

地域における保健活動の 取り組みについて

東京都千代田区千代田保健所健康推進課長 清古 愛弓



はじめに

新学習指導要領では、6年生の「病気の予防」単元に「地域では、保健にかかわる様々な保健活動が行われていること」が新しく加わった。主に地域の保健所や保健センターの活動について学習するものと考えられる。そこで、住民対象で、小学6年生にも理解できるものに限定して活動の一端を紹介したい。

■千代田保健所の特徴

地域の保健所や保健センターは、住民を対象とした健康づくりや保健活動を行っている。都道府県の保健所は、主に感染症や食品衛生など健康危機管理の役割を担い、市町村の保健センターは、直接、住民の健康管理に携わっている。千代田区のような特別区や中核市、政令市などの保健所は、両方の役割を担っており、下記の特徴がある。

(1)多くの職種の人たちが働く場

保健所では、医師、保健師、管理栄養士、歯科衛生士、診療放射線技師、検査技師、理学療法士、食品衛生監視員、環境衛生監視員、事務職員など多くの職種がチームで仕事をしている。

(2)専門的な相談や検査を行う場

体の健康相談、心の健康相談、感染症の相談、栄養相談、歯科相談、食品の安全に関する相談や細菌検査、水に関する相談や検査、血液検査、便の細菌検査、胸部レントゲン検査など。

(3)各種電話相談や窓口での相談を行う場

健康に関する相談、医療機関に関する相談、予防接種に関する相談など。

■保健所や保健センターでの主な保健活動

(1)母子保健事業

安心して産み育てる環境づくりのため、地域の保健サービスの情報提供や、お母さんの仲間づく

り、専門職による相談などを実施している。

■まま・ぱぱ学級 (母親学級)

- 対象：妊婦さんとその家族
- 日程：3日制
- 内容：妊娠中の生活上の注意、妊産婦体操、沐浴実習（新生児期の赤ちゃんの体の洗いを体重3kgの人形を使って実演）【写真①】、赤ちゃんの保育など。

■土曜まま・ぱぱ学級 (両親学級)

- 対象：妊婦さんとそのパートナー
- 日程：1日制
- 内容：沐浴実習（「ぱぱ」による実習）、妊婦体験（妊婦ジャケットを着用し、妊婦さんの体験をしてもらう）、先輩「まま・ぱぱ」を囲んでの座談会

■4か月児健診 (乳児健康診査) 【写真②】

- 対象：3～4か月の乳児と保護者
- 日程：月1回
- 内容：身体計測（身長と体重）、診察、保健相談、栄養相談など。

■1歳6か月児健診

- 対象：1歳6か月児の幼児と保護者
- 日程：月1回
- 内容：身体計測（身長と体重）、内科診察、歯科健診、保健相談、栄養相談、心理相談、住居衛生相談（アレルギー相談）

■3歳児健診

- 対象：3歳児の幼児と保護者
- 日程：月1回
- 内容：身体計測（身長と体重）、内科診察【写真③】、視聴覚検査、歯科健診、保健相談、栄養相談、心理相談、尿検査

(2)栄養相談事業

食に関する正しい知識の提供や、実習を通じて



写真①：赤ちゃんの沐浴実習



写真②：4か月児健診



写真③：3歳児健診（内科診察）



写真④：離乳食講習会



写真⑤：13か月児～未就学児の歯科健診



写真⑥：結核（接触者）健診

の普及・啓発活動をしている。

離乳食講習会【写真④】

- 対象：4か月児健診と同時実施
- 日程：月1回
- 内容：離乳食の説明と実物を見てもらう。食品衛生の留意点の説明

食育出前講座

- 対象：保育園，幼稚園，児童館など。
- 内容：食育に関するお話や実習

(3) 歯科保健事業

幼児期の，むし歯の予防活動を行っている。

ビーバー教室

- 対象：12か月児
- 日程：月1回
- 内容：離乳完了期のお口の機能とむし歯予防について体験学習

歯科保健相談

- 対象：13か月児～未就学児
- 日程：月4回
- 内容：歯科健診【写真⑤】，フッ化物の塗布などの予防処置，むし歯予防のお話

(4) 感染症対策事業

感染症の早期発見のための検査や，病気を予防するための予防接種を行っている。

結核健診（接触者健診）

- 対象：結核患者と接触があった方
- 日程：週2回
- 内容：問診，胸部レントゲン検査【写真⑥】，血液検査

検便検査（腸内細菌検査）

- 対象：調理施設で働く方
- 日程：週1回
- 内容：便の細菌検査（サルモネラ菌や腸管出血性大腸菌O-157などの検査）

予防接種

百日咳・ジフテリア・破傷風（三種混合），BCG，ポリオ，麻しん・風しんなどの予防接種を主に医師会にお願いし，指定医療機関で実施している。

エイズ検査

匿名，無料でHIV抗体検査（血液検査）を月に1回行っている。

■地域の保健所・保健センターとの連携

まずは，地域の保健所や保健センターの事業に関する情報を知ることが大切。市区町村の保健・健康に関するホームページを検索したり，広報を見たりすることで，把握できる。独自の案内パンフレットを作成している場合もある。

次に，学校保健委員会を活用する方法も有効である。各学校で開催されている学校保健委員会に，地域の保健所や保健センターの職員に出席してもらい，保健活動の紹介をお願いする。

また，取材や見学を依頼することもできる。電話で主旨を説明し，事前に日程調整をすれば，人数については，調整が必要な場合もあるが，取材や見学も可能である。

小学校現場と保健所は，同じ「保健」にかかわる活動を行っているにもかかわらず，接点が少なかったように思う。今後は，さらなる連携が必要とされるであろう。（せいこ・あゆみ）

「習得，活用，探究」の学習を どのように実践するか

これからの保健学習のあり方を探る



順天堂大学スポーツ健康科学部准教授 今関 豊一

はじめに

平成20年3月28日に小学校の新学習指導要領が告示された。体育科保健領域の改善の中で、特に、「知識を活用する学習活動を取り入れる」ことが示されている。

本稿では、このことにつながる「習得，活用，探究」の学習が重視されていることや、保健の学習で、今後、重視していきたいことを中心に述べたいと思う。

1. 習得，活用，探究の重視について

学習指導要領の告示に先だって、平成20年1月17日に中央教育審議会から「幼稚園，小学校，中学校，高等学校及び特別支援学校の学習指導要領の改善について」の答申が出され、そこでは、「習得，活用，探究」について、次のように述べられている。（アンダーラインは筆者）

（略）本来，教科では，基礎的・基本的な知識・技能を習得しつつ，観察・実験をし，その結果をもとにレポートを作成する，文章や資料を読んだ上で，知識や経験に照らして自分の考えをまとめて論述するといったそれぞれの教科の知識・技能を活用する学習活動を行い，それを総合的な学習の時間における教科等を横断した課題解決的な学習や探究活動へと発展させることが意図された。これらの学習活動は相互に関連し合っており，截然と分類されるものではないが，知識・技能を活用する学習活動やこれらの成果を踏まえた探究活動を通して，思考力・判断力・表現力等がはぐくまれる。

しかし，各教科においては，授業時数が削減

される中で，知識・技能を活用する学習活動については指導や成績評価が難しいこともあって，これらの学習活動の意義が理解されず，十分に行われているとは言いがたい。そのため，各教科での知識・技能の習得と総合的な学習の時間での課題解決的な学習や探究活動との間に段階的なつながりが乏しくなり，学校の教育活動全体を通じて，我が国の子どもたちの思考力・判断力・表現力等が十分に育成されていないことの原因となっている。

ここでは、「習得」，「活用する学習活動」，「探究活動」としている。

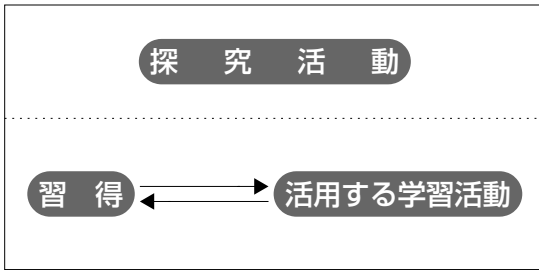
今改訂において，体育科保健領域では，「知識を活用する学習活動」が示され，特に，活用する学習活動が重視されている。平成10年改訂の学習指導要領の保健領域では，「実習などを取り入れたり，課題を解決したりしていくような学習」と示されていた。その解説では，例えば，「具体的に考えたり話し合ったりするグループ活動，ロールプレイングなどを用いて疑似体験する活動」などが示されていた。グループ活動や体験する活動は，多くの学校で取り入れられていたのではないだろうか。しかし，筆者がここ7年間に観察した授業の多くは，話すことや試みることの活動は行っているが，その活動で「何を」学ぶのかが見えにくい授業が多かったと感じている。

これらの改善に向かえるように，習得，活用，探究をどのように受け止めたらよいのだろうか。

2. 習得，活用，探究をどうとらえるか

筆者は，今回の答申では，「習得」，「活用する

「習得、活用、探究」の学習構造



学習活動」,「探究活動」は、上の図のようにいわば2階建てのようになっているととらえている。

このことは、保健の学習では、「習得」と「活用する学習活動」を往復しながら行うことが基本となるであろうということである。そして、それを総合的な学習の時間における教科等を横断した課題解決的な学習や「探究活動」へと発展させることにつなげていくことになる。注意しなければならないことは、保健の学習では、「探究活動」を行わないとか、総合的な学習では、「習得」や「活用する学習活動」を行わないというものではないということである。図の中で、「習得」,「活用する学習活動」と、「探究活動」の間を破線で示しているのはそのことを示そうとしている。「習得、活用、探究」の、どこに重点を置くのかをとらえておくことが重要なのであって、固定されたものではないことに留意しておきたい。

また、「習得」と「活用する学習活動」は、決して1つの方向に進むだけではなく、相互に関連し合って力を伸ばしていくものと考えられる。知識を活用する学習活動が習得のための定着を促進したり、図に示す2階部分としている「探究活動」が知識の定着や知識を活用する学習活動を促進したりすることも考えられる。詳細は、今後の授業実践によって明らかにされてくることを期待したい。

3. 「習得、活用」を重視した授業

保健の学習で、今後、重視していきたいことには、「習得、活用」を重視した授業がある。この方向性は、これまでの取り組みをすべて捨て去って、新しいものを構築していくというものではない。あえておさえるならば、授業での基本に立って方向性をおさえることであると考えている。

これらの学習を行うには、学習内容を明確にすること、明確にした学習内容を身につけること

ができるような、例えば、習得したことや目の前にある情報から内容を理解し、さらに、習得したことを有効に用いて活用する学習活動によって、予想したり、まとめたりすることが不可欠になると考えている。

4. 「習得、活用」をめざす授業の展開例

「習得、活用」をめざす授業の展開例として、第5学年の「けがの防止」単元の「けがの手当」を例に取り上げる(6頁参照)。

資料1には、けがの手当の方法を「つかむ」ことから、けがの手当のきまりと結びつけて「あてはめる」、さらに手当のきまりを用いてその他のけがに「活かす」という学習の展開となる参考例を示している。資料中に「◆」として示したものは、「習得」,「活用する学習活動」とのかかわりで参考となると思われるものである。

教材としては、事前に対象となる子どもたちのけがの状況を把握した資料などを用いることが考えられる。

特に、けがの手当の学習には、保健室から得ることのできる情報が有用である。けがの手当の授業で用いられる資料が自分たちの身近なけがの発症状況であれば、これから学ぶことは「自分のことだ」「自分たちのことだ」と実感することが容易になるであろう。用いる資料に自分の経験とのつながりをもたせることは大切なことである。

方法としては、ここでは発問と実習を用いることとしている。実習は自分の体で具体的に実感することができる。実習による具体性は、けがの手当のきまりの習得を助けるであろう。

また、発問をどのようにするかも工夫が必要である。最も教えたい学習内容に向かえるように、的確な発問づくりが求められる。発問は、思考を促したり、深めたりして、知識を活用する学習活動を展開するのに有効な方法の1つである。

注意しなければならないことは、身近な例を用いることや教材の具体性を重視するあまり、教えるべき学習内容が曖昧になってしまうことである。具体的な日常生活などとのつながりを重視することは、実用的なもの、役立つものを並べればよいということではない。

実習を用いる場合であっても、方法として用いた実習によって「何を」学ぶのかを明確にしてお

【資料1】「けがの手当（小学校第5学年）」＜参考例＞

(1) ねらい

- ・けがの手当について、友達との意見の出し合いに、進んで取り組もうとすることができるようにする。(健康・安全への関心・意欲・態度)
- ・けがの手当について、その他のけがの手当を習得した手当のきまりを効果的に使って、予想することができるようにする。(健康・安全についての思考・判断)
- ・けがの手当には、きず口を清潔にする、押さえて出血を止める、冷やすなどの方法があることについて、言ったり書き出したりすることができるようにする。(健康・安全についての知識・理解)

(2) 展開

過程	学習内容及び活動	教師の支援	その他
注目する (3分) つかむ (15分)	<p>1 本時の学習の確認</p> <p>2 けがの手当の方法を、実習を通して理解する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・校内のけがの状況を示す。 ・本時は簡単なけがの手当について学習することを伝える。 	
	<p>Q1-1 すりきずの手当は、「消毒」と「水洗い」のどちらを先にしたらよいでしょうか？</p> <p>(予想) ・水洗いが先。 (理由) ・砂とかを先に洗ってから消毒する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・予想した理由も考えてみよう。 ・水洗いを先に行い、汚れを落としてから消毒することを説明する。出血している場合の手当も説明する。 	<p>◆「きず口を清潔にする」ことの学習(習得)</p> <p>ワークシート</p>
	<p>Q1-2 鼻血が出たときは、「上を向く」「下を向く」のどちらがよいでしょうか？</p> <p>(予想) (予想) ・上を向く。 ・下を向く。 (理由) (理由) ・鼻血がたれないように。 ・鼻血がのどの奥に入らないように。</p> <p>・上を向くように言われた。 ・鼻血が止まるように。 ・たくさん出てこないように。 (止血の実習) ・止血するところ、押さえる強さを確認する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・予想した理由も考えてみよう。 ・「上を向く」「下を向く」の人数を挙手により集計し、そのように回答した理由を板書していく。 ・「下を向く」こと及び鼻血の出血するところと止血するところを説明する。 ・止血するところを実習でおさえさせる。押さえる強さも確認する。 	<p>◆「押さえて出血を止める」ことの学習(習得)</p> <p>ワークシート</p> <p>◆実習により「押さえて出血を止める」ことの学習(習得)</p>
	<p>Q1-3 やけどの手当は、冷やすときに水道水を「直接当てる」「ずらして当てる」のどちらがよいでしょうか？</p> <p>(予想) (予想) ・直接当てる。 ・ずらして当てる。 (理由) (理由) ・よく冷えるように。 ・直接当てると痛いから。 ・きず口が汚れているかもしれない。 ・水の勢いで痛いから。 ・水がしみる。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・「水道水をやけどの部位に直接当てる」「水道水をやけどの部位よりも少し上にずらして当てる」を部位に印をつけて例示し、予想させる。 ・「ずらして当てる」ことと、その理由はやけどをしたところは皮膚が弱っていること、水ぶくれはつぶしてはいけないことを説明する。 	<p>◆「冷やす」ことの学習(習得)</p> <p>ワークシート</p> <p>評価【知識・理解】</p>
	<p>3 けがの手当のきまりを具体例に活かす。</p> <p>・自分で、その場でできるけがの手当には、「①きず口を清潔にする」、「②押さえて出血を止める」、「③冷やす」などの方法がある。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・けがの手当のきまりには、「①きず口を清潔にする」、「②押さえて出血を止める」、「③冷やす」などの方法があることがあることについて説明する。 	<p>◆けがの手当のきまりの学習(習得)</p>
あてはめる (7分)	<p>Q2 すりきず、鼻血、やけどは、手当のきまりのどれにあてはまるでしょうか？</p> <p>(予想) (手当のきまり) 1) すりきず — ①きず口を清潔にする。 2) 鼻血 — ②押さえて出血を止める。 3) やけど — ③冷やす。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ワークシートに3つのきまりと1)～3)の具体例で、関係の強いものを線で結ばせる。 ・記入ができない児童には、板書やワークシートを確認するように助言する。 	<p>◆具体→抽象</p> <p>◆前半で学習した具体例を手当のきまりにあてはめる。(活用する学習活動)</p> <p>ワークシート</p> <p>評価【思考・判断】</p>
活かす 予想する (13分)	<p>Q3 けがの手当のきまりを使うことができるけがには、他にどんなものがありますか？</p> <p>(予想) ・足をくじいた(ねんざ)。 ・骨折 ・ぶつけてうちみになった(だばく)。 ・切りきず</p> <p>(予想) (手当のきまり) 4) だばく — ①きず口を清潔にする。 5) ねんざ — ②押さえて出血を止める。 6) 切りきず — ③冷やす。 7) 骨折 — ?</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・初めに、ワークシートに習得した手当のきまりを、考えるときの枠組みに活用して、けがの予想をさせる。次に、予想したけがにあてはまる手当について関係の強いものを線で結ばせる。 ・予想のときに「だばく」が出てこなかったら加える。 ・記入ができない児童には、板書やワークシートを確認するように助言する。 ・「骨折」については、外見では判断できないことから、けがの手当をするときは、近くの大人に知らせることを確認する。 ・関係の強いものを説明する。 ・けがの手当のきまりは、本時の事例以外のけがの手当にあてはめることができるものもあることを説明する。 	<p>◆抽象→具体</p> <p>◆その他のけがの手当を習得した手当のきまりを効果的に使って、予想する。(活用する学習活動)</p> <p>ワークシート</p> <p>評価【思考・判断】</p>
振り返る (7分)	<p>4 振り返る。</p> <p>・ワークシートに記入する。</p>		

【資料2】本時に用いる内容の整理〈参考例〉

学習内容(手当のきまり)	手当のきまりを支える具体例や手当の方法	具体例や方法に用いる用語	
・自分で、その場でできるけがの手当には、 ①「きず口を清潔にする」、 ②「押さえて出血を止める」、 ③「冷やす」 ことがある。	・すりきずの手当は、水洗いを先にする。 (すりきずの手当は、きず口を清潔にしてから消毒する。)	・すりきず ・水洗い ・清潔 ・消毒	
	・鼻血の手当は、下を向いて鼻を押さえる。 (鼻血の手当は、出血したところを押さえて出血を止める。)	・鼻とのどは、体の中でつながっている。	・鼻血 ・下向き(上向き) ・出血 ・押さえる ・鼻とのどのしくみ
	・やけどの手当は、冷やす。	・水道水で冷やすときは、やけどをした部位の少し上に水を当てて冷やす。 ・やけどの水ぶくれは、悪化するのでつぶしてはいけない。	・やけど ・冷やす ・部位 ・水ぶくれ
	・だぼくの手当は、冷やす。		・だぼく ・冷やす ・皮膚 ・出血
	(・ねんごの手当は、〇〇。(「冷やす」を入れて説明する。))		(・ねんご)

くことが大切である。

例えば、鼻血の手当の実習で「下を向くこと」や「押さえる場所」にばかり注意がいきま、い、「押さえて出血を止める」という学習内容がどこかに飛んでしまうことがよく見られるからである。具体例の知識の注入の学習にとどまっているのであるならば、教えるべき内容の学習が抜け落ちてしまうことが考えられる。

これらを避けるためにも、授業で取り上げた、けがの手当の学習を通して、知識としての原則を他のけがにもあてはめて使えるように知識を活用する学習活動が展開される授業づくりをすることが肝要である。そのためには、「自分で、その場でできるけがの手当には、①きず口を清潔にする、②押さえて出血を止める、③冷やすことがある」という学習内容を明確にしたうえで、これを習得し活用する学習活動となるように授業を組み立てたい。けがの手当としての基本的な原則を、生活経験と関連づけたり実習によって体験したりして習得することができるように、けがの手当の具体例や実習による学習が行われるようにしたいのである。これによって、きまり、方法、用語を習得し、知識を活用する学習活動を展開したい。そして、授業からさらに広がって探究活動へと段階的につなげたいのである。

資料2には、「何を」教えるのかという学習内容、それを支える具体例や手当の方法、用語の整理を試みた例を示している。授業づくりにあつ

ては、このような整理をすることが大切である。

まとめとして

資料1、資料2に示した参考例に限らないが、保健領域の学習は、知識を活用する学習活動となるように授業づくりをすることが重要である。

そのためには、例えば、子どもの学びが身近な具体例から抽象的な学習内容に向かえるようにすることである。そして、抽象的な学習内容から自分の生活の具体例にあてはめるようにすることである。このことは、具体と抽象を振り子を振るように往復することであり、生活の経験と学習内容を双方向に向かって振りながら深まっていく学習の展開をつくることである。

具体性を高めた教材や実習、思考力を深める問いかけによる方法によって生活とのつながりを具体的につかみ、身につけた知識が生きてはたらくようにしたい。

このことは、学ぶ意欲を高め、思考力・判断力等を育成することにつながるであろう。

(いませき・とよかず：体育科教育法)

新しい保健学習と これからの健康教育

東京都文京区立誠之小学校校長 米山 和道



自らの健康を適切に管理して、様々な課題に対応していくうえでの健康教育の役割がますます求められている。今回告示された、学習指導要領に関する見直しの中の保健領域では、健康や安全に関する情報を正しく判断し、知識を健康管理のための行動に結びつけることが強調されている。前号の『こどもと保健』では、新学習指導要領の背景や改訂点などが説明され、保健授業の具体的な方向性が示されている。

ここでは、これらのことを受け、子どもの生きる力を重視した保健学習の計画と充実した授業づくりを推進していくために「現場サイドの受け止め方とその具現」について述べ、各校の参考になればと願うものである。

1. 新たな内容は子どもの今日的な健康課題

中央教育審議会 スポーツ・青少年分科会 学校健康・安全部会では、平成20年1月17日に答申を公表した。その中で、子どもたちの心身の健康に関する今日的な課題に着目して、「子どもの健康・安全を守るための基本的な考え方」では、以下のように述べている。

近年、社会状況や人々の生活状況の変化の中で、メンタルヘルスに関する課題を抱える子どもや適切な食習慣の身に付いていない子どもが増加するとともに、子どもを標的とするあってはならない事件が発生するなど、子どもの健康と安全に関する新たな課題が生じており、その解決が求められている。

その背景としては、社会環境や生活環境の急激な変化が、子どもの心身に大きな影響を与えていることなどがあげられる。そこで、こうした子どもの健康に関する今日的課題に対して、学校の教育活動全体を通じて健康教育を充実し、生涯にわ

たって自らの健康を適切に管理し改善していく資質や能力を育成するために、保健の内容の体系化が貫かれていることと受け止める。

2. 今回の改訂のポイント

小学校の体育科保健領域では、学習指導要領の全体的な改訂の趣旨を反映しながら、次の内容が新たに加わった。

○「健康によい生活」の理解（第3学年）

ここでは「心や体の調子がよいなどの健康の状態は、主体の要因や周囲の環境の要因がかかわっていること」が加わった。ふだん健康であれば意識しない「健康の状態」を、まず保健学習のスタート地点に位置づけたわけだが、小学校の中学年のころは、これから子どもがきちんとした生活リズムをつくっていくためにも、そして、なぜそれが大切なのかをきちんと理解させる時期としても適切であろう。また、家庭との連携も重要になる学習内容である。

この時期の子どもは好奇心旺盛なうえ、活動的で、「あれ？ これは？」とか「どうなっているんだろう」などの疑問を感じ、結果を出そうとする。そうした発達の特性をおさえ、普段の生活の中からの新たな発見やこれまでの体験・実感を通して健康のすばらしさを理解させ、保健学習のスタートにしたい。

○犯罪被害をとらえた「身の回りの生活の危険」（第5学年）

「けがの防止」單元では、現行の学習指導要領で「ア 交通事故、学校生活の事故などによるけがの防止には、…」となっていたが、今回の改訂では、「ア 交通事故や身の回りの生活の危険が原因となって起こるけがの防止には、…」と記述さ

れている。ここでいう「身の回りの生活の危険」とは、上記の答申からもわかるように、子どもを標的にする犯罪被害を含んだ意味合いがあることが予測される。この学習においては、セーフティ教室などいわゆる防犯教室などを通して、能力や態度の育成や習慣化を図ることと区別して、これまでの交通事故や学校生活での事故によるけがの防止と同じく、「周囲の危険に気づくこと（危険予測能力）」「的確な判断の下に安全に行動すること（危険回避能力）」「環境を安全に整えること」の原理・原則の理解を中心に、思考力、判断力などの育成に努め、学習の展開を図ることを大事にしたい。

○地域での様々な保健活動（第6学年）

第6学年では、新たに「地域では、保健にかかわる様々な活動が行われていること」が加わり、地域の保健活動を学ぶことになった。ここでは、予防接種などの経験や幼児期の保護者のかかわりなどから地域の保健活動についてまとめるとともに、健康な生活のさらなる向上に結びつけていく。

また、これまでに学習してきた、病原体が要因となる病気の予防や生活習慣病の予防が、主として個人のレベルでの予防に対して、保健所の活動は「みんなの健康を守る」という集団のレベルでの予防という形でまとめなおすのもよい。具体的には家庭や保健所と連携を図りながら、できるだけ身近な問題としてとらえなおしていく工夫が必要となる。

3. 学習内容を子どもの学びに転化させる

「習得」「活用」の学習

これからの時代では、思考力・判断力・表現力が求められ、その前提として、知識・技能の習得が大切になる。

保健学習においても、「知識を活用する」保健学習のあり方が「指導計画の作成と内容の取扱い」の中で述べられている。しかし、このような知識・技能を活用していく学習は、これまでも大事にされてきたことである。その意味では、これまでの授業の展開の中で、子どもの自主性を尊重するあまり、教師が知識を教え込む指導を躊躇する状況があったのではないかと指摘もある。子どもの立場におきかえると「活動ありき」の反省で、

学習活動の工夫にばかり目が向けられ、様々な活動の展開をしてはいるが、学習内容がおさえられていないという反省もある。実際にあった話であるが、「歯周病の予防」の学習を終えたとき、子どもの中から「歯周病って何？」と質問する子がいたという。これらのことは、まずおさえておくべきことは何か、そのうえでどのような学習活動の形態を使ってそれを広げ、深めていくか、という共通認識のあり方に問題があったように思える。

保健領域では、まず、知識・技能の習得があって、そのうえに思考・判断、そして表現の活動があって成立していることをおさえ、教師の一貫した指導を大事にしたい。このことを、6年「病気の予防」で考えると、単に病気の原因「病原体・生活行動・環境・体の抵抗力」にとどまらず、それらの言葉の解釈やそれらが原因となって起こる病気など、基本的な概念を理解することが知識・技能の習得となる。

病気の原因を「病原体」を例にしてもう少しわかりやすく表現すると、「病原体が主な要因となって起こる病気」の起こり方（原因）では、「病原体とは、病気のもとになる小さな生物のことで、主な病原体には、細菌やウイルスなどがある」ことをまず明確にして、それらは「どこにいるのか」、そして「空気中に飛び散った病原体が口や鼻から体の中に入る」「食べ物や水などから体の中に入る」ことをしっかり理解することである。その際、子どもたちの中から、「インフルエンザや食中毒などがそうだ」など、具体的な病気を例にしてあげてきたり、「病原体を体の中に入れないことが大切だ」といった予防にかかわるような発言があれば、次の知識を活用する「病気の予防」の予備活動にもなる。感じ取った発言を大事に受けとめ、次回などの時間に生かすようにしたい。

知識を活用する学習では、考え、判断し、表現を重視した活動をさす。「病気を予防するには」では、知識・技能が確かなものであれば、考え・判断・表現するといった活用が期待できる。こうした知識・技能を習得し活用していく学習は、教師は常に意識してきたことである。行き着くところ、今回の改訂においても、授業力向上にかかわる教師の研鑽が求められているといえよう。

（よねやま・まさみ）



回答：東京学芸大学教授 渡邊 正樹

新学習指導要領



Q

今回の小学校保健領域の改訂では、「中学校の内容につながる系統性のある指導ができるよう健康に関する内容を明確に」とありますが、どの部分をさしているのでしょうか。

A

新学習指導要領についての中央教育審議会の答申では、体育科、保健体育科の系統性について、次のように述べられています。

「学習したことを実生活、実社会において生かすことを重視し、学校段階の接続及び発達に応じて指導内容を整理し、明確に示すことで体系化を図る」。

また保健の課題として、「生涯にわたって自らの健康を適切に管理し改善していく資質や能力を育成するために、保健の内容の体系化を図ること」があげられています。

このように、新学習指導要領では学校段階の接続を意識した系統化が図られていることから、小学校における指導であっても、中学校で学ぶ内容を知っておくことが重要です。そこで、中学校の保健体育科保健分野について、新学習指導要領の内容と特徴を見てみましょう。

(1)心身の機能の発達と心の健康

発育・発達については、小学校同様に個人差があることが内容として明記されました。また、精神と身体の相互影響も、小学校の記載との整合性が図られています。小学校で学んだことを踏まえ、単なる現象としてではなく、科学的にしっかりと基礎・基本を理解できるようにすることが求められています。

(2)健康と環境

小学校における環境についての学習は、明るさの調節や換気が健康に必要であることに限定されていましたが、中学校においては環境から個人が影響を受けることを明らかにして、明るさや空気だけではなく、温度、湿度、飲料水さらには廃棄物の問題まで広がっていきます。

(3)傷害の防止

交通事故と自然災害を中心として、傷害の人的要因と環境要因について学びます。小学校における「けがの防止」では、けがを防ぐための内容を学ぶことが中心ですが、中学校ではけがの発生要因を掘り下げていくこととなります。なお応急手当では、中学校で、現行の高校同様に心肺蘇生法を取り上げることになりました。

(4)健康な生活と疾病の予防

新たに加わった医薬品の使用を除けば、小学校で学ぶ内容とほぼ対応していますが、小学校の内容とは明らかに区別されています。例えば生活習慣病では、調和のとれた生活を続けることの必要性だけでなく、生活習慣の乱れとその結果についてもより詳しく学びます。また健康を保持増進するための社会の取り組みを示したことで、小学校の最後に位置づく地域の保健活動とつながりました。

このように、小学校と中学校のそれぞれに系統性を意識した学習内容が配置され、中学校では小学校で学んだ内容を踏まえて指導する方向性がはっきりとしたと考えられます。なお現行の小学校、中学校、高等学校の保健には、それぞれ目標についての特徴があります。すなわち、小学校では実践的な理解を、中学校では科学的な理解を、高等学校では総合的な理解を図るという点です。学習についての基本的な方向性は、新学習指導要領でも踏襲されると思います。小学校での指導では、やがてそれを踏まえて中学校で指導されることを十分意識したうえで、しっかりと基礎・基本を身につけることができるように指導することが必要です。

Q

新学習指導要領の「内容の取扱い」で、「食育」の観点も踏まえて指導するように配慮すると新たに記載されていますが、どのような点に留意すればよいか教えてください。

A

平成19年3月に文部科学省より発行された『食に関する指導の手引き』には、食に関する指導の目標が6つあげられていますが、その中の1つが「心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい

栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける」ことです。このことは体育科保健領域の内容とかがかかわっています。

『食に関する指導の手引き』には各教科等における食に

(1)心身の機能の発達と心の健康について理解できるようにする。

- ア 身体には、多くの器官が発育し、それに伴い、様々な機能が発達する時期があること。また、発育・発達の時期的程度には、個人差があること。
- イ 思春期には、内分泌の働きによって生殖にかかわる機能が成熟すること。また、成熟に伴う変化に対応した適切な行動が必要となること。
- ウ 知的機能、情意機能、社会性などの精神機能は、生活経験などの影響を受けて発達すること。また、思春期においては、自己の認識が深まり、自己形成がなされること。
- エ 精神と身体は、相互に影響を与え、かかわっていること。欲求やストレスは、心身に影響を与えることがあること。また、心の健康を保つには、欲求やストレスに適切に対処する必要があること。

(2)健康と環境について理解できるようにする。

- ア 身体には、環境に対してある程度まで適応能力があること。身体の適応能力を超えた環境は、健康に影響を及ぼすことがあること。また、快適で能率のよい生活を送るための温度、湿度や明るさには一定の範囲があること。

- イ 飲料水や空気は、健康と密接なかわりがあること。また、飲料水や空気を衛生的に保つには、基準に適合するよう管理する必要があること。
- ウ 人間の生活によって生じた廃棄物は、環境の保全に十分配慮し、環境を汚染しないように衛生的に処理する必要があること。

(3)傷害の防止について理解を深めることができるようにする。

- ア 交通事故や自然災害などによる傷害は、人的要因や環境要因などがかわって発生すること。
- イ 交通事故などによる傷害の多くは、安全な行動、環境の改善によって防止できること。
- ウ 自然災害による傷害は、災害発生時だけでなく、二次災害によっても生じること。また、自然災害による傷害の多くは、災害に備えておくこと、安全に避難することによって防止できること。
- エ 応急手当を適切に行うことによって、傷害の悪化を防止することができること。また、応急手当には、心肺蘇生等があること。

(4)健康な生活と疾病の予防について理解を深めることができるようにする。

- ア 健康は、主体と環境の相互作用の下に

成り立っていること。また、疾病は、主体の要因と環境の要因がかかわり合って発生すること。

- イ 健康の保持増進には、年齢、生活環境等に応じた食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活を続ける必要があること。また、食事の量や質の偏り、運動不足、休養や睡眠の不足などの生活習慣の乱れは、生活習慣病などの要因となること。
- ウ 喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為は、心身に様々な影響を与え、健康を損なう原因となること。また、これらの行為には、個人の心理状態や人間関係、社会環境が影響することから、それぞれの要因に適切に対処する必要があること。
- エ 感染症は、病原体が主な要因となって発生すること。また、感染症の多くは、発生源をなくすこと、感染経路を遮断すること、主体の抵抗力を高めることによって予防できること。
- オ 健康の保持増進や疾病の予防には、保健・医療機関を有効に利用することができること。また、医薬品は、正しく使用すること。
- カ 個人の健康は、健康を保持増進するための社会の取組と密接なかわりがあること。

関する指導の展開も紹介されています。そこでは教科の特性を生かしながら、食に関する指導の進め方の例があげられています。例えば、第3・4学年の内容では、「体の発育・発達について理解できるようにする」における食育の視点は、「体をよりよく発育・発達させるためには、学校給食献立のように多くの種類の食品をとることができるような調和のとれた食事が必要であることを学習します」と説明されています。具体的には、毎日の学校給食に牛乳が出る理由を考えることから、調和のとれた食事についての学習を進めることができるというものです。

また第5・6学年の内容では、「病気の予防について理解できるようにする」における食育の視点は「心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事の摂り方を理解させ、自ら管理していく能力を身に付ける」と説明されています。ここでは、食が起因する生活習慣病を取り上げて、日常的に問題のある食生活の積み重ねが病気を引き起こすことがあることを学びます。

食育は、教科や道徳、特別活動、総合的な学習の時間を活用して推進していきますが、それぞれの教科等の目標や特性のうえで進めていく必要があります。保健領域の特性とは、「健康・安全についての基礎的・基本的な

内容を、簡単な作業や実習などを取り入れながら、実践的に理解することを通して、自らの生活行動や身近な生活環境における課題を把握し、改善できる資質や能力を培うこと」です。野菜の栽培方法を調べたり、調理の方法を考えたりする学習とは異なりますので、学習内容をしっかり押さえたうえで指導することが大切です。

なお保健領域において、指導上特に注意しなければならない点がいくつかあります。

まず第4学年では、たん白質、カルシウム、ビタミンなどを取り上げますが、ここで初めて学習する事柄ですので、理解しやすい食材を取り上げるなどの工夫が必要です。栄養素を詳しく取り上げると、理解が逆に不十分になりますので、注意が必要です。

また保健領域においては、食事だけではなく、運動や休養・睡眠も重要な学習内容ですので、調和のとれた生活習慣について指導するように常に意識してください。そして調和のとれた生活を続けることが大切であることに気づかせます。

なお、『食に関する指導の手引き』は現行の学習指導要領に基づいて記述されていますが、新学習指導要領においても十分活用が可能です。新学習指導要領実施以降の実践に、ぜひ生かしてください。(わたなべ・まさき)