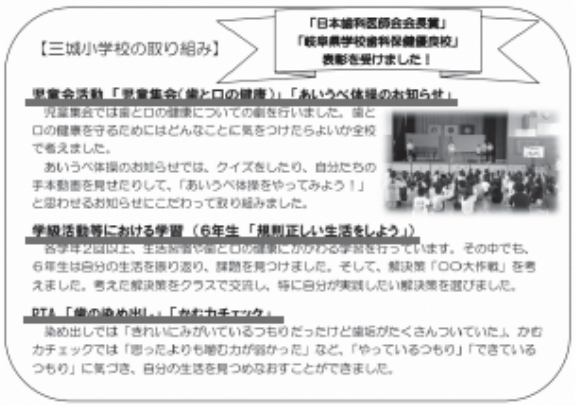
さらに、保護者や地域の方による環境整備も盛んに行われている。

(6)「自分事」として健康課題に気付き、学びを活用できる子にするために

学校歯科医と家庭との連携により「歯と口の健康づくり」に長年取り組んできた結果、昨年度、日本学校歯科医師会長賞を受賞した。取組を形骸化せず、児童が生涯にわたって口腔衛生への関心と歯科予防の理解を深め、よりよい生活習慣を築き、健康で豊かな人生を歩む基礎を培いたいと願って実践している。

また、継続的な取組として「歯と口の健康づくり年間指導計画」「指導案」を作成し、全学年で指導しているほか、「連携と継続」をキーに、夏休みには、「染め出

しチェック」や「歯によい食べ物、家族クッキング」、歯科検診時に学校歯科医が直接指導をするなど、「自分事として捉える指導」を重視している。こうした取組は、右下、美並町学校地域保健連絡会の通信で地域に発信されている。



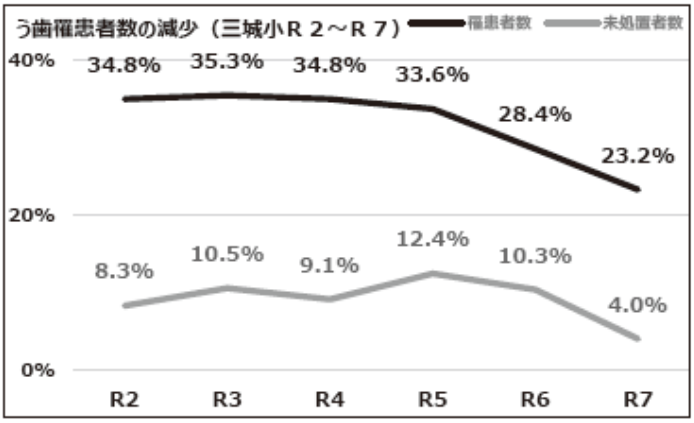
5　成果と課題

様々な有効な手立てにより指導精度が高まった。少子高齢化と人口減少等の社会問題の到来が予想される。児童が「豊かで健康に生きる」ため、取組を正しく評価し、今後、持続可能な取組として継承されることを願う。

(1) 成果

①　う歯罹患者数の減少

年々、う歯罹患者が減少し、取組が成果として表れている。



②　処置完了率の向上

検診後の処置率が年々向上し保護者と児童の「歯と口の健康」への関心が高まっている。

③　児童が「自分事」として捉える指導の有効性

系統性と継続性を重視し、学活や児童会活動の実践、掲示物の作成等の取組により、児童が「主体的に歯と口の健康づくり」に取り組むようになった。

(2) 課題と対策

①　最新的な視点を踏まえた指導を重視する

「生涯にわたる健康習慣の基礎づくり」をベースに8020運動やSDGs（健康・福祉）の視点から、健康を守る自律的な力の育成とオーラルフレイルへの関心を高める必要がある。

②　全人的な「健康教育」の一部として捉える

QOLの向上につなげるため、技術伝達や知識理解の指導で終わらせず、「気づきや主体的行動」を引き出す指導をさらに重視したい。