

児童の心身の健康に関する啓発活動の在り方

—保健だよりの活用を通して—

教育相談室 長期研修生 養護教諭 上 谷 友 紀

【要 約】

これまで保健だよりを保健教育の啓発活動として発行してきたが、その内容は養護教諭からの一方的なものであり、その活用方法は家庭への配付にとどまっていた。そこで、児童、保護者に保健だよりの掲載内容についての希望調査を行い、その結果を基にした保健だよりを発行するとともに、保健だよりに関する補助指導資料を活用した保健教育の指導を進めた。その結果、心身の健康について理解を深めようとする児童や、家庭で健康について考える親子が増加した。

【キーワード】 保健教育 保健だより 心身の健康 啓発活動 教職員用補助指導資料

1 研究の目的

近年、社会環境・生活環境の急激な変化に伴い、学校現場において、児童を取り巻く心身の健康問題に関する保健教育の必要性が高まっている。そうした保健教育を推進する手段の一つとして、保健だよりは発行されている。保健だよりの発行に法的な位置付けはないものの、「保健だよりに関する実態調査」（難波ら1987）によると、9割を超える養護教諭が定期的に保健だよりを発行していることが分かっている。佐藤・小浜（2011）は、情報発信とコミュニケーションの媒体であることが、保健だよりに必要な要件であると述べており、児童の健康に関する、保健室からの啓発活動の一つであると考えられる。そこで、養護教諭が行う啓発活動の一環として、児童や保護者の意見を取り入れた保健だよりを発行することにより、児童、保護者が心身の健康の保持増進に向けて、家庭で考えたり取り組んだりすることができるのではないかと考えた。また、教職員用の補助指導資料を作成し、保健教育の指導を行うことで、保健だよりをより効果的に活用できるのではないかと考え、本研究に取り組むこととした。

2 研究の内容

(1) 文献等による研究

ア 保健教育について

文部科学省『改訂「生きる力」を育む小学校保健教育の手引』によると、小学校教育における保健教育の目標は、「各学年の発達の段階の特徴を考慮して、身近な生活における自己の健康課題に気付き、その課題解決に向けて自ら取り組み、健康な家庭や学校づくりに貢献するための資質・能力の基礎を育成すること」であり、

「保健教育は、子供たちの発育・発達の段階を考慮して、学校の教育活動全体を通じて適切に行われる必要がある」と記載されている。

イ 保健だよりについて

保健だよりの発行は、養護教諭の職務の一つである保健教育の中の、啓発活動の一環と位置付けることができる。また、松田ら（2020）は、保健だよりについて、健康についての情報発信とともに家庭とのキャッチボールの手段であり、新型コロナウイルス感染症に関する情報発信や感染症予防教育に、大きく活用できると述べており、保健だよりには、家庭と学校をつなぐ役割や、喫緊の健康課題に応じた情報発信の手段としての役割もある。

(2) 実態把握のためのアンケート調査

実践前の6月と実践後の11月の2回、研究協力校の2～6年生児童（373名）、保護者（317名）、教職員（23名）を対象に、以下の3項目を柱としたアンケート調査を実施し、実態把握を行った。

- | |
|-------------------|
| 1 保健だよりに関する意識について |
| 2 心身の健康に関する意識について |
| 3 保健だよりの活用状況について |

(3) 保健だより及び教職員用補助指導資料の作成

ア 保健だよりの作成

まず、児童、保護者の意見を聞くために、児童、保護者及び教職員を対象に保健だより掲載内容についての希望調査を行った。そして、調査結果及び研究協力校の学校保健年間計画を基に養護教諭と協議し、保健だよりの内容を決定した（表1）。なお、学校全体で取り組んでいる新型コロナウイルス感染拡大防止対策の内容

は、毎回掲載することとした。

保健だよりは、研究協力校において、8月から11月にかけて、約2週間に1回のペースで合計6回発行した。

表1 保健だよりの主な掲載内容

発行号	主な内容 (掲載内容希望順位)
8月号	望ましい生活習慣 (保護者3位・教職員1位)
9月号①	熱中症の予防 (教職員2位)
9月号②	けがの手当て (児童4位)
	応急処置 (児童3位・保護者4位)
10月号①	目に優しい生活 (児童5位・保護者5位)
10月号②	人間関係形成 (児童2位)
	心の健康・ストレス (児童1位・保護者1位)
11月号	歯の健康 (教職員3位)
	食育 (教職員4位)

低・中・高学年別で発達段階に応じた保健だよりを作成したり、キーワードを示し、イラストを多く加えたりするなどして、読みやすくなるように工夫した (図1)。

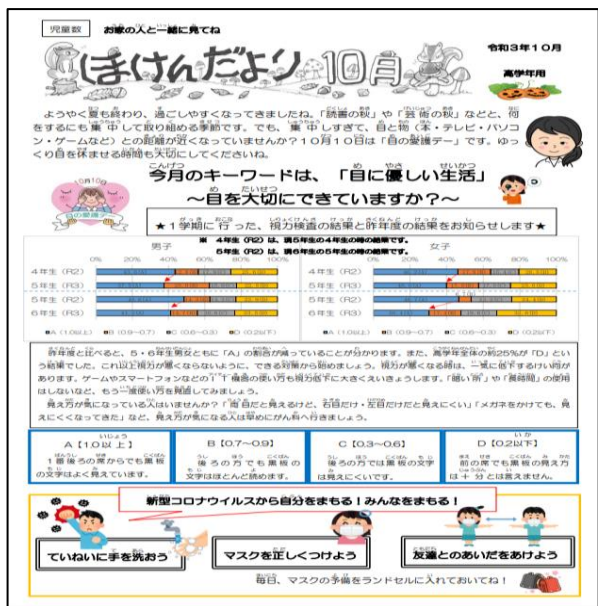


図1 保健だより

イ 教職員用補助指導資料の作成

保健だよりの掲載内容について、児童に特に指導したいポイントをまとめたスライド資料を、教職員用補助指導資料 (以下「補助指導資料」という。) として作成した。児童の発達段階や学級の実態に応じて活用できるように、また、学級担任が短時間で指導することができるように工夫した (図2)。

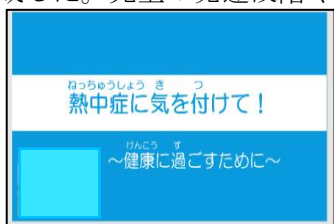


図2 補助指導資料

(4) 保健だより及び補助指導資料の活用

ア 養護教諭による指導

研究協力校の養護教諭が、各学級に対し、補助指導資料を基にした紙芝居を用いて、9月号①の保健教育を行った (図3)。補助指導資料の活用方法の周知を目的に、学級担任も参観した。以降は、学級担任が指導を行うこととし、養護教諭は希望のあった学級で補助を行った。



図3 養護教諭が行う保健教育

イ 学級指導での活用

学級担任が、児童の発達段階や学級の実態に応じて、スムーズに保健教育を行うことができるように、補助指導資料の活用の仕方について共通理解を図った。その上で、保健だよりを配付するタイミングで、学級担任による保健教育を実施した (図4)。



図4 学級での保健教育

ウ 補助指導資料の動画の活用

補助指導資料を基に、約5分間の動画を作成した。作成した動画及び補助指導資料のデータは、共有フォルダに保存し、いつでも保健教育で活用できるようにした。

エ ホームページへの掲載

啓発活動の一環として、研究協力校のホームページに保健だよりのページを作成し、保健だより及び補助指導資料の動画を掲載した。学校で行っている保健教育について、児童が学習の振り返りで活用したり、家族で話し合ったりして、保健教育の学びを深められるようにした。

(5) 実践の検証

ア 保健だよりに関する意識について

(7) 児童の意識の変化

保健だよりを「いつも読んでいる」「時々読んでいる」と回答した児童が、実践前より9ポイント増加した (図5)。保健だよりを読む理由は、実践前後で大きな差異は見られなかったが、「勉強になるから」の項目において増加し

た（表2）。保健だよりには、自分たちにとって必要な情報が多く掲載されていることに気付き、健康に関して理解を深めようとしているのではないかと考えられる。

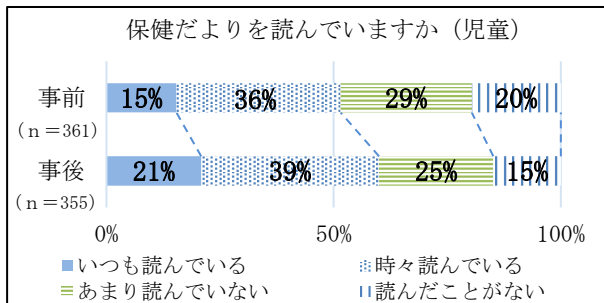


図5 保健だよりを読む頻度

表2 保健だよりを読む理由

	事前	事後
面白いから	16%	16%
関心があるから	15%	14%
読みやすいから	25%	25%
勉強になるから	29%	34%
季節に合っているから	12%	9%
その他	3%	2%

(イ) 保護者の意識の変化

保健だよりを「いつも読んでいる」「時々読んでいる」と回答した保護者の割合にそれほど変化はなかった（図6）。一方、児童と一緒に保健だよりを読む保護者が増加した（図7）。自由記述には、「保健だよりを子どもと一緒に読むようになった」「歯の磨き方について一緒に見直した」などの意見が多く見られ、保健だよりが親子で心身の健康について考えるきっかけになったと捉えられる。今後は、より多くの保護者に保健だよりを読んでもらうために、親子でできる取組を掲載するなど、子どもが保護者に保健だよりの内容を伝えたいと思うようになるための情報提供の工夫が必要である。

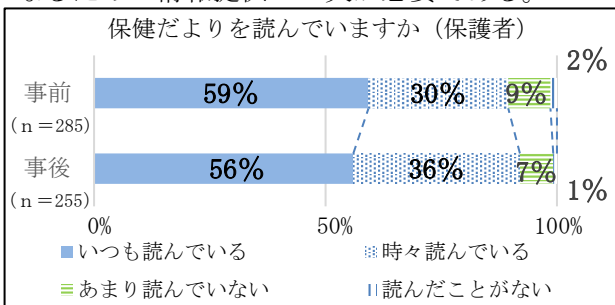


図6 保健だよりを読む頻度

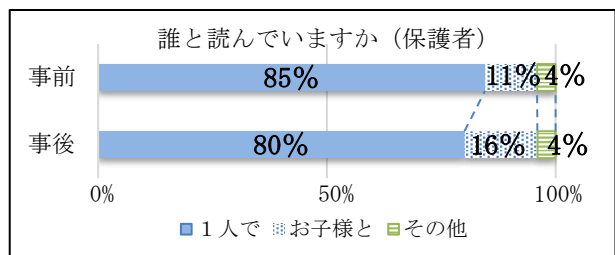


図7 保健だよりを一緒に読む相手

(ウ) 教職員の意識の変化

保健だよりを「いつも読んでいる」と回答した教職員が5ポイント減少した（図8）。教職員に対しては、保健だよりの内容を踏まえた補助指導資料を配付したことにより、保健だよりを読む機会が減少したのではないかと推察できる。

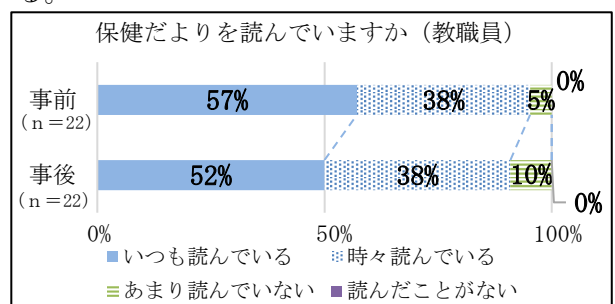


図8 保健だよりを読む頻度

イ 心身の健康に関する意識について

(7) 児童の意識の変化

「身体や心の健康について興味があるか」の問いに対して、「とてもある」「ある」と回答した児童は、実践前後であまり変化が見られなかった（図9）。一方、保護者からの自由記述には、「学校で保健だよりの内容について学んだことを話してくれる」「生活の中で健康に気を付けるようになっていく」などの意見が見られた。また、教職員からの自由記述には、「よりよい生活習慣の在り方について興味を持つ児童が増えた」「自分の生活を振り返りながら考える児童が増えた」などの意見も見られた。このように、行動変容が見られたことから、児童は、あまり自覚はしていないが、心身の健康に関する意識が高まったと考えられる。

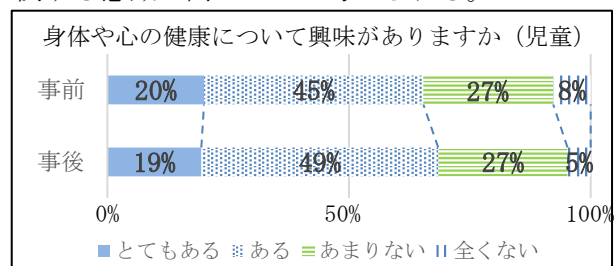


図9 身体や心の健康に関する興味の有無

(4) 保護者の意識の変化

「身体や心の健康について子どもと話すか」の問いに対して、「いつもしている」「時々している」と回答した保護者が13ポイント増加した(図10)。自由記述には、「家族みんなで健康について意識することができている」「視力について親子で話し合った」という前向きな意見も多く見られた。掲載内容の希望調査を基にした保健だよりが、健康に関する話題提供につながり、家庭で、心身の健康について考えたり話し合ったりする機会が増えたと考えられる。

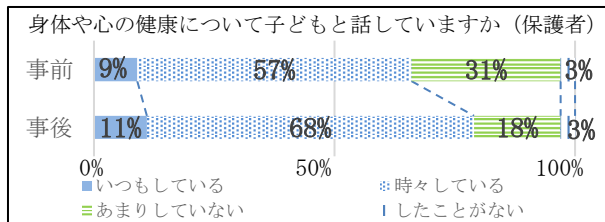


図10 身体や心の健康に関する話をする頻度

ウ 保健だよりの活用状況について

(7) 保護者の活用状況の変化

「家庭で保健だよりについて話す機会があるか」の問いに対して、「いつもしている」「時々している」と回答した保護者が、12ポイント増加した(図11)。自由記述には、「子どもと情報を共有することも多い」「子どもに伝えることが保健だよりから言葉を借りて説明できる」などの意見が見られ、家庭で保健だよりが活用されている様子が分かった。

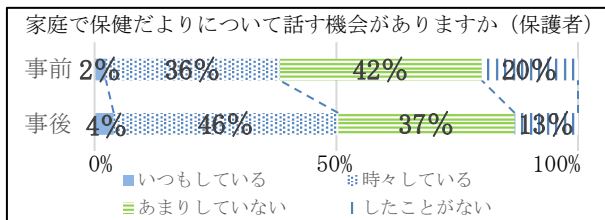


図11 家庭で保健だよりについて話をする頻度

(4) 教職員の活用状況の変化

保健だよりを活用した保健教育を「いつもしている」教職員が、10ポイント増加した。また、「したことがない」教職員の割合は0%となり、全ての教職員が保健だよりを活用したことが分かった(図12)。補助指導資料について「とても役に立った」「役に立った」と回答した学級担任は、94%であった(表3)。自由記述には、「資料を活用し、学年に応じた指導ができた」「授業で『けがの防止』について学ぶので、興味を持たせる良い機会となった」などの意見が見られた。補助指導資料を活用することで、児

童に指導しやすくなったことが分かった。その一方で、「補助指導資料を活用した保健教育を行うのは時間的に難しい」という意見もあった。

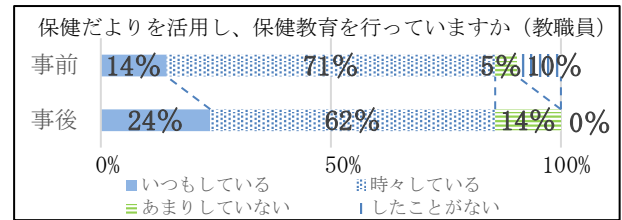


図12 保健だよりを活用した保健教育の頻度

表3 補助指導資料を活用した保健教育の実施

	学級担任の割合(%) (全17人)
とても役に立った	63%
役に立った	31%
あまり役に立たなかった	6%
役に立たなかった	0%

3 研究のまとめと今後の課題

保健だよりを基に補助指導資料を活用し、発達段階に応じた保健教育を行うことで、児童は心身の健康の保持増進に関して理解を深めようとしていることが確認できた。また、家庭においては、親子で健康について考えるための手段として保健だよりを活用していることが確認できた。さらに、児童や保護者のニーズを把握し、保健だよりの内容を検討して作成、活用することは、家庭と学校をつなぎ、児童の心身の健康の保持増進について啓発する上で一定の効果があつた。

今後は、心身の健康の保持増進について、家庭での実践につながるような保健だよりの掲載内容や啓発の仕方を検討する必要がある。また、教職員が無理なく継続して保健教育を行えるように、より効果的な保健だよりの活用方法を研究していきたい。

主な参考文献

- 難波英子 ほか 「保健だよりに関する実態調査」1987
- 佐藤佳代子 小浜明 「「保健だより」に関する一考察—雑誌『健康教室』に掲載された保健だよりの機能の推移と1987・2010年の製作実態に関する比較—」2011
- 文部科学省 『改訂「生きる力」を育む小学校保健教育の手引』2019
- 松田芳子 ほか 「養護教諭が作成する保健だよりに関する検討—養護教諭を対象とした実態調査を通して—」2020