

研推だより

平成22年5月14日
新潟県養護教員研究協議会
小・中学校研究部

新学期の健康診断等でお忙しいことと思われます。そのような中、研究推進にご協力いただきありがとうございます。

5月10日、第1回研究推進委員会で、一年次の調査結果の考察や二年次の研究について検討しました。詳細については、支部研究推進委員の報告をお聞きください。

研究部では、皆様からご協力いただいた実践状況調査を、集計・検定・考察し、一年次の結果としてまとめました。まだ不備な点もあると思いますが、更に検討を重ね、二年次の調査に活かしていきたいと考えています。この調査結果から活性化につながる要因などが検討され、共有化することで、今後の執務や研修に活かしていただきたいと思います。

第1回研究推進委員会（グループ協議）から

- ・調査結果の考察を実践に活かしていく方法を模索したい。有意差のあるところを中心に、活性化につながる養護教諭の働きかけを研修などに取り入れていきたい。
- ・校種や学校規模によりアスタリスク（*）のついている部分が違う。読み取りは難しいが、組織との連携の大切さを実感した。統計の取り方など研修していきたい。

* 県立教育センター長谷川由佳先生からご講義があり、「クロス集計」や「独立性の検定」についてもご指導いただきました。

「単なる“アンケートのまとめ”は卒業し、調査結果を統計的に検定してみませんか」というお話がありました。

HP会員専用ページより
「調査結果の考察」をダウンロードしてください。

<文献の紹介>

采女智津江編著
『新養護概説<第5版>』
少年写真新聞社（2009）
田中敏・中野博幸著
『10秒でできるクイック
データアナリシス』
新曜社（2004）

研究の概要

研究テーマ「健康教育活動を活性化させる要因に関する研究」<二年次>
～養護教諭が行う組織的な活動の視点から～

キーワード：コーディネーター・自校の健康課題・組織的な健康教育活動

研究方法：会員

重点活動表の作成と健康教育活動の実践
実践状況調査に回答（10月下旬）

支部研究推進委員

支部研修の推進
重点活動表の集約

研究部

研究計画立案
研究誌掲載の研究論文執筆者8名を支援
実践状況調査の実施と考察
研究誌に研究報告を掲載



二年間の研究のまとめの年です。ご協力よろしく申し上げます。

次ページより昨年度末に提出いただきました「重点活動表の考察」から、キーワードに沿って考察されていたものをいくつか紹介します。コーディネーターとしての働きかけがどうであったかなど参考にしてください。

平成21年度 保健室経営の重点活動表考察 < 小学校 > (抜粋)

「生活習慣」

組織的に健康教育を推進するために、校内の「健康・体育委員会」で生活チェック週間を運営した。養護教諭が中心となり、カードや保健指導資料の作成を行なった。組織的に取り組んだことにより、発達段階に応じた内容を検討し、資料を作成することができた。また、全学年分の作成までは至っていないが継続していきたい。また、生活アンケート結果の集計、資料を作成し、学級懇談会で話題にしてもらった。保護者への協力を得るためのよい機会となった。生活チェック週間をきっかけに、生活を見直す機会となったという保護者からの声が多かった。今後も組織を活用し、家庭との連携のもと継続して取り組む必要がある。

今年度は指導の後、チェック期間までに時間が空いてしまったり、講演会と指導の時期がうまく連動できなかつたりして活動が細切れになってしまい効果的にできなかった。次年度は学級指導と他の活動を連動させられるように計画することで、子どもたちの行動を効果的に変容させられるようにしたい。

担任・家庭・養護助教諭が1枚のカードを通して一人の児童の健康生活の様子を把握しながら指導に関わることができた。みんなが共通理解の下、めあて達成に向けての改善に努力できたことが成果につながった。改善できなかったことや守れなかったことをしっかりと評価・反省し、次の取り組みへとつなげることができる児童も多くあった。

年7回継続実施してきた生活振り返り週間の結果から、例年2学期に生活習慣が崩れる傾向がつかめた。そこで、11月の個別懇談会を活用した2学期末の生活改善の依頼と、1月の学年懇談会を活用した成果の説明と、学年の締めくくりとしての生活改善の依頼であった。こうした教育活動の結果、朝食に関する達成率がほぼ100%に近づいたものの就寝時刻や起床時刻に関する達成率は70%台であった。3月開催の保護者のランドデザイン作成委員会ではこのような結果や家庭での子どもの様子から、次年度に向けて健康・体力向上に関する家庭での実践事項は「十分な睡眠をとらせる」に決定した。また、児童のランドデザイン作成委員会でも「決めた就寝時間を守る」が児童の実践事項に決定した。毎日、しっかり朝食を摂ること、早寝・早起きの関係について継続指導していきたい。

学校保健委員会でのコーディネーターとして、パネルディスカッションを実施。また、元気アップ週間に合わせた年2回の各学年への保健指導の実施を通して、児童の生活習慣作り(早寝・早起き・朝ごはん)への意識変容に非常に有効で、数値も上昇した。しかし、メディアは、課題達成できなかった。次年度はメディアをテーマに学校保健委員会を実施し、元気アップ週間でもメディアでの保護者との連携を更に綿密にする工夫の実施。

生活習慣の改善は学校内の取組だけでは難しい。PTA組織で活動を展開することにより、家庭での取組について協力を得やすい体制となった。養護教諭はPTA活動の中心となる厚生部員との連携をとり、活動を推進していった。

PTA学年保健体育部員と連携して実施した健康教育授業は、児童・保護者・教師が睡眠の重要性を共通理解するよい機会となった。教師がリーダーシップを取り、「早起きとメラトニン」「体内時計」など科学的な知識理解が得られる活動と、保護者が参加しての日常生活の振り返り活動などを組み合わせた授業構成とした。知識・意欲・技術に働きかける活動の結果、前年の同時期と比べ、どの学年でも「早起き・早寝」の実施率が上昇した。

担任と連携しての個別指導では、保護者からの相談内容に沿った形で、児童の生活時間構成と日常の健康状態の記録から、生活の見直しを行なった。頭痛・気持ち悪いなどの不定愁訴が現れている場合、睡

眠習慣の改善により症状も改善されるケースがいくつかあった。

体づくりチームの一員として、情報を収集し保護者に知らせることは、保護者に対しては、意識付けとして有効であった。特に個別シートについては、担任と保護者の個別懇談時に活用したため特に有効だった。睡眠についての全校一斉保健指導では、1回だけの実施だったために、児童の行動の変容にまではいかなかった。しかし、保健学習と関連づけで数回実践した学年では、よい方向に変容した児童もいた。次年度も計画的に継続した取組を实践したい。

「食」

グランドデザインの健康教育分野へ参画し、食に関する指導を位置づけて計画を推進することで、学校全体で共通理解の下、実施することができた。食に関する指導の全体計画等を作成し提示することで、他教科・領域との関連を考えながら実践することができた。現在健康であり、特に体の不調がある訳でない子どもたちにとって、生涯を見据えて食生活を改善しようとする気持ちを持ち続けることはなかなか難しい。指導後や取組期間は意識が向上するのだが、時期を置くと薄れてしまう。知識として理解しているものの、いざ行動に移すとなると強い動機づけに欠け、なかなか継続しない。生涯にわたり健康な生活を送るためには児童及び保護者が主体的に取り組むことが不可欠である。継続して取組みを行なうとともに、内容や方法の工夫、多方面からのアプローチ等更なる検討・精選が必要である。

学校内組織を活用し、給食指導部として栄養教諭と連携し取組を進めてきた。また、PTA組織の協力を得て食育座談会を実施することができた。参加者には有意義だったが、日程の都合で参加者が少なかったので、より良い企画を考える必要がある。

取組にあたり、児童の食習慣の課題や課題解決の方策について全職員で共通理解を図った。「養護教諭が結果の集計や分析を行い、体力向上部で方策を検討し、全職員へ周知する」一連の流れを繰り返し行なえたことが、健康教育を推進する上で非常に有効に働いた。食育指導では、児童の実態をよく知る担任と食育の専門家である栄養教諭、養護教諭で指導内容を十分検討し指導を行なった。養護教諭は健康教育推進の核となり 児童の実態を全職員に情報発信する役割 課題解決に携わる者の意見を集約し、連絡調整する役割 課題解決の方策を検討する場を持ち、協力体制を確立する役割を担っている と考える。

さまざまな立場の者で児童の実態をみとり方策を検討したことで、残さず食べる食習慣に加え、食事のときの姿勢や声の大きさといったマナー面の課題も明らかになった。今後はマナーに着目した指導にも取組み、より良い食習慣を定着させていく。

「歯」

保健指導計画を担任と相談の上、作成でき、全職員に提示することができた。担任は見通しを持って体育の授業を行い、養護教諭はゆとりをもって教材研究をする時間ができた。資料の作成や実験を加えたことにより児童の興味を引き出すことができた。兼職発令の手続きをすることにより、校内の支援体制ができた。保健室経営や養護教諭に対して若干ではあるが理解が深まった。

教務の提案により、校時表に歯みがきの時間が確保され、給食後、歯みがき、清掃という順番になり、落ち着いて歯みがきができるようになった。丁寧な歯みがきの指導効果が上がった。保健懇談は、担任が保護者への声がけを協力してくれ、参加率が高まった。重点活動を継続していること、活動計画を全職員に提示していることにより、職員の協力が得られ、効果が上がった。現在のシステムを維持し継続したい。教育活動を実施しただけでなく、児童の変容から評価をすることで、効果の確認をするという意味が実感できた。

「目」

直接児童と関わる学級担任への働きかけが計画ではなかった。しかし、TTで保健指導を行なうことで、学級担任の意識が高まり、長期休業の生活表に「目の健康」の欄を新たに加え、担任からも家庭に働きかけてもらった、次年度も担任と連携を図っていきたい。

「姿勢」

体育の健康面で「姿勢」を重点課題としたことで、学校全体で養護教諭が姿勢指導のコーディネーターとなり、取り組んだ。年度当初に姿勢指導計画を立案し、毎月の姿勢観察や学期ごとの強調週間を設けることにより、児童・保護者・教師の意識の高揚にもつながった。実践の中でメディア視聴時の姿勢に対する意識が低いという課題も見えてきた。次年度も、メディア視聴も含め、姿勢を中心としながら良生活習慣の定着をめざしたい。

「薬物」

保健委員会児童が全校に向けて「飲酒・薬物」について発表したことや、民生児童委員や医師・行政など専門家を招いて行なった拡大学校保健委員会は、薬物の害についてその意義と必要性について理解するよい機会となった。次年度は指導計画を作成し、継続した指導を行なっていきたい。

「自己肯定感」

授業の中で自己肯定感を育もうという視点で、一貫して指導案を作成することは有効であった。児童の自己肯定感を育むには授業だけでなく、日々の健康相談や担任とのかかわりなど並行して、意図的に、自己肯定感を育むことが大事である。児童によい面や成長したところを積極的に伝えたり、担任からも認めてもらえたりできるように関わることも重要である。保健室登校していた数名の児童の自己肯定感も高まることで、完全に教室復帰することができたと考える。

「心」

不登校傾向、特別支援の児童、生徒指導上の問題これらを理由に保健室に留まる児童が多く出た。組織を活用し、情報提供したり、目的を持たせたりすることで現在は全員が改善している。養護教諭の動きは問題を抱えた児童にとって非常に重要である。問題がどこにあるのか明確にする児童理解の力、そのために自校でどんな支援ができるのか、誰にどうアプローチしていけばいいのか、組織を動かす力、高い専門性が必要である。多岐にわたる執務の中で、一人の児童に深く関わることは物理的に難しい。記録の工夫を通して、短時間で有効な関わりができる工夫をしていきたい。

「コミュニケーション」

授業内容や時期を中学校進学前の他校6年生との交流会と並行することで、子どもたちの望ましいコミュニケーション方法に気づき、意欲や仲間との関わりを見直す意識を高めることができた。今後、実践の場となる中学校との情報交換や継続した取組を行うことで実践力が高まると考える。1年次の本年度は、校内全体に連携を広めず、取組の必要性が高い学年を選択し、その学年に提案し実践した。養護教諭が捉えた健康課題解決の取組について管理職や学級担任が問題意識を持つ内容への効果を具体的に説明し、賛同を得るよう説明を心がけた。ひと学年の実践であったが、参考資料や取組成果の提示を行なうことで、来年度も取組が継続することが決定した。

平成 21 年度 保健室経営の重点活動表考察 < 中学校 > (抜粋)

「生活習慣」

望ましい生活習慣の大切さは知っていても、改善していこうという意欲が低い生徒が多かった。特に早起きは寒くなるに従って、ポイントが下がる傾向があった。パワーアップキャンペーンのポイントが前回より上昇した生徒は 2 学期 3 学期と少し増えたが、逆に下がった生徒の方の割合が、上がった生徒の割合よりも 2 . 3 学期とも上であった。この原因を分析し、重点的に取り組む項目をしぼった方がいいのではと感じた。

運営活動 ・ ・ 生徒保健委員会・学級担任と連携して、学期 1 回パワーアップキャンペーンを実施する。

生徒保健委員会・学級担任との連携は、生徒が実施を担当、その結果を養護教諭が評価・考察し、学級担任から事後指導を行ってもらおうという流れを作った。そのため、それぞれの役割が分担されて、パワーアップキャンペーンをより効果的に行うことができた。

運営活動 ・ ・ 保健だよりにパワーアップキャンペーン結果や、生活習慣に関する内容を載せ、それをもとに学級担任が生徒に指導する。

以前から学級担任の生徒への働きかけが大きいほど生徒の意欲も高まる傾向にあった。そこで保健だよりを配布するときに、内容について指導をしてから配布するよう依頼していたが、1 / 4 の担任が指導せずに配布していた。全学級担任から指導してもらおうため、指導のポイントをしぼったり、クラスの特徴をコメントしたりして、担任が指導しやすいように資料提供をすることが重要だと感じた。

運営活動 ・ ・ 保護者や学校医と生徒の生活実態について共通理解を図り、改善に向けての手だてなどについて話し合うため、学校保健委員会を開催する。

学校保健委員会では、実態・問題点について情報提供し、保護者・学校歯科医・市健康推進課職員などから話し合ってもらった。保護者は、子どもの生活について問題意識は持っているが、言うことを聞かないので仕方がないというような受け止め方が大半であった。生活習慣の改善に重要な役割を果たす保護者と上手く連携していくには、これならやれそうだと思うような言葉かけの例や、子どもが納得するような知識・資料の提供などが必要であるし、それぞれの家庭でうまくいった働きかけの例などを引き出す工夫も必要だと感じた。

「メディア」

学校保健委員会の振り返り用紙や学校評価から、メディア利用が生活習慣に与える影響を理解し、自分の生活を振り返り、生活を改善しようという意欲があることは分かったが、生活習慣チェックシートやメディア利用チェックシートのメディア利用時間をみると、あまり改善されていないことから、全体的に意欲はあるが、実際の行動変容や習慣化にはいたっていないといえる。望ましい生活習慣の維持・改善には、学校・家庭・生徒みんなで取り組むことが大事で、効果があることは周知であり、コーディネーターとしてもそれぞれに働きかけることが成果につながると考える。

今回、生徒会保健委員会・学校保健委員会の組織を中心として活動し、学校医へ講話を依頼したことは、啓発活動としては効果があった。また、職員アンケートの項目「生活習慣チェック等を利用し、生徒に生活習慣の改善を指導したか」に 84% の職員が肯定的評価をしており、職員は高い意識をもって生活習慣改善に取り組んでいる。

しかし、家庭との連携という点では、学校保健委員会への保護者の参加は少なく、便りでの様子紹介にとどまっている。今後も校内の健康教育や学校保健委員会メンバーに働きかけ、生活習慣改善に向けて検討、推進を図るとともに、保護者がかかわる機会を増やしていくことが課題である。

「人間関係」

教育活動を充実させるために、他の教職員と連携を図りながら、生徒が抱えた問題の解決を図った。

生徒への対応としては、保健室来室時に行う個別の対応と集団に行う性教育の2つの柱で行った。保健室来室時は、丁寧に対応し、できるだけ具体的な解決方法を一緒に考えた。必要に応じて学級担任、教科担任、部活顧問、ハートフル相談員、教育相談係と連携し、行った。結果、9割を超える生徒が問題を解決するために、何らかの行動を起こすことができた。

集団への対応としては、性教育を指導の場とし、具体的にどのような行動をとることが知識の行動化につながるのかを考えさせ、自分の行動と結びつけることができるように教材・教具を工夫した。感想の記述においても、具体的な場面での選択肢を4つ示し、その中から1つを選び、理由を記述させてみた。結果、学習内容に結びついた感想を9割の生徒が記述した。

また、教職員の教育相談に対する意識を高めるため、外部講師を招き、研修会を企画、実施した。相談にのる側の教職員のストレスの取り方においては、有意義な研修会であったが、生徒への教育相談に活用するところまでは至らなかった。研修会の目的をもっと明確にして、講師の選定を行っていききたい。今後も、コーディネート業務を意識して、養護教諭としての役割を果たしていきたい。

「性」

< 子供の変容や成果から >

生徒の実態から自己有用感が低い、不安感があり、将来の目標を持っている生徒が少ないという現状があるため、性教育を通して生きるための教育をしたいと考えた。教育計画に性教育の年間指導計画を載せ、他教科、特に保健体育との関連を考えて進めるようにした。生徒の実態を考慮して一部内容を変更して、実態に即した指導ができるよう工夫した。

生徒の授業後の記述からは、「自分の命は祖先からつないできたもの命の大切さを知ることができた。」「身体の違いや心の違いがよく分かった。相手を少しでも考えたらひどいことはできない。」など、自他の命を中心にしようという前向きな考えがみられた。

< どの組織を中心に活用したか >

- ・研修部では、年間の研修計画の中に性教育の指導案検討を入れてもらい、時間の確保や指導案、ワークシート等の検討をすることができた。
- ・学年部では、各学年に所属している職員で日程調整や生徒の実態を考慮して進めることができた。
- ・市子育て支援課や助産師と連携して実施することができた。

< コーディネーターとしてどう働いたか・役割は十分であったか >

- ・教職員の共通理解を図るため、年度当初の職員会議で説明することができた。保健室では何を重点に動いていくのかが分かり、職員の協力を得やすい。
- ・時間のない中実施するには、学年部で話し合うための材料が必要である。指導案や資料、ワークシートを準備し、生徒の実態にあわせて変更した。すぐにできるような材料集めが大切である。
- ・子育て支援課や助産師との打ち合わせを行い、協力体制を整えるよう努めた。
- ・保護者と連携するためには、学校保健委員会のテーマを合わせる必要があった。学校の重点課題から、今年度は生活習慣の改善と食生活だったため、協議会や講演会を実施することはできなかった。しかし、性教育を授業参観日に設定したため、便りだけでなく具体的に理解を深めてもらうことができた。

< 今後の課題 >

教職員に意欲的变化をもたらす養護教諭の働きかけ

- 1 教職員の意見やアイデアの尊重
- 2 教育課題への位置づけ
- 3 活動の成果の共有化
- 4 教職員のニーズの顕在化・共有化
- 5 養護教諭の積極的支援

今年度の活動では、「2 教育課題への位置づけ」「5 養護教諭の積極的支援」が中心になっていた。教職員や生徒の問題意識や要求を基盤とした主体的活動を展開する過程を作り出すような働きかけとしては弱かったと考える。生徒指導部会や学年部会で生徒の実態や問題に対する担任の気付きや考えを聞いていくこと、既存の活動場面を活用し、担任の動きに無理のない活動にするなど工夫が必要である。

今年度の活動については、プロセス評価であり、「本当に行った健康教育が良かったのか結果評価」

にはなっていない。次年度は、前後比較デザインで検証を行いたいと考えている。

「食」

＜学校全体の取組として組織の連携を効果的に＞

朝食や給食の摂取実態は一朝一夕には変化しない。しかし、生徒会保健委員会・給食委員会を中心とした年間を通しての活動で、生徒はバランスのよい食事を摂ろうと努力し成果が出始めた。今後も努力していこうとする前向きな成果は、この健康課題が生徒や職員に理解され、「学校全体の取組となった」からこそである。そして、この学校全体でという取組にコーディネートしていくのが養護教諭の役割であったと思う。

まず、「健康課題の中に重点課題を学校のグランドデザインの中に位置づける」ことができたのが一番の鍵だったと思う。教務主任、体プロジェクト主任、給食主任、栄養主査とは時間を見つけては何度も話し合った。また、年度末年度始めの慌ただしい会議の中でも、生徒の実態やニーズをきちんと示すことで理解を得、そして養護教諭の願いを伝えることに努力した。

グランドデザインが明確になれば、生徒委員会活動では保健委員会と給食委員会が協同すること、学校保健委員会を開催すること、PTA保健体育部会の活動内容に取り入れると共に学校保健委員会の保護者代表として位置づけをすること、学校評価では生徒や保護者のアンケート項目にして評価を明白にすることなど、コーディネートが容易になり、校内組織も効果的に動くことができた。

しかし、年度当初にすべてを教育計画に位置づけることはできなかつたので、学校保健委員会開催が12月になってしまった。協議内容を今年度の取組に十分活かすには遅かったが、3学期のバランスチェック週間では、各クラスで保健委員と給食委員が学校保健委員会だよりを説明配布し、学年の目標や取組にして望んだ。このような一連の流れを臨機応変にコーディネートすることもポイントだったと思う。

＜学校保健委員会の取組はスモールステップで＞

今年度の学校保健委員会の重要なねらいは「みんなで生徒の実態がよく分かる」ということであった。生徒自身にも、保護者にも、職員にもそれは十分に達成され、さらに大人も一緒に考えてくれているということが、生徒の意欲にもつながった。さらに、実態が改善されていき、「保護者や、生徒一人一人が健康を感じ取る」といった成果に結びつけるため、来年度もこの健康課題を継続することを学校保健委員会で確認した。

このように単年度ではなく、スモールステップを積み重ねる数年を見通した活動を組むことも、養護教諭ができるコーディネーターとしての役割だと思う。

＜今後の課題＞

* 養護教諭の教育活動と、運営活動の相乗効果

特に朝食の栄養バランスがとれていない生徒について、担任の教育相談日と合わせて、個別指導を行った。その後一週間、栄養バランスの記録と午前中の充実感を記録し、「集中できて、朝食の大切さが分かった」と実感していた。この個別指導は、自分だけでは生活習慣の改善が困難な生徒に大変効果的であった。クラス集計では自分の成果がクラスの成果にもなることにも喜び、該当生徒の後ろ向きだった姿勢が改善されただけでなく、そのクラスの活動、学年の活動、職員学年部の取組姿勢など、他の組織活動にも効果が波及した。

今年度は1年生だけの試みであったが、今後は全学年で実施し、養護教諭の個別指導が当該生徒への指導効果だけでなく、学校全体への相乗効果があることをより明確にしたい。

* 小中連携や地域全体での取組

当校の3学期の栄養バランスチェック週間と、小学校の生活(食)習慣チェックを同一時期に行った。これは区の養護教諭部会が開催された際に、各校の取組紹介をしたのだが、のちに小学校から、兄弟としても保護者としても同一期間だと取り組みやすいだろうと提案があった。時期を同じにした効果についての検証はこれからだが、来年度は小中学校の連携について、より一層区の養護教諭部会をいかしたいと思う。また、区の保健師・栄養士・食生活推進員の方々とも連携し、生徒や保護者のニーズにあったより受け入れやすい取組を考えたい。