

(4) 資料等

【板書計画】

地域の保健活動の取り組み

地域で行われている様々な保健活動について知り、健康のための行動について考えよう。

● 学校での保健活動 ● 地域での保健活動 ● 健康な生活のために地域とのかかわり

保健所写真 保健所写真

水質検査写真 健康診断写真

生活の仕方がかかって起こる病気の予防 病原体がもとになって起こる病気の予防

病院写真 禁煙支援写真 検診通知写真 予防接種通知写真 飲食店写真

保健だより 保健集会写真

夜間緊急写真 食事バランスガイド 講演会ポスター 予防接種写真 営業許可賞

薬局写真 健康づくり店 食品衛生検査写真

地域でも、保健にかかわる様々な活動が行われている

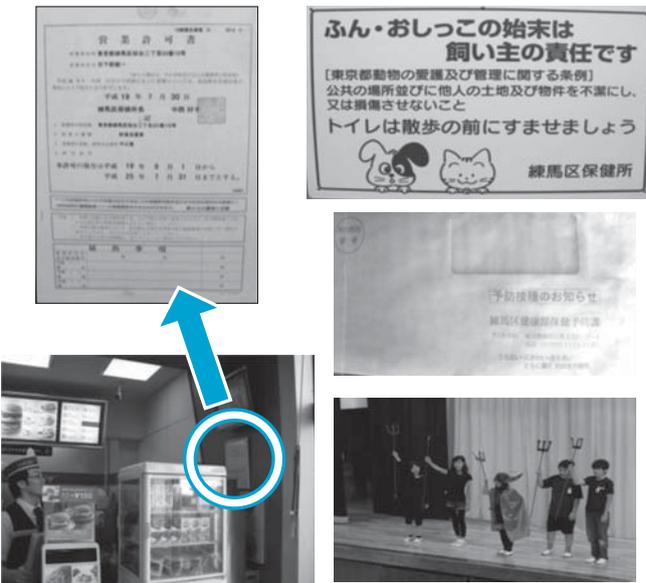
健康な生活習慣にかかわる情報提供や予防接種などの活動が行われている

一人一人の主体的な保健行動が必要

学校 地域

自分・家庭

【主な掲示物】



【ワークシート】

地域の様々な保健活動の取り組み

6年組 ()

①保健所の仕事は次のうちどれでしょう。○をつけてみましょう。

予防接種の実施 (じっし)	飲食店の衛生管理・指導
赤ちゃん検診の実施	床屋・美容院の衛生管理・指導
がんの検診の実施	プールの水質検査の実施
健康づくりの教室	赤ちゃんのいる親子の食事講習会
ねずみ・害虫などの相談	健康フェスティバルの開催
妊婦への健康支援 (しえん)	病院のペット数の確保に関すること
銭湯の衛生について	コインランドリーに関すること
ペット・動物などの管理	食の大切さを伝える後援会の実施
薬局の衛生管理	夜間救急に関すること
墓地に関すること	バランスのよい食事の紹介

②自分の生活とかかわりの深い保健所の取り組みについて書きましょう。

生活の仕方がかかって起こる病気の予防 病原体が元になって起こる病気の予防

地域でも、人々の健康のために () () など、様々な活動が行われている。

③自分や家族が健康でいられるために、地域や学校の取り組みを生かして取り組んでいきたいこと、家族に知らせたいことやお願いしたいことを書きましょう。

自分 【健康な生活のための課題】 ○○だから。
【具体的な行動】 これからは○○していく。これからも○○し続ける。

家族 () 【健康な生活のための課題】 ○○だから。
【具体的な行動のアドバイス】 ○○するといいい。○○してほしい。

6. 特別活動及び総合的な学習の時間との関連

(1) 特別活動との関連

保健委員会に所属している児童から保健室で行われているけがの手当や定期的な健康診断、日常的に行われている水質検査などの取組について、給食委員会に所属している児童から給食室で行われている衛生管理や食の安全の取組について、紹介させたり、調べて発表させたりするなど、関連付けることで、児童がより身近に保健活動を実感できる。

(2) 総合的な学習の時間との関連

総合的な学習の時間では、本単元の学習から発展させて、自分の健康課題に合った「保健所や保健センターの取組」について、更に詳しく調べたり、自らの健康をプロモートする方法について考え、実践したりするような活動が考えられる。身の回りの情報を自らの課題に合わせて選ぶ活動は、学習内容をより確実に身に付けることにつながる。また、自分だけでなく、家族の健康課題に合わせてその改善のための計画を立てるような活動を広げて行うことも効果的である。

第2節 特別活動（学級活動，児童会活動等）

1. 学級活動

1. 題材名 第2学年「せいけつな体」（内容（2）－カ）

2. 題材の目標

○自分の体に関心を持ち，よりよい健康を保つために体を清潔にすることができるようにする。

3. 題材について

○学習指導要領及び解説の位置付け

（1）学級を単位として，仲良く助け合い楽しい学級生活をつくとともに，日常の生活や学習に進んで取り組もうとする態度の育成に資する活動を行うこと。

〔第2－2－第1学年及び第2学年〕

（2）心身ともに健康で安全な生活態度の形成〔第2－共通事項－（2）－カ〕

（3）育成する態度として

- ・問題の解決方法について考える
- ・正しい方法や自分にあった方法を選ぶことができる
- ・目標をもって努力することができる。

○題材設定の理由

本題材は，心身ともに健康で安全な生活態度の形成に関わる内容である。これまで子どもたちは，運動後や給食前に手を洗うという姿は見られる。しかしながら，手を水でぬらすだけなど形式的な行動にとどまり，意識して体を清潔に保とうとするまでには至っていない。そこで本題材では体を清潔にする大切さに気付き，その方法についてみんなで話し合い，自己目標を決め実践していくことが重要であると考えた。そのことは基本的な生活習慣の実践を図る上で意義深い。

○本題材の指導

事前にアンケートを取ることや清潔な体にする方法を調べておくことで体に関心をもって取り組めるようにする。また，ペープサートを使うことで感情移入ができ，自分の問題として考えられるようにする。本時では実際にウェットティッシュで体を拭き体の汚れを確かめる体験活動を取り入れる。体をきれいにする方法を考え，これからどのように実行していくかをカードに記入する。また，3年生の保健学習で科学的な根拠に基づいた学習をすることを伝え意欲をもつことができるようにする。さらに，家庭に授業の内容と子どもの様子を学級通信等で伝え，家庭でも取り組んでいくことができるようにする。

4. 指導計画

	日時	活動内容
事前	9月20日帰りの会 随時	(1) アンケートによる実態把握を行う。 (2) 養護教諭や保護者からきれいな体にするための方法を聞き取る。
本時	9月25日 5校時	○よりよい生活のために，体を清潔にする大切さがわかり，体を清潔にする方法について自己決定する。
事後	9月26日～10月2日 10月3日 朝の会	(1) 体を清潔にする方法を1週間実践し，振り返りを行う。 (2) 1週間の実践後，清潔な体について自己評価する。

5. 本時の展開

目指す児童の姿

集団活動や生活への 関心・意欲・態度	集団の一員としての 思考・判断・実践	集団活動や生活についての 知識・理解
自己の身の回りの問題に関心を持ち、進んで日常の生活や学習に取り組もうとしている。	学級生活を楽しむために日常の生活や学習の課題について話し合い、自分に合ったよりよい解決方法などについて考え、判断し、仲良く助け合って実践している。	学級生活を楽しむことの大切さや、そのための基本的な生活や学習の仕方などについて理解している。

時間	学 習 活 動	○指導上の留意点 ◆評価
導入 5分	1. 手洗いやお風呂など自分たちの日常の様子を振り返る。	<ul style="list-style-type: none"> ○実態調査のアンケート結果から、めあてにつなげることができるようにする。 ○ペープサートを使い自分のこととして捉えることができるようにする。
展開 25分	<p>2. 体のどこが汚れているかを考える。</p> <p>○手、足の裏、首、耳の後ろ、爪、髪の毛、わき、おしっこやうんちの出るところ</p> <p>3. 体を清潔にするの大切さについて考える。</p> <p>○病気 ばいきん において</p> <p>4. 体を清潔にしている経験や工夫を話し合う。</p> <p>○足の裏もせっけんで洗う。</p> <p>○下着を毎日取り換える。</p> <p>○お風呂で首や耳の後ろも洗う。</p> <p>○手洗いのときは指の間、爪、手首まで洗う。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○男女の絵に汚れている部分を丸で囲み、体の汚れを視覚的に捉えることができるようにする。 ○手や首などウエットティッシュで実際に拭き、気付にくい所の体の汚れを意識できるようにする。 ○汚れ方には個人差が出るので、いやな思いをさせないように配慮する。 ○体を清潔にすることは、健康な生活を送る上で大切であることに気付かせる。 ○児童の考えを共感的に受け止める。 ○事前に養護教諭や家庭から聞き取りをしたこと、図書館で調べたことを出し合う。 ○手洗いの正しい洗い方を教え、他の体の部分にも応用できるようにする。
終末 15分	<p>5. 自分に合った体をきれいにする方法を決める。 (自己決定)</p> <p>6. 自己決定したことを発表する。</p> <p>7. 教師の話聞く。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ◆【思考・判断・実践】友達の意見を参考にしながら体を清潔にする方法を決めることができる。(自己決定カード・観察) ○一人一人の自己決定を認め、称賛して実践への意欲を高める。 ○3年生の保健学習の「体の清潔」で更に詳しく学習することを伝える。

めあて からだをきれいにするほうほうをみつけよう。

低学年ではペープサートや紙芝居、劇などを入れると感情移入しやすくなる。

体験活動を取り入れることで実感がもて、問題を意識できる。

明日から何をすればいいのかははっきりとわかるように、自己決定カードを用いる。

2年生の学級活動から3年生の保健学習へとつなげる。

資料1 事前アンケート

からだアンケート 2年 組 ()

1 休み時間、外であそんだあと、手をあらいますか？

- ①いつもあらう ②ときどきあらう ③あまりあらわない ④あらわない



2 手をあらうとき、ていねいにあらいますか？

- ①石けんをつけて、ゆびの間、てくびまでていねいにあらう
②ときどきていねいにあらう ③あまりていねいにあらわない ④あらわない

3 お風呂に入ったらどこをよくあらいますか？

- ①足 ②足のうら ③せなか ④うで ⑤くび ⑥おなか
⑦あたま ⑧顔 ⑨わき ⑩耳のうしろ

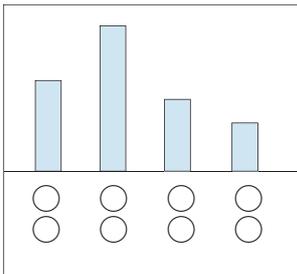


資料2 本時板書計画

せいけつなからだ

めあて からだをきれいにするほうほうをみつけよう。

手あらいグラフ



お風呂でよくあらうところ

- 1 い うで
2 い あたま

9 い くび
10 い みみのうしろ

からだをせいけつにしていると

びょうきになりにくい。
ばい菌がつかない

からだをきれいにするほうほう

- てあらいの時はゆびの間、手くびまであらう。
- せいけつなハンカチであせをふく
- お風呂で耳のうしろくびまできれいにあらう
- くつしたをはく
- まいにち下着をとりかえる

体がよごれているところ



- ・時間がなくてていねいに手をあらっていない
- ・耳のうしろがよごれているあまり気にしていなかった
- ・うでや足のまがっているところが黒い
- ・ツメの中に土が入ったまま

がんばること

-
-



びょうきにつながる

資料3 本時 自己決定カード

せいけつなからだ 2年 組 ()



めあて

からだがよごれているところに○をつけよう

わたしが体をきれいにすることでこれからがんばることは

どこを () を () どのように () きれいにする

からだぴかぴかがんばりカード

	はんせい◎○△×	かんそう
月		
火		
水		
木		
金		

1 しゅうかんをふりかえって、がんばったことやうれしかったことをかきましょう。

(おうちの人から)

6. より効果的な実践のために

本題材は児童の生活との関係が強いと考えられる。例えば、風呂の入り方など各家庭によって様々であろう。実践する場面が家庭に広がるため、懇談会や学級便りを通して授業のねらいや内容を保護者に伝え協力を依頼するなどの配慮が望まれる。

体を清潔にする方法のポイントについては、養護教諭と連携していくことが考えられる。特に事後の個別指導においては、養護教諭の協力が期待される。

7. 体育科保健領域との関連

本時の2年生の学級活動(2)の題材では、体を清潔にする態度形成を養うものである。2年生で、体を清潔にする方法について調べ、みんなで話し合い、自分なりに決めて実践していくことをねらいとしている。その後、3年生の保健学習「体の清潔」での正しい知識の習得・活用を通して課題が明確化され、「ああ、なるほど」と納得する理解へとつなげ、実践への意欲を高めていくことが期待できる。

1. 題材名 第4学年「男女の協力」(内容(2)-ウ)

2. 題材の目標

○男女の協力に関心を持ち、意欲的に日常生活に取り組むことができるようにする。

3. 題材について

○学習指導要領及び解説の位置付け

(1) 学級を単位として、協力し合って楽しい学級生活をつくとともに、日常生活や学習に意欲的に取り組もうとする態度の育成に資する活動を行うこと。

[第2-2-第3学年及び第4学年]

(2) 望ましい人間関係の形成〔第2-共通事項-(2)-ウ〕

(3) 育成する態度として

- ・問題を自分のものとして真剣に考えることができる
- ・具体的な解決方法や目標を決めることができる
- ・一定期間継続して互いに努力することができる

○題材設定の理由

本題材は、望ましい人間関係の形成に関わる内容である。子どもたちは、これまで、男女一緒に遊んだり、グループ活動をしたりしているものの、男女別でグループが形成され、男子だけ、女子だけで行動する傾向も示すようになってきている。そして、これからさらに、男女の違いを感じながら、男女が分かれ、困っているときに異性に声をかけなくなったり、互いに反発して対立したりしてしまうことが懸念される。

そこで、男女を意識し始めている、このような時期に、体の違いやものごとの考え方や感じ方の違いはあっても、男女が互いに理解し協力し合うことは、より良い人間関係を築く大切な基盤となると考え、本主題を設定した。

○本題材の指導

事前にアンケートを取ることで男女の協力に関心をもって取り組めるようにする。また、事前に学習している体育科保健領域「育ちゆく体とわたし」の内容である「異性への関心が芽生えること」についても関連付けて指導することとする。本時では、男女が互いに協力しているか振り返り、思春期の心の動きの特徴についても触れ、互いに理解し、協力していこうとする意欲を高め、どのように実行していくかを自己決定させ、「男女の協力がんばりカード」に記入させる。そして事後に、自分で決めためあてに応じて、一週間取り組み、そのカードに様子を記入させる。

4. 指導計画

	日時	活動内容
事前	12月7日 帰りの会	○アンケートによる実態把握を行う。
本時	12月11日 2校時	○よりよい生活のために、男女が協力して生活していくことを自己決定する。
事後	12月12日～12月18日 12月19日 朝の会	○男女の協力がんばりカードを1週間実践し、振り返りを行い自己評価する。

5. 展開例

目指す児童の姿

集団活動や生活への 関心・意欲・態度	集団の一員としての 思考・判断・実践	集団活動や生活についての 知識・理解
自己の生活上の問題に関心を持ち、意欲的に日常の生活に取り組もうとしている。	楽しい学級生活をつくるために、日常の生活の課題について話し合い、自分に合ったよりよい解決方法などについて考え、判断し、実践している。	楽しい学級生活をつくることの大切さ、そのためのよりよい生活の仕方などについて理解している。

時間	学習活動	○指導上の留意点 ◆評価
導入 10分	<p>1. 自分たちの日常の様子を振り返り、本時学習のめあてをつかむ。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○アンケート結果を基に学級の実態を知る。 <ul style="list-style-type: none"> ・係活動の時、協力できていない。 ・学習や清掃では、協力できている。 ○協力できなかった結果、どんな困ったことがあったか発表し合う。 <ul style="list-style-type: none"> ・時間どおりに終わらない。 ・みんなに迷惑をかける。楽しくない。 	<p>○アンケート結果から、協力できている活動、できていない活動を捉えさせる。</p> <p>○アンケート結果を基に、協力できなくて困ったことを発表させ、めあてにつなげられるようにする。</p>
<p>めあて 男女が協力していくためにどのようなことが大切かを考えよう。</p>		
展開 25分	<p>2. 男女の協力が大切であることを知る。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○事例を基に、男女が協力できなかった理由を話し合う。 <ul style="list-style-type: none"> ・男女がなんとなく分かれていて、話ができないから。 ・一緒にしようと思っても、相手にされず、無視されると思いやわらないから。 ・思っていることと違うことをしてしまっとうまくいかないから。 ○協力できた場面について話し合い、どんなことをしたことがよかったかを考える。 <ul style="list-style-type: none"> ・掃除の時間、机を運ぶのに困っていると、声をかけてくれて、一緒に運べた。 ・廊下に水をこぼしてしまったとき、バケツと雑巾を持ってきてくれた。 ・手伝った時、ありがとうと言われてうれしかった。 <p>3. これから協力していくためにどのようなことが大切かを話し合う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・はじめから男女別と考えないとよい。 ・文句を言わないよう、また、困っていたら声をかけられるよう、相手のことを考えるとよい。 	<p>○体育科保健領域で学習した内容やアンケート調査で記載された事例を提示し、協力できない理由を考えさせる。</p> <p>○思春期の心の動きの特徴について知らせる。</p> <p>○協力できた場面を挙げさせ、協力するために必要な点に目を向けさせる。</p> <p>○なんとなく分かれていることに気付かせ、互いに協力していこうという気持ちは誰もが感じていることを知らせ、協力しようとする思いを高めるようにする。</p> <p>○批判的な見方が、相手の意欲を損なわせてしまうことにも気付かせる。</p> <p>○児童の考えを共感的に受け止め、自分の実態について再確認できるようにさせる。</p>
終末 10分	<p>4. 話し合ったことや今までの自分を振り返り、自分のめあてを決定する。〈自己決定〉</p> <p>5. 本時学習を振り返り、自己決定したことを発表する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自己決定したことと、その理由を発表する。 ・担任の先生の話聞く。 	<p>○話し合いで出されたことを参考に、自分にあつためあてをカードに記入させる。</p> <p>○自己決定しためあてや理由を認め、学級に広める。</p>

体育科保健領域で学習した「異性への関心が芽生えること」について確認し、日常生活において男女が協力できているかどうかを振り返らせる。

生活を向上させるための社会性や集団の一員としての責任感についても触れるようにする。

一人一人の自己決定を認め、賞賛して実践への意欲を高める。

◆【思考・判断・実践】話し合いを踏まえ、男女が協力していくために大切なことを決めることができる。(学習カード、観察)

資料1 事前アンケート

男女の協力アンケート

1 自分のクラスは、男子と女子が協力できていますか。次のことについて、できていると思うものには「はい」に、できていないと思うものには「いいえ」に○印を書きましょう。

- | | | | |
|------|------------|-------|------------|
| ①学習 | 「はい」 「いいえ」 | ②清掃 | 「はい」 「いいえ」 |
| ③係活動 | 「はい」 「いいえ」 | ④集会活動 | 「はい」 「いいえ」 |
| ⑤給食 | 「はい」 「いいえ」 | ⑥日番 | 「はい」 「いいえ」 |

2 男子と女子が協力できていると思うことはどんなことですか。具体的に書きましょう。

()

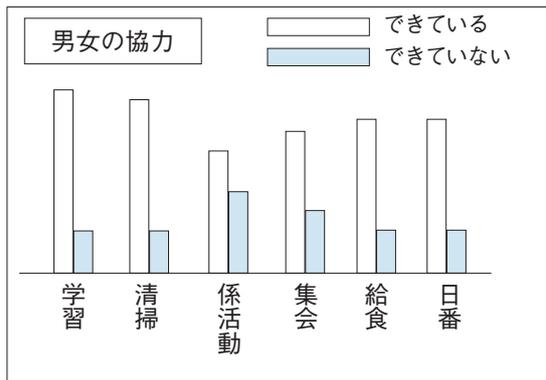
3 男子と女子が協力できていないと思うことはどんなことですか。具体的に書きましょう。

()

資料2 本時板書計画

男女の協力

めあて 男女が協力していくためにどのようなことが大切かを考えよう。



必要なこと

- ・困っているとき
声をかける
手伝う
- ・ありがとうと言う

協力していくために

大切なこと

- ・はじめから男女別と考
えない
- ・お互い相手のことを考
える
文句を言わない
困っていたら男女の
別なく声をかける

がんばること (めあて)

- ・時間どおりに終わらない。
- ・みんなに迷惑をかける。楽しくない。



- ・男女がわかれていて、話ができないから。
- ・無視されると思い言わないから。
- ・思っていることと違うことをしてしまうから。

資料3 事後カード

男女の協力がんばりカード		
4年〇組 ○〇〇〇		
期日	めあて	反省
12 / 12 (水)		
12 / 13 (木)		
12 / 14 (金)		
12 / 17 (月)		
12 / 18 (火)		
先生から		

6. より効果的な実践のために

本題材は、児童の日常生活とも関連する。家庭においても兄弟姉妹等の異性と協力して楽しい生活をつくっていくことが大切になるため、懇談会や学級だより等を通して授業のねらいや内容を伝え、保護者への協力を依頼するなどの配慮が望まれる。

7. 体育科保健領域との関連

第4学年「育ちゆく体とわたし」の授業で、思春期に起こる心の変化について理解させ、「気になる人をいつもからかってしまう」と悩んでいる友達の相談にのるという学習活動を取り入れる。それを踏まえ、学級活動では、からかってしまうというような行為を改善し、協力していくには、「相手のことを考え、声をかける」「批判的な見方をせず、文句を言わない」ことが大切であると捉えさせ、望ましい人間関係の形成を目指すとともに、社会性や公共の精神をも培うようにしていく。

1. 題材名 第6学年「健康な生活を続けるために」(内容(2)-カ)

2. 題材の目標

- 自己の健康について関心をもち、健康な生活を続けるために自分にあったよりよい解決方法などについて考え、判断し、実践できるようにする。

3. 題材について

- 学習指導要領及び解説の位置付け

(1) 学級を単位として、信頼し支え合って楽しく豊かな学級や学校の生活をつくとともに、日常の生活や学習に自主的に取り組もうとする態度の向上に資する活動を行うこと。

[第2-2-第5学年及び6学年]

(2) 心身ともに健康で安全な生活態度の形成〔第2-共通事項-(2)-カ〕

(3) 育成する態度として

- ・問題の解決方法について、正しい方法や自分にあった方法を考えることができる。
- ・喫煙の誘いに対して、断る勇気と自分を大切にす気持ちをもつことができる。

- 題材設定の理由

本題材は、心身ともに健康で安全な生活態度の形成に関わる内容である。たばこの煙の中には多くの有害物質が含まれ、急性影響や慢性影響など様々な健康問題を引き起こす。特に低年齢から喫煙をすると、健康への影響が強く現れる。また、高学年になると喫煙への興味関心をもつ児童も出てくる。さらに、その喫煙動機は、「好奇心・興味・何となく」や「誘われて」が多いことから、本題材では、体育科保健領域での学習を基にその有害性について理解し、喫煙を誘われてもきっぱり断ることを通して、喫煙をしないという態度の形成を図る必要があると考え、本題材を設定した。

- 本題材の指導

事前に、体育科保健領域「(3) 病気の予防 エ喫煙、飲酒、薬物乱用と健康」を学習させ、喫煙についての急性影響、受動喫煙の影響について理解させる。また、日頃の身近な人や親しい人からの誘いに対して断れなかったり、断りにくかったりした経験についてインタビューさせることで、断りにくい心理について気付かせるようにする。本時では、事前の保健学習とインタビューを基に、特に青少年では喫煙の動機が先輩や友達からたばこを勧められたときが多いことから、本心は「嫌だな」と思っているにもかかわらず、つい手を出してしまう場合があることを理解させる。また、そういった場合、どのように断ればよいかをロールプレイングさせ、互いに話し合うことで、様々な対処法に気付かせ、自分の対処法として考えられるようにする。

4. 指導計画

	日時	活動内容
事前	11月7日【保健学習「喫煙の害と健康」】	・喫煙による急性影響について理解する。 ・受動喫煙による周囲の人々への影響について理解する。
	11月7日から随時	・日常生活における様々な誘いに対して断れなかったり、断りにくかったりした経験について、身近な人へのインタビューを行う。
本時	11月11日 5校時	・喫煙を誘われてもきっぱり断ることを通して、断る勇気と自分を大切にす気持ちを持つことができる。
事後	11月11日以降	・本時の学習を基に、家庭で話し合ったことを、「私の夢」カードに記入し、報告し合うとともに特別活動コーナーに掲示する。

5. 本時の展開

目指す児童の姿

集団活動や生活への 関心・意欲・態度	集団の一員としての 思考・判断・実践	集団活動や生活についての 知識・理解
自己の生活の充実と向上に関わる問題に関心を持ち、自主的に日常生活や学習に取り組もうとしている。	楽しく豊かな学級や学校の生活をつくるために、日常生活や学習の課題について話し合い、自分に合ったよりよい解決方法などについて考え、判断し、実践している。	楽しく豊かな学級や学校の生活をつくることの大切さ、そのための健全な生活や自主的な学習の仕方などについて理解している。

時間	学 習 活 動	○指導上の留意点 ◆評価
導入 5分	1. 身近な人へのインタビューの内容を発表する。 2. 喫煙を始めるきっかけについて知る。	○断れなかったり、断りにくかったりした経験についてのインタビューを基に、断れない心理について注目させる。 ○体育科で行った喫煙の動機が、「好奇心・興味・何となく」の他にも、友達や先輩に「誘われて」が多いことを伝える。
展開 30分	<p style="border: 2px solid blue; padding: 5px; text-align: center;">めあて 喫煙の誘いに対して、自分を大切に、断る方法を考えよう</p> 3. 喫煙の健康影響について確認をする。 4. 喫煙の誘いに対して断る方法を考える。 ・ブレインストーミングする。(3分) ・班で望ましい断る方法を考える。 ・班内で練習する。 ・ロールプレイングする。 ・効果的な断り方について話し合う。	○喫煙における急性影響、周囲の人々への健康影響など、体育科で学習した内容を確認させる。 ○場面1についての断る方法をブレインストーミングさせる。 ○班で場面の問題点や対処法について話し合わせ、望ましい断る方法を考えさせる。 ○班で断り方の練習を行わせる。その際、言葉だけでなく身ぶりも有効であることを伝える。 ○全体の前で誘い役を教師が行い、各班で考えた対処の仕方をロールプレイングさせる。 ○各班が行ったロールプレイングを基にどんな断り方が効果的であるか考えさせる。
終末 10分	5. 自分の考えをまとめる。 〈自己決定〉 6. 教師の話聞く。	○喫煙の誘いを断るための効果的な対処の仕方は多様であり、その状況や自分に適した方法で対処することが大切であることを伝える。 ○話し合いを踏まえ、自分に適した対処の仕方を決定させる。 ○断る勇気と自分を大切にする気持ちをしっかり持って、健康を守るための行動を実践することが重要であることを伝え、実践への意欲を高める。

断れない心理に共感させることで、問題を意識できる。

演技者以外の児童には観察者としての課題を与え、傍観者にならないようにする。

◆【思考・判断・実践】話し合いを踏まえ自分に適した対処法を決めることができる。(学習カード・観察)

集団思考を踏まえた自己決定へとつなげる。

資料1 本時 自己決定カード

場面1 「近所の親しい友達からたばこを吸うことを誘われて」

夏休みも終わろうとしているある日、小学校6年生のAさんとBさんは、近所の中学1年生のCさんとショッピングセンターに出かけた後、帰り道に人通りの少ない公園で話をしていました。

そのとき、Aさんは、夏休みの宿題が終わらなくてお母さんに怒られ、気分がイライラしていることをCさんに話しました。すると、Cさんが「夏休みの始めに、中学の部活の先ばいにすすめられたんだ。」と言い、ポケットの中からたばこライターを取り出しました。



Cさん 「気分がスカッとするよ。ほら、だれも見えていないから、だいじょうぶ。」

Aさん 「えっ。」

Bさん 「おれもやってみよっと。自分だけいい子ぶんなよ。」

Aさん 「

」



あなたの「心の停留所」は、今どこにあるかな？「 」の中に自分の対処法を書き、あなたの決意を停留所マークで示しましょう。

ことわ 断りきれるか不安	ことわ 必ず断れる	相手にもやめるように言える
-----------------	--------------	---------------

資料2 本時板書計画 (案)

めあて 喫煙の誘いに対して、断る方法を考えよう。

たばこの害

場面1

有効な断り方 (例)

- ・だまってその場から立ち去る。
- ・相手がおこっても絶対に断る。
- ・「ずっと友達でいたいから」と言って断る。
- ・相手にもやめるように言う。

資料3 ロールプレイング実施上の留意点

- ・たばこを勧めるなどの好ましくない役は、児童にさせない。
- ・教師が誘い役をする場合でも、余りに強い圧力を児童に与えたり、誘い役を誇張して演じたりしない。
- ・小道具として実物のたばこやビールなどを使わない。
- ・児童の演技に対するコメントとしては、対処の問題点ばかりでなく、むしろ良かった点を中心に指摘する。
- ・演技後の指導が動作やせりふの言い方など単なる「演技指導」にならないようにする。
- ・演技者以外の児童には観察者としての課題を与え、傍観者にならないようにする。

資料4 ロールプレイングの進め方の例

- ① ロールプレイングに参加しやすい雰囲気づくりを行う。
- ② ロールプレイングの目的や進め方を確認する。
- ③ 小グループ内で、対処スキルを向上させるための練習を行う。グループ内の観察者（練習者以外のメンバー）は、練習について評価する。
- ④ グループ代表の演技者及び観察者（演技者以外の全員）は課題を確認する。
- ⑤ 最初のグループの代表が全体の前でロールプレイングを行う。
- ⑥ ロールプレイング後、演技者の役割を解き、演技の終了を明確にする。
- ⑦ 演技者と観察者は課題に応える。必要に応じて、観察者が意見を発表したり、再度ロールプレイングを行ったりする。
- ⑧ ⑤～⑦を、グループの数だけ繰り返す。
- ⑨ まとめでは、自分の考えや意見をうまく伝えるための工夫、有効な応え方が多様に存在することなどを確認する。

資料5 「わたしの夢」カード

あなたは、自分の未来の姿をどうえがいていますか？今日の学習を終えて、「自分の夢と健康」について、家庭で話し合ってみよう。



あなたの「心の停留所」は、今どこにあるかな？「 」の中に自分の対処法を書き、あなたの決意を停留所マーク で示しましょう。

ことわ 断りきれぬか不安

ことわ 必ず断れる

相手にもやめるように言える

先生から



6. より効果的な実践のために

児童が主体的に好ましい行動がとれるようにするための学習活動を工夫する必要がある。例えば、喫煙や飲酒などへの好奇心やきっかけに関する具体的な場面についてディスカッションする活動、ロールプレイングによって仲間からの圧力を体験する活動などは有効な方法と考えられる。また、警察職員、学校薬剤師等の専門性を有する外部講師の協力を得て、喫煙、飲酒、薬物乱用をテーマにした学校行事「健康安全・体育的行事」と関連付けて指導を行うことも効果的である。

7. 体育科保健領域との関連

体育科保健領域では、6年生で「(3) 病気の予防 エ 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康」において、喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為は健康を損なう原因となることについて学習する。事前に保健学習で習得された正しい知識は、本時での話合いやロールプレイングのシナリオを考える際の情報源となり、話合いなどに深まりや広がりをもたせるために不可欠である。また、喫煙、飲酒、薬物乱用に関する指導は、体育科保健領域と特別活動の指導内容が混同されることが多いことから、学習指導要領の趣旨を踏まえ学習内容を明確にするなどして指導計画を作成する必要がある。

参考文献：文部科学省 小学生用喫煙、飲酒、薬物乱用防止教育パンフレット「ストップ・ザ・薬物～自分をだいじにしよう～」

公益財団法人日本学校保健会 喫煙、飲酒、薬物乱用防止に関する指導参考資料 小学校編

2. 児童会活動

1. 活動名 「『よい歯を守ろう集会』を開こう」

2. 活動について

歯・口の健康づくりは、児童にとって身近な内容であり、「乳歯の脱落」「永久歯の萌出」などの経験から歯の役割や歯の大切さはそれぞれの児童が感じている。また、体育科保健領域においても、「病気の予防」で生活習慣病など生活行動が主な要因になって起こる病気の一つとして、むし歯や歯ぐきの病気が取り上げられ、その予防の方法として口くうの衛生を保つことで健康によい生活習慣を身に付ける必要があることを学習する。それらの経験や学習から、歯みがき習慣については児童が目しやす活動であり、課題意識をもちやすい。そのうえ、歯みがきが健康づくりへとつながる行動であることが明確であり、児童自身で予防できる行動であるため、目標設定も行いやすく活動内容についてのアイデアも浮かびやすい。そのため、児童が心をついにし、活動に取り組むことができる。

そこで、全校児童には、集会を通して歯や歯みがきの大切さを実感させることで、歯みがきを定着させたい。そして、歯みがきをすることで口くう内が清潔になり、歯肉の状態が改善されることや、要観察歯がむし歯に移行するのを防ぐなど自律的な健康づくりへの第一歩へとつなげたい。

3. 学習指導要領及び解説の位置付け

学校の全児童をもって組織する児童会において、学校生活の充実と向上をはかる活動を行うこと。

(1) 児童会の計画や運営

(2) 異年齢集団による交流

(第6章第2の〔児童会活動〕「2内容」)

4. 目指す児童の姿

集団活動や生活への 関心・意欲・態度	集団の一員としての 思考・判断・実践	集団活動や生活についての 知識・理解
楽しく豊かな学校生活をつくるための諸問題に関心をもち、他の児童と協力し、積極的に児童会の活動に取り組もうとしている。	楽しく豊かな学校生活をつくるために児童会の一員としての役割や諸問題を解決する方法などについて考え、判断し、共同して実践している。	楽しく豊かな学校生活をつくる児童委員会活動の意義や、組織、そのための活動内容、方法などについて理解している。

5. 指導計画

	日 時	活 動 内 容
事前	・9月20日 保健委員会 ・10月1日 代表委員会 ・10月20日 保健委員会	・二学期の活動を考えよう ・代表委員会に諮り、承認を得る ・歯みがき週間の準備をしよう
本時	・11月8日 5校時 児童会活動	・よい歯を守ろう集会をしよう *歯の衛生週間
事後	・11月15日 保健委員会	歯みがき週間について振り返ろう

6. 展開

・事前1 二学期の活動を考えよう ●・・・児童の意見 *・・・決定事項

活動内容	○指導上の留意点
<p>1. 一学期の全校の様子から全校の課題について考える。</p> <ul style="list-style-type: none"> ●校内のけがが多い ●給食後の歯みがきができていない。 ●ハンカチ・ティッシュを持ってこない。 <p>2. どの課題について活動するか話し合う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ●けがをしたときに自分で手当てできるように保健で習ったけがの手当ての方法を紹介したい。 ●元気に過ごすために清潔を保つことが大事だと伝えたい。 ●むし歯や歯周病を予防するために歯みがきが大切だということを学習した。そのことを全校に伝えたい。 <p>*二学期はまず、11月8日「いい歯の日」に向けて、むし歯予防について活動しよう！</p> <p>3. どんな活動ができるか意見を出そう。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ノートに各自、どんな方法があるか考え、記入する。 ・ノートに記入したことを基に発表する。 ●どのくらい歯みがきをしているか調べて全校の様子を知らせたい。 ●健康診断結果から全校の歯の状態を調べ全校に伝えたい。 ●保健で学習したむし歯や歯肉炎の成り立ちを紹介したい。 ●歯みがきがどうして必要か劇で紹介したい。 <p>4. 代表委員会に歯みがき集会の提案をする。</p> <p>*すべての意見が実行できる集会を開こう！</p> <p>*集会で歯や歯みがきの大切さを知らせよう！</p>	<p>○それぞれの思いや考えを出し合い、校内の課題について話し合いを進められたことを称賛し、次の活動への意欲付けをする。</p> <p>○課題と感じる具体的な場面や、保健学習で学んだことを基にどの課題について活動したいか理由も併せて発表できるよう助言する。</p> <div data-bbox="890 752 1302 1155" data-label="Image"> </div> <p>○各自の考えを深められるようノートに考えを記入する時間を十分に確保する。</p> <p>○どんな集会にするか、児童の考えを十分に引き出すようにする。</p> <p>○一人一人の意見を大切に、全員が意欲的に取り組めるよう配慮する。</p> <p>○それぞれの意見を基に、創意工夫して活動がスタートできることを称賛する。</p> <p>○よりよい学校生活づくりに向けて活動内容を提案し協力を呼び掛けるようにする。</p>

事前2 集会の準備をしよう

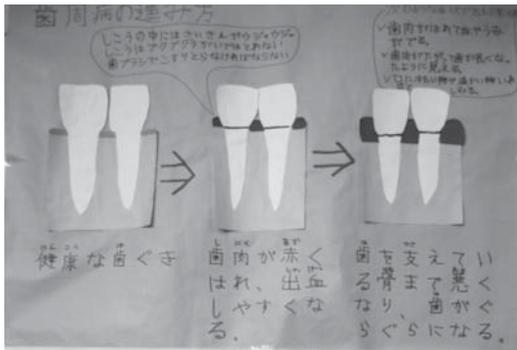
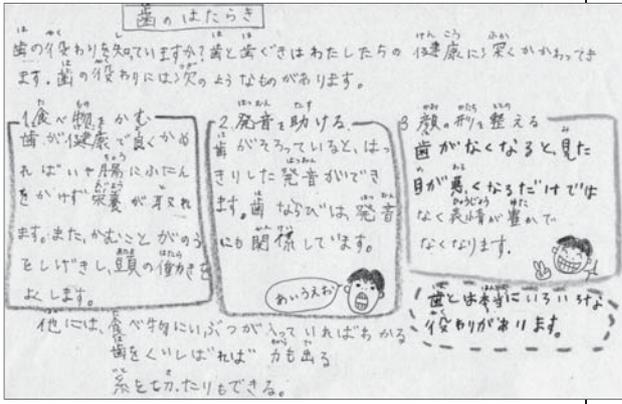
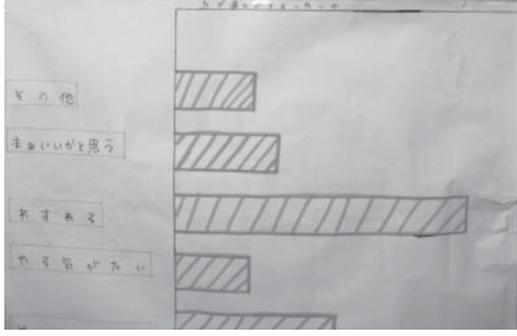
活動内容		○指導上の留意点
<p>1. 集会の流れを考えよう</p> <p>①集会のスローガン発表</p> <p>②歯みがきアンケート・健康診断結果発表</p> <p>③歯や歯を守るための歯みがきの大切さを訴える劇をする。</p> <p>④歯みがきソングを歌う</p> <p>2. 役割を分担し、グループに分かれて準備を進めよう</p>		<p>○計画や運営の仕方を理解させ、自分たちで進行できるようにすることにより、児童が主体的に活動に参加できるようにする。</p> <p>○前回の委員会の意見を基にスムーズに集会を進行できるようアドバイスする。</p> <p>○仕事の負担が偏らないよう分担を見守る。</p> <p>○一人一人の得意分野を生かしながら協力して活動できるよう励ます。</p>
役割	仕事内容	各役割への指導内容
司会 (2名)	集会を進行するためのシナリオを考える。 当日は司会進行を行う。	○スムーズに進行できるように各グループの発表内容や必要時間を把握させる。
実態調査 担当 (2名)	健康診断（歯科）の結果から分かる各学年の課題を分かりやすく伝えられるようグラフなどを準備するとともに、アンケートを行い全校の様子を伝える。	○健康診断の結果やアンケート結果を整理し児童に提示する。 ○今までの学習を基に結果をまとめられるよう見守る。
学校歯科医 への取材 (2名)	学校歯科医に取材する内容を考える。 学校歯科医に取材する。 取材からわかったことをまとめ発表する。	<p>○取材内容を事前に確認する。</p> <p>○学校歯科医との日程調整をする。</p> <p>○取材風景をビデオで撮影する。</p>
劇担当 (6名)	歯の働きや歯みがきの大切さを訴える劇の内容を考える。 当日は劇を行う。	○体育科保健領域で学んだことを基に歯の働きや、歯みがきの大切さが低学年の児童でもわかるような内容になるよう助言する。
展示物 担当 (4名)	劇で説明部分に使う掲示物を作成する。	○作成時に参考となる資料を準備する。 ○教科書や体育科保健領域の学習で学んだことも参考にできるように助言する。
		<p>○一人一人が役割について責任をもってやり遂げられるよう励ます。</p> <p>○各グループの活動を紹介することで委員会の一体感を味わうことができるようにする。</p> <p>○特に6年生は体育科保健領域での学習を振り返りながら活動を進めるよう助言する。</p>



本時 よい歯を守ろう集会を実行しよう

活動内容	○指導上の留意点
<p>1. 集会のスローガンを発表する。</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ○集会のねらいや集会時の注意事項を事前に各学級で指導する。 ○発表者は大きな声ではっきりと発表することを確認する。 ○楽しんで集会を進めていけるよう励ます。
<p>2. 健康診断結果やアンケート結果からわかる本校の課題を発表する。 ・グラフを使って全校の結果を発表する。</p> <p>3. 歯みがきの大切さを劇で発表する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○重要な点について全校生がどこに書かれているかわかるように、指示棒を使って注目しやすくさせる。 ○体育科保健領域での学習を基に図や絵を使い視覚的にもわかりやすく説明するよう助言する。
	
<p>4. 学校歯科医の取材を流す。 ・取材からわかったことをまとめて発表する。</p> <p>5. 代表児童にインタビューをする。 ・代表児童にインタビューをし、自己決定の目標を問う。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○教師へインタビューし、集会の感想を聞く。
<p>6. 全校で歯みがきソングを合唱する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○全校で楽しく歯みがきソングを歌えるよう教師も児童の中に入り、歌を歌う。

・事後 歯の衛生週間の活動を振り返ろう

活動内容	○指導上の留意点
<p>1. 自分の役割について振り返る。</p> <p>2. グループに分かれ、活動を振り返る。</p> <p>3. 活動を継続する方法を考えよう</p> <ul style="list-style-type: none"> ・幼稚園児にも劇をしよう。 ・おうちの人にも集会の内容を伝えたい。 <p>*おうちの人にも集会で使った掲示物や劇を紹介しよう。</p> <p>4. おうちの人への紹介方法を考えよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・おうちの人へおたよりを配りたい。 ・展示物を紹介したい。 <p>*集会で使った展示物等を掲示し見てもらおう</p> <p>*おたよりで知らせよう</p>	<p>○反省点を話し合わせ、自己評価・相互評価したことを次の活動に生かせるように助言する。</p> <p>○それぞれの役割を自主的にそして意欲的に参加できていたことを称賛し、次の活動への意欲付けをする。</p> <p>○おうちの人への呼びかけの方法の例を挙げる。</p> <p>○保健室の掲示板を使用できることを紹介する。</p> <p>○保健だよりもにも集会のことを紹介し、その裏面に児童のおたよりを載せることで多くの人に読んでもらえるよう配慮する。</p>
	
<p>保護者へのおたよりの例 (児童保健委員会作成)</p> 	<p>掲示物の例 (児童保健委員会作成)</p> 

7. より効果的な実践のために

本活動は、児童の生活と関係が深く、一年を通じて取り組める内容である。そのため、年度初めに一年を通じて取り組める活動を設定すると効果的である。ここでは、一学期に「歯みがきソング」を作成した活動例を紹介する。この「歯みがきソング」は給食後の歯みがきの時間に使用されるとともに、集会のまとめとして合唱された。このように継続的に活動を行うことで、全校児童に活動が広がり、委員会の児童は成果や達成感を感じることができ、より自主的、積極的に活動に取り組むことができるようになる。

また、体育科保健領域をはじめ、他教科とも関連を図ることや保護者、学校歯科医、関係機関等と連携することでより効果的で豊かな活動が展開できる。

活動例 歯みがきソングを作ろう

活動内容	○指導上の留意点
1. 1学期の活動計画を基にどんな「歯みがきソング」を作りたいか話し合う。 2. メロディーを決める。 3. 歌詞を決める。 ・グループに分かれ、歌詞として使いたい言葉を決める。 ・グループの意見をつなげ、歌詞を完成させる。 4. 歯みがきソングを練習する。(後日録音する)	○前年度の委員会児童が「歯みがきソング」の必要性を感じ、「活動を引き継いでほしい」と願いをもっていたことを伝える。 ○どんな歯みがきソングにしたいか児童の考えを十分引き出すようにする。 ○一人一人の意見を大切に、発言しやすい雰囲気をつくることで、全員が積極的に意見を発表できるようにする。 ○全校児童が覚えやすい曲になるよう助言する。 ○話し合いにおいて、どの子も意見を発表しやすくするためグループに分かれることを提案する。 ○どのグループの意見も取り入れることで委員会の達成感を味わわせる。 ○元氣よく歌えるよう助言する。

8. 体育科保健領域との関連

体育科保健領域（3）病気の予防では、「生活習慣病など生活行動が主な要因となっておこる病気の予防には、栄養の偏りのない食事をとること、口腔の衛生を保つなど、望ましい生活習慣を身に付ける必要があること」を学習する。この内容は、第6学年の1学期に実施されることが多いので、そこで学習したことを踏まえて取り組むことが求められる。例えば、この学習を基に、劇のシナリオや展示物の作成に生かすことが考えられる。

第3節 総合的な学習の時間

1. 単元名 第6学年「健康づくり大作戦～私たちが考える『甲斐市健康増進計画』～」(21時間扱い)

2. 単元設定の理由

(1) 児童の実態から

6年生は、小学校の最終学年を迎え、多くの学習活動において小学校のまとめと中学校への準備が求められる。この一つの節目において、夢や希望に満ちた生き方について考える場面を持たせるためにも、総合的な学習の時間が重要な役割を果たす。

そこで、保健学習で習得した知識を活用し、自分の健康を保持増進する視点から、自己の生き方を考える機会とすべく、本単元を設定した。あわせて、児童が生活する甲斐市が『甲斐市健康増進計画』を改訂するのに併せ、自分たちが考えた『甲斐市増進計画』を市に提案することを通して、社会参画を疑似体験する機会とした。これは、中学・高校の保健学習で更に深く学んでいくこととなる「健康を保持増進するためには、個人の行動選択やそれを支える社会環境づくりなどが大切であるというヘルスプロモーションの考え方」にもつながるものであり、そこでの健康的な社会環境づくりについてより実践的な理解を得ることができると考えた。

(2) 育てようとする資質や能力及び態度

【学習方法に関すること】

- ア 必要な情報を収集し分析する。
- イ 問題状況における事実や関係を把握し理解する。
- ウ 相手や目的に応じて、分かりやすくまとめ、表現する。

【自分自身に関すること】

- エ 自らの行為について意志決定する。

【他者や社会との関わりに関すること】

- オ 異なる意見や他者の考えを受け入れる。

(3) 内容について

- カ 健康の保持・増進のための基本的事項
- キ 自分の生活習慣と健康との関わり

(4) 単元の概要

総合的な学習の時間では、内容を各学校において定めることになっているが、学習指導要領は「指導計画の作成と内容の取り扱い」において、「横断的・総合的な課題」の学習活動例として「福祉・健康」を例示している。そこで本単元では、体育科保健領域（以下「保健」）で「病気の予防」について学習を行ったことをきっかけに、探究的に「健康」について学習を行えるようにした。

具体的には、〔第3学年及び第4学年〕の「保健」で学習した内容を復習することと1学期の「保健」の学習を【課題の設定】場面として位置付け、また、夏季休業中の日常生活を継続的に記録することを【情報の収集】場面として位置付けた。そのうえで、そこで収集した情報をレーダーチャートを用いて【整理・分析】し、その分析に基づいて『健康指針』として自らの生活を改善していく方法を考え、まとめることと、更にその発展として、市の『健康増進計画』が改訂されることに併せて、自分たちの考えを、「私たちの考える『健康増進計画』」としてまとめ、市に提出することを、学習の【まとめ・表現】場面とし、【探究的な学習】を実現したいと考えた。

3. 単元目標

保健学習で習得した知識を活用して自分の生活を振り返ったり、先生や友達、保護者、地域の保健師さんや最高年齢の方と関わったりしながら、健康に過ごすための方法を『健康指針』や「私たちの考える『健康増進計画』」としてまとめることができるようにする。

4. 単元の評価規準

観点	関心・意欲・態度	思考・判断・表現	技能	知識・理解
単元の評価規準	健康について関心をもち、それを意欲的に学習し、自分の健康について考えようとしている。 【(2) 一ウ, オ (3) 一キ】	健康について学習問題を見いだして追究し、健康について思考・判断したことを適切に表現している。 【(2) 一ウ, エ, (3) 一キ】	健康について調べたことを、レーダーチャートにまとめている。 【(2) 一ア】	自分自身の健康を保持・増進させる方法を理解している。 【(2) 一イ, (3) 一カ, キ】

5. 指導計画 (21 時間)

：「体育 G 保健 (3)」の内容 8 時間扱いの内の 4 時間分

	●主な活動	時間数	・指導のポイント等
1 みんな健康かな (4)	●健康観察簿や保健室の訪問記録から、クラスの健康状態を考える。	1	<ul style="list-style-type: none"> ・児童が日々の生活から課題をつかみ、意欲的に学習に取り組めるようにする。 ・既習の学習内容を活用して課題をつかめるようにする。 ・集団で学習を進めることにより、個々の考えを広げたり深めたりする場面と、個人で自分の課題と向き合う場面とを設定するようにする。
	●「調子が良くない」と感じていることを出し合うとともに、「健康に良い生活の仕方」を思い出し、自分の今の生活を振り返る。	1	
	●汗を拭くなど、身の回りを清潔にしているか振り返る。	1	
	●学期末を健康に過ごすために、どんなことに気を付けたらよいかを話し合う。	1	
2 病気から身を守る (4)	●病気の起こり方	1	<ul style="list-style-type: none"> ・「病気から身を守る」の 4 時間扱いの学習は、p42～p49 で示している「病気の予防」の第 1 時～第 4 時を位置付ける。 ・「生活行動がかかわって起こる病気の予防」は、p42～p45 を参照。
	●病原体がもとになって起こる病気の予防	1	
	●生活行動がかかわって起こる病気の予防 (1)	1	
	●生活行動がかかわって起こる病気の予防 (2)	1	

3 自分の生活を振り返ろう (5)	●夏休み中に行う，生活の記録の取り方を理解する。	1	・練習を兼ね，夏休みに使う「健康診断カルテ」を用いて，直前の日曜日の生活の様子をチェックするようにする。
	○一週間に一度，自分の生活をチェックする。(夏期休業中)		・「健康診断カルテ」を用いて，毎週金曜日に，自分の生活をチェックするようにする。 (夏期休業中に5回)
	●夏休み中の自分の生活をレーダーチャートにまとめ，その結果から生活の改善策を考える。 →【具体的事例①】	3	
	●改善策に基づいて実践してみた「成果と課題」について考える。	1	・自作の改善策を，休日などに，行うようにする。
4 「健康指針」をまとめよう (6)	●自分の心の状態を診断してみる。	1	・毎日を健康に過ごすには「食事」，「運動」，「休養・睡眠」などが大切であることを想起するようにする。
	●お勧めの「心の健康法」を考え，発表し合う。	1	
	●市内最高年齢の方から，健康保持の秘訣を聞く。	2	・児童が，健康に人生を過ごされた先輩といった視点で，出会えるようにする。 ・話を聞いて考えたことを相互に発表し合い，健康に過ごすことについての考えを深めるようにする。
	●自分の『健康指針』をまとめる。	2	・『健康指針』作成後，保護者，先生からコメントをもらうようにする。
5 私たちが考える「健康増進計画」 (6)	●『甲斐市健康増進計画』について知る。 →【具体的事例②】	1	・甲斐市には『健康増進計画』があり，どのような内容が記されているかを知らせる。また，『健康増進計画』の改訂作業が進められており，それに併せて自分たちの考えを市に伝える等，意欲がもてるようにする。

<p>●私たちが考える『甲斐市健康増進計画(案)』を作る。 → 【具体的事例②】</p>	<p>3</p>	<p>・これまでの学習で習得したことを活用しながら、まず個人で考え、その後グループで話し合い最終的に、クラスの考えに集約する。</p>
<p>●健康増進課に私たちの考える『甲斐市健康増進計画(案)』を伝え、意見を聞くとともに、市の具体的な活動等の説明を聞く。 → 【具体的事例②】</p>	<p>2</p>	<p>・「保健」の学習内容である「地域の様々な保健活動の取組」の内容と関わらせる。 ・「地域の様々な保健活動の取組」の学習は、p46～49を参照。</p>

6. 展開例 **【具体的事例①】**

(1) 主な活動

- ・夏休み中の自分の生活をレーダーチャートにまとめ、その結果から生活の改善策を考える。

(第3次第2, 3, 4時)

(2) 本時の目標

- ・健康について学習問題を見いだして追究し、健康について思考・判断したことを適切に表現できるようにする。

(思考・判断・表現)

(3) 展開

<p>主な学習活動</p>	<p>○指導上の留意点 ◆評価</p>
<p>1. 夏休み中の生活の様子を、レーダーチャートにまとめる。 ・生活の様子をレーダーチャートにまとめる方法を聞く。 ・「健康診断カルテ」の結果をレーダーチャートにまとめる。</p> <p>2. レーダーチャートにまとめた生活の様子を基に、自分の生活改善の方策を考える。 ・レーダーチャートに示された自分の生活の様子と、「保健」で学習したことを活用して、自分の生活上の課題を考える。 ・自分の生活上の課題に基づき、今後どのようなことに気を付けながら生活したらよいか改善策を考える。 ・友達どうし学習プリントを見せ合いながら、アドバイスし合う。 ・友達の意見を参考にしつつ、生活改善の方法を練り直す。 ・家族や先生よりアドバイスをもらう。</p>	<p>○例を示しながら、具体的にレーダーチャートへのまとめ方を指導する。</p> <p>◆ 【思考・判断・表現】 健康について学習問題を見いだして追究し、健康について思考・判断したことを適切に表現している。(学習プリント・発言)</p>

(4) 学習活動の実際

①【情報の収集】…夏休み中の生活を継続的に記録する。

1学期の保健学習で、病気には「病原体がもとになって起こる病気」や「生活行動がかかわって起こる病気」があることを学んだ。その知識を活用し、自分の生活について考えられるように、「健康診断カルテ」を作成し、夏休み中に5回、毎週金曜日に自分の生活をチェックするように指導した。「健康診断カルテ」の内容項目は、授業で学習した内容が活かされるように考えた。

健康診断カルテ No.5		
記入日…8/24(金)		
★生活チェックをしよう		
○…できた・よい ×…できない・よくない		
項目	内容	チェック欄
うがい	外から帰ったらうがいをする。	
手洗い	外から帰ったら手洗いをする。	
つめ切り	短く切っている。	
歯みがき	食後に歯みがきをする。	
食事1	朝・昼・夜と3食食べた。	
食事2	栄養のバランスを考えて食べた。	
おやつ	食べるタイミング(時刻・回数)や内容を考えて食べた。	
すいみん1	早寝・早起きができた。	
すいみん2	十分なすいみんをとることができた。	
運動	外で遊んだり、運動・スポーツをしたりした。	

②【整理・分析】…夏休み中に収集した情報をレーダーチャートにまとめる。

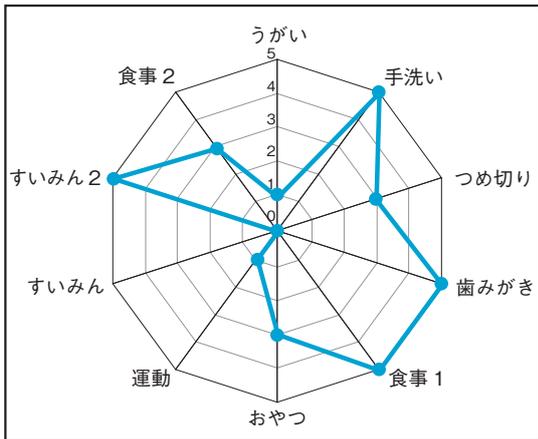
夏休みに記録した「健康診断カルテ」5枚を収集し、まとめる活動を行った。自分の生活における健康上の課題点を、一人一人が発見しやすいようにレーダーチャートを使ってまとめるように工夫した。健康上の課題点の具体例としては、夜遅くまでテレビを見ていて早寝・早起きができなかったり、うがいをしなかったり、暑さから清涼飲料水や清涼菓子を度々食べてしまったりする児童が目立った。

その後、まとめたレーダーチャートを振り返り、自分へのアドバイスや友達へのアドバイスを考える学習を行った。「アドバイスを考えよう。」とすることで、「早寝・早起きがだめだった。」「運動をしていない。」など、単に課題を「項目」として挙げるだけではなく、「おやつを食べ過ぎていると生活習慣病になりやすいよ。」「睡眠不足が続くと、病気になりやすい体を作ってしまうよ。」「うがいをしないと、病原体を体の中に入れてしまうよ。」など、保健学習で習得した知識を生かして、自分たちの生活と深く結びつけながらアドバイスを考える姿がみられた。また、友達のレーダーチャートを比べることで、「お互い気をつけていこう。」という意識も持つことができた。全体的に多かった課題点を取り上げながら、その課題を改善していくための方法について意見を交換し合うことで、一人一人が今後につながる具体的な生活改善の方策も練り直すことができた。

レーダーチャートを振り返り、児童が課題としてあげた項目（多い順）

- ・早寝・早起きができた。
- ・外で遊んだり，運動・スポーツをしたりした。
- ・十分なすいみんをとることができた。
- ・外から帰ったら，うがいをする。
- ・おやつを食べるタイミング（時刻・回数）や内容を考えて食べた。

【児童Aのレーダーチャート】



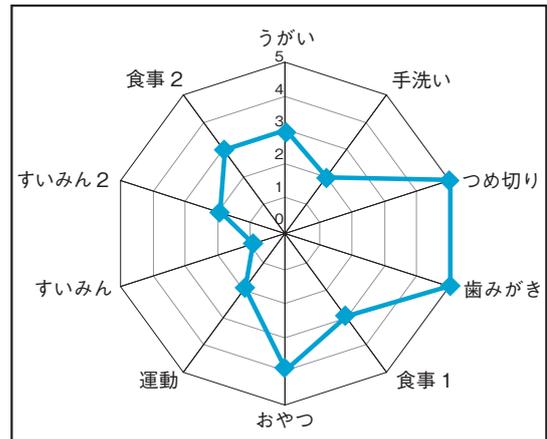
児童Aが書いた自分へのアドバイス

寝る時間が遅くなっちゃったね。寝る時間を早くして，生活リズムを整えた方がいいです。暑くて，ジュースをたくさん飲んでしまったのも良くなかったね。つめが長いと周りの人も傷つけてしまうし，不清潔だから伸びたらすぐ切ろう。うがいも課題です。

友達が書いた児童Aへのアドバイス

歯みがきや手洗いをきちんとしているので，病原体が入るのを防いでいるからいいですね。うがいは，手洗いのついでに一緒にやるといいですよ。睡眠や運動など，生活習慣病の予防の点が低いので，気をつけよう。

【児童Bのレーダーチャート】



児童Bが書いた自分へのアドバイス

もう少し規則正しい生活をした方がよかったです。この生活を続けていると，病気になりやすい体になってしまうよ。食事では，好き嫌いを多くしてしまったね。運動もしっかりして，強い体を作った方がいいです。

友達が書いた児童Bへのアドバイス

毎日できることを，きちんとやっていこう。早寝・早起きは，もっと積極的にやった方がいいね。朝・昼・晩ときちんと食べないと栄養が足りなくなって，すぐ疲れちゃうから，きちんと食べた方がいいと思うよ。がんばって！



自分は、早寝・早起きが課題だと感じました。これからは、時間にけじめをつけ、やることを早く終わらせ、9時15分までには全てのことをやり終えて、10時までには寝ると、目標を決めていきたいです。また、友達と積極的に外で遊んで体を動かしたいです。

規則正しい生活を心がけたいと思いました。運動をしっかりすれば、おなかもすいて好き嫌いなく食べられるし、睡眠の質も良くなって、早寝・早起きができるようになると思います。見たいテレビは録画して余裕のあるときに見るなどの工夫もしていきたいです。

児童Aへの
家族からの
アドバイス

児童Bへの
家族からの
アドバイス

今年の夏休みは、少しだらけてしまった部分もあるね。日中しっかり体を動かして「動と休」のバランスに気をつければ夜も早く眠れると思うよ。朝型生活にはいいことがいっぱい！ついつい夜更かししてしまうけど、家族みんなで「朝型」に切りかえて、「時間」と「健康」をゲットしよう！

病原体を防ぐためにも、「手洗い・うがい」は時間をかけていねいに実施しよう。手をぬらしただけのつもりでは意味がないよ。睡眠は、病気の予防また成長にも欠かせないものなので質の良い睡眠をとろう！寝る前にはテレビやゲームは控える、しっかりとお風呂に入って、湯冷めをする前に寝よう。

児童Aへの
教師からの
アドバイス

*** 学習の最後に、学級担任と養護教諭が児童へアドバイスを書いた。**

児童Bへの
教師からの
アドバイス

レーダーチャートをつけてみて、自分の生活で気をつけることがはっきりわかって良かったと思います。まずは寝る時間を少しでも早くするように心がけるところからですね。健康な体を貯金するつもりで、気持ちを新たに、ポイントをしばって改善していこう。

家族からすばらしいアドバイスをもらいましたね。栄養のバランス面で問題があるようですが、給食もがんばって食べるようになってきているので、改善されてきそうですね。夜早く寝ることは、小学生にとってはとても大切なことです。睡眠はただ疲れをとるだけのものではないので、早く寝てよい生活習慣がつけられるようにがんばってください。

この学習を通して、一人一人が主体的に自分の健康を保持増進させる方法を考えることができ、自分の健康を自分で管理していこうという姿勢が感じられた。また、家族からアドバイスをもらったことで、家庭での意識も高まり、学校生活から家庭生活へと広がりを持たせることもできた。

【具体的事例②】

(1) 主な活動 私たちが考える『健康増進計画』（第5次第1時～6時）

(2) 本時の目標

- ・健康について学習問題を見いだして追究し、健康について思考・判断したことを適切に表現できるようにする。

(思考・判断・表現)

(3) 展開

主な学習活動	○指導上の留意点 ◆評価
<p>1. 『甲斐市健康増進計画』について知る。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・甲斐市には『健康増進計画』があることを知る。 ・どのような内容が記されているのかを知る。 ・『健康増進計画』の改訂が進められていることを知り、自分たちの健康に対する考えを、『健康増進計画』に盛り込んでもらえるよう、働きかける意欲を抱く。 <p>2. 私たちが考える『健康増進計画（案）』を作る。</p> <ol style="list-style-type: none"> ①計画案の柱となる項目を決める 「運動」「食事・栄養」「心の健康」「歯や口の健康」 ②自分が取り組むテーマを選び、グループをつくる。 ③グループで提言を考える。 <ul style="list-style-type: none"> ・どんな提言ができるか。 ・提言を裏付けるデータや資料収集 (アンケート, インタビュー, インターネット, 文書資料等) ・データや資料を基に提言をまとめる <p>3. 健康増進課に私たちの「健康増進計画への提言」を伝え、意見を伺うとともに、市の具体的な活動等の説明を聞く。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・健康増進課の方に、私たちの考える「提言」を伝え、説明する。 ・健康増進課の方より、私たちの「提言」についての意見やアドバイスを伺う。 <p>4. 健康増進課の方からの意見やアドバイスを受けて、「提言」を更に話し合い、練り上げる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・具体的な取組について、集めた情報を参考にしながら考える。 ・練り上げた「提言」を健康増進課に伝え、「健康増進計画」の冊子に載せてもらう。 	<p>○「保健」の学習内容である「地域の様々な保健活動」の内容と関わらせながら指導する。</p> <p>○事前に健康増進課と綿密な打合せをしておく。</p> <p>○自分の考えや思いだけでなく、できるだけ客観的なデータや資料を集めて、説得力のあるものにするように助言する。</p> <p>◆【思考・判断・表現】 健康について学習問題を見いだして追究し、健康について思考・判断したことを適切に表現している。 (学習プリント・発言)</p>

(4) 学習活動の実際

「甲斐市健康増進計画」とは？ レーダーチャート作成を通して、自分たちの「健康指針」をまとめたが、健康の保持増進は飽くまで自分や家庭、あるいは学校によって進められるものという認識にとどまっていた。自分たちの健康を保持増進するための取組が、市町村でも「地域の保健活動」という形で進められていることを知る児童はいなかった。そこで保健教科書を使って「地域の様々な保健活動」の内容に触れながら、「みんなが健康を保ったり、増進したりするための取組は、甲斐市でも行

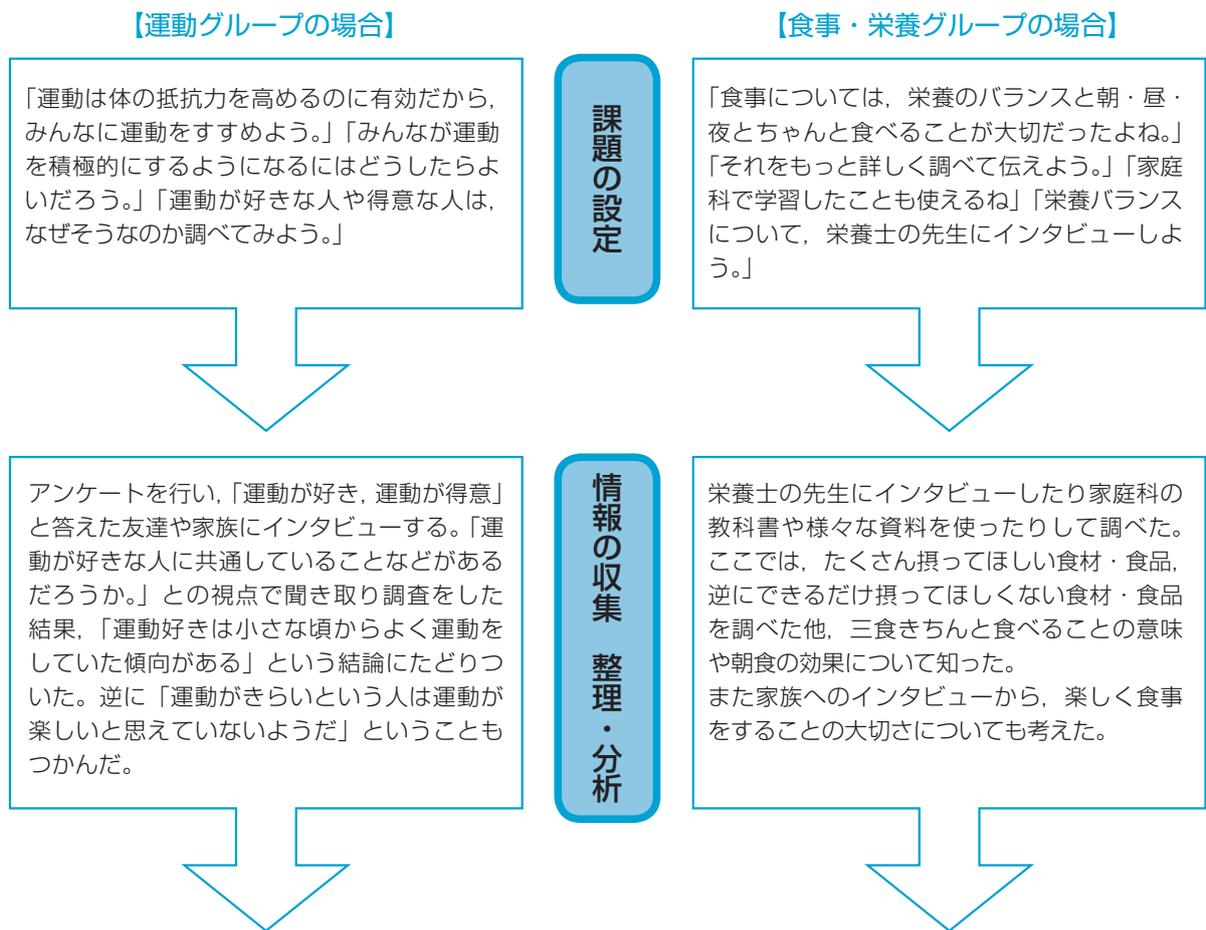
われているんだよ。」と伝えた。まず、健康増進課が作成している「甲斐市健康増進計画『健やかかい21』」の冊子を紹介し、そこに盛り込まれている様々な健康増進計画の具体的取組の様子に注目させた。そこには、健康づくりのポイントとして「栄養・食生活」「身体活動・運動」「休養・心の健康」「歯・口の健康」といった項目が列挙されていた。それをみた児童は「僕たちが考えてきた『わたしの健康指針』と同じことをいっている！」「甲斐市の考えていることと自分たちの考えてきたことが同じでびっくりした。」「甲斐市がこんな計画を作っていることを初めて知った。」「市の取組が身近に思えてきた。」「わたしたちも何か意見を聞いてもらえる気がしてきた。」等の感想が出てきた。

「わたしたちも提言できる!!」 そして、今現在「第2次・甲斐市健康増進計画」として改訂作業が進められており、新たに作られる冊子の中に「小学生が考える健康指針」と題して、自分たちの意見を「提言」として載せてもらえることを知らせた。すると「そんなことが本当にできるの?」「自分たちの意見を市民の人たちに見てもらえるなんてすごい!」「やろう、やろう。」との声が上がった。

提言をまとめよう 提言づくりに当たっては、まずはこれまでの学習を振り返りながら、自分たちが「健康指針」として取り組んできた項目と「健康増進計画」にある項目とを照らし合わせ、「運動」「食事・栄養」「心の健康」「歯や口の健康」の四つのテーマに絞り込んだ。そしてその中から自分のより興味・関心の高いものを選択し、さらに同じ項目を選んだ児童でグループをつくり、提言づくりをスタートさせた。

以下、二つの項目の活動の様子である。

これまで自分たちと関わりがないと思っていた市役所の方の声を直接もらったことで、児童の学習



【提言①「健康指針」】

- ・小さいころから運動に親しみ、運動好きになろう。
- ・週に2,3回は運動をしよう。
- ・運動が苦手な人は楽しい運動から始めよう。
- ・運動で生活リズムをつくろう

まとめ・表現

【提言①「健康指針」】

- ・食事を楽しもう（家族で準備、みんなで食べる）
- ・食事に関する正しい知識をもとう。
- ・塩分や油は控えめに。ビタミン、ミネラルを大切に。
- ・三食きちんと、特に朝食をしっかり食べよう。
- ・インスタント食品は控えめに。

健康増進課の保健師さんから感想やアドバイスをもらう。

「市役所には、住民の健康を守る仕事をしている「保健師」という職業の人が働いているんですよ。」
 「健康づくりに大切なポイントがきちんとおさえられていて、方針もわかりやすく、小学生とは思えない内容ですね。」
 「学習を通して健康づくりに対して、一人一人が生活習慣などを振り返って「気付き」が見られることがとてもよいですね。」
 「健康づくりに関して皆さんの真摯な気持ちがよく伝わってきました。自分たちの健康は自分だけのものではなく、家族の支えがあることにも気付かされていて、皆で支え合うことの大切さも理解されていて素晴らしいです。」
 「みんなができることをコツコツやってみようという意識がとてもよいと思います。」
 「更に具体的な取組のアイデアなどがあったら考えてみてください。」

意欲がより一層高まった。特に要望された「更に具体的な取組のアイデア」について、今度は学級・学年全体で練り上げていくこととした。

練り上げる

「市民みんなのできる方がいいと思う。」「子どもから高齢者まで無理なくできることを考えたい。」「みんなが自然にできるようなことが大切。」「コツコツ続ける意識がよいとほめられたよね。」「楽しく取り組める活動を考えよう。」

【提言②「こんな取組あったらいいな」】

■運動について

- ＜早く寝ようデー＞みんなで早く寝る日を決めて、休養をしっかり取る意識を高めよう。
- ＜運動しようデー＞みんなで運動して体力アップ。
- ＜スポーツ教室＞一流選手を招いて指導してもらい、運動への関心を高めよう。

■食事・栄養について

- ＜和食の日＞栄養バランスに優れた日本食を食べよう。
- ＜栄養バランス料理コンテスト＞バランスが良くおいしい料理を家族で考えよう。
- ＜やさしいデー＞8月31日はみんなで野菜をたくさん食べる日にする。

■心の健康について

- ＜思いやりウィーク＞誰かのために何かしてあげる一週間を定める。
- ＜カウンセリングデー＞市内のいろんな公共施設に相談コーナーをつくる。
- ＜トークの日＞10月9日。この日はみんな心を開いておしゃべりをしよう。

発表する

こうして完成した提言①②は、「第2次甲斐市健康増進計画」の冊子に掲載された。この冊子は市内公共施設に配布され、健康増進課のホームページでも閲覧もできるもので、児童は、自分たちの意見が社会に発信されたことや市民の健康づくりに参画できたことに達成感や充実感を感じていた。また最後に健康増進課から次のような児童へのメッセージを頂き、学習を締めくくった。「日々の生活を過ごす中で、健康について意識しないで過ごしていた人が多かったと思います。今回『健康』についての学習で新たに分かったこと、新たに気付かされたことが多かったのではないのでしょうか。どうぞそれを忘れずに自分の身体、自分の命を大切にしてください。」

行政との連携（甲斐市健康増進課との関わり）

こうした展開を仕組むためには、行政との連絡、調整が不可欠であった。児童と「甲斐市健康増進計画」とをどう結びつけられるかについて話し合いを進める中で、次のようなことが明らかとなった。健康増進課のニーズとしては、小学生が「健康増進計画」に提言をすることで、その保護者をはじめとした市民が、健康増進計画へ高い関心をもってくれることを期待していること。また学校のニーズとしては、児童の意見が市の取組に取り入れられることによる学習意欲の喚起と同時に、具体的な社会参画といったダイナミックな総合的な学習の展開が図れるということ、そして、保健教育の視点からは、地域の保健活動の実際についての理解を深め、健康増進のための社会環境づくりの一端を垣間見ることができたことは、中学校での保健学習にもつながるものと考えられる。