

8 健康教育

児童生徒の健康課題が深刻化、多様化している中、心身共に健康で活力ある児童生徒を育成することが一層重要となっている。学校における健康教育では、自分の健康状態に関心をもち、健康上の課題を自分で考え、解決・改善できるような資質・能力を育成すること、すなわち健康を保持増進するための実践力を発達段階や実態に応じて身に付けることができるようにすることが重要である。そのために各学校においては、全ての教職員が学校安全計画・学校保健計画・食に関する指導の全体計画等の共通理解を図り、全校体制で取り組まなければならない。

【健康・安全・食に関わる資質・能力】

（知識及び技能）

様々な健康課題、自然災害や事件・事故等の危険性、健康・安全で安心な社会づくりの意義を理解し、健康で安全な生活や健全な食生活を実現するために必要な知識や技能を身に付けていること。

（思考力、判断力、表現力等）

自らの健康や食、安全の状況を適切に評価するとともに、必要な情報を収集し、健康で安全な生活や健全な食生活を実現するために何が必要かを考え、適切に意思決定し、行動するために必要な力を身に付けていること。

（学びに向かう力、人間性等）

健康や食、安全に関する様々な課題に関心をもち、主体的に、自他の健康で安全な生活や健全な食生活を実現しようとしたり、健康・安全で安心な社会づくりに貢献しようとしたりする態度を身に付けていること。

1 学校保健の充実

(1) 保健教育の充実を図り、心身の健康の保持増進に必要な能力を育てよう

近年、社会環境や生活様式の変化により、薬物乱用や性に関わるモラルの低下、生活習慣病の低年齢化等の問題が生じている。また、自殺予防教育やがん教育の充実も求められている。

保健教育を充実させることにより、健康の価値を認識し、自ら課題を見付け、健康に関する情報や知識を活用し、主体的に健康課題解決のために行動できる児童生徒を育てていく。

指導に当たっては、児童生徒の発育・発達の段階を考慮して、学校全体で共通理解を図りながら教育活動全体を通じて適正に行われること、家庭・地域との連携を推進し理解を得ること、集団指導と個別指導の関連を密にして効果的に行うこと等の配慮が必要である。

【保健教育の重点事項】

ア 喫煙・飲酒・薬物乱用防止教育 … 児童生徒の発達段階に応じた指導により、正しい知識を身に付けさせ、児童生徒の行動変容へのアプローチをする。

イ 性に関する指導 … 科学的な知識を身に付け、生命の大切さを理解して望ましい行動がとれるようにする。エイズについては、感染者等への偏見・差別払拭を重視する。

ウ 自殺予防教育 … 心の危機のサインや心の危機に陥った友人への関わり方、地域の援助機関等の学びを通じて、早期の問題認識と援助希求的態度を育成する。

エ がん教育 … 小学校ではがんを通じて健康と命の大切さを育むことを、中学校では科学的根拠に基づいた理解をすることを主なねらいとし、保健体育科等を中心に実施する。

(2) 健康観察を充実させ、心身の問題の早期発見・早期対応に努めよう

学級担任や養護教諭による健康観察をはじめ、あらゆる機会を通して児童生徒の心身の状況を的確に把握するように努め、体調のみならず心理的ストレスや悩み、いじめ・不登校傾向、虐待や精神疾患等、心の健康問題や起立性調節障害等の疾病の可能性を早期に発見して適切に対処することが大切である。

【早期発見・早期対応の留意点】

- ア 健康観察を継続的に実施することによって、自他の健康に対する興味・関心を高め、自己管理能力の育成を図る。
- イ 感染症や食中毒等の集団発生状況を把握し、感染の拡大防止や予防を図る。
- ウ 児童生徒との日常的な関わり合いを大切にし、心身の健康状態の変化や悩みを感じたとき、教員に気軽に相談できる人間関係をつくり、全校体制で一人一人の居場所づくりを進める。
- エ 心の問題の解決に当たっては、教育相談や「心のアンケート」を活用するとともに、学級担任だけでなく、養護教諭やスクールカウンセラー、スクールソーシャルワーカー等の教職員、保護者、各種相談機関等の専門機関と連携を図りながら支援を進める。また、校内のいじめ・不登校対策委員会等の組織的な協力体制を機能させる。

(3) 健康診断の結果を生かそう

健康診断は、医学的に児童生徒の健康状態を把握し、発育や疾病異常に関して健康づくりの問題点や課題を明確にし、健康の保持増進に役立てることを目的としている。

【診断結果を生かすための留意点】

- ア 治療や処置を必要とする児童生徒に対しては、家庭と連携して継続的に指導するとともに健康観察や健康相談を実施し、一人一人の実態に即した健康管理や健康づくりを行う。
- イ 生活習慣と関係の深い肥満やう歯・歯周疾患、各種アレルギー症状の兆候が見られる場合は、学校医や主治医の指導を受けながら、日常生活においてきめ細かく指導する。
- ウ 校務支援システム等の活用により、診断結果等から学校や児童生徒の健康課題の把握と早期対応に努めるとともに、予防的措置の観点から実態に即した保健教育を行う。

(4) 家庭や地域と連携して、健康な生活づくりをしよう

心身共に健康な児童生徒を育成するためには、専門家のアドバイスを受け、家庭や地域と協力して基本的な生活習慣の育成や望ましい環境づくりをしていくことが大切である。

【家庭・地域との連携を深める観点】

- ア 「早寝・早起き・朝ごはん」を意識させ、家庭と連携して基本的な生活習慣を確立する。
- イ 運動や体を動かす活動を積極的に言い、体力向上、肥満防止に努める。
- ウ 学校保健委員会を年に3回以上開催し、地域ぐるみで意見や情報の交換を行う。

2 学校安全の推進

(1) 安全を意識して、行動できる児童生徒を育てよう

児童生徒は、周りの状況を十分に把握しないで行動したり、衝動的な行動で危険な場面に出会ったりする。また、児童生徒の安全を脅かす事件・事故、災害も発生している。さらに近年、スマートフォンの普及に伴うSNSをはじめとしたインターネットの利用による犯罪被害の防止や、ミサイル・テロ等の新たな危機事象への対応も求められている。

児童生徒には、通学を含めた学校生活、日常生活に潜む様々な危険を予測させ、「自分の命は自分で守る」という安全への意識を高め、実際に行動できる態度や能力を身に付けさせる。

(2) 危機に対する認識を深め、家庭や地域と連携して児童生徒の安全を確保しよう

過去の事件・事故、災害等を参考にし、児童生徒が緊急時に適切に対処し危険を回避できるように指導する。登下校時の安全確保や災害発生時の対応については、家庭や地域、警察等の関係機関との連携が不可欠である。同時にスクールガード等地域の方々への感謝の気持ちも育てていく。

(3) 学校安全の推進について全教職員で共通理解を図り、安全教育・管理を計画的に進めよう

学校行事を含め学校生活全般を通して、安全に行動できる能力・態度・習慣を育成する。

【学校安全のねらい】

児童生徒が自ら安全に行動し、他の人や社会の安全に貢献できる資質・能力を育成するとともに、児童生徒の安全を確保するための環境を整えること。

【安全教育の内容】

ア 生活安全

日常生活で起こる事件・事故の内容や発生原因、結果と安全確保の方法について理解し、安全に行動ができるようにする。

イ 交通安全

様々な交通場面における危険について理解し、安全な歩行、自転車等の利用ができるようにする。家庭や地域等との連携を図りながら交通安全に努めることができるようにする。

ウ 災害安全

様々な災害発生時における危険について理解し、正しい備えと適切な判断ができ、行動がとれるようにする。

【安全管理の内容】

ア 対人管理

児童生徒の心身の状態の把握や行動観察、緊急時における学校全体の救急体制の確立と共に校内研修の充実を図り、学校生活や校外生活における安全行動の指導に努める。

イ 対物管理

学校の施設・設備の安全点検の定期的な実施及び事後処置や学校環境整備に努める。

3 食に関する指導の充実

(1) 食に関する指導の目標

学校教育活動全体を通して、学校における食育の推進を図り、食に関わる資質・能力を育成する。

【食に関わる資質・能力】

(知識及び技能)

食事の重要性や栄養バランス、食文化等についての理解を図り、健康で健全な食生活に関する知識や技能を身に付けるようにする。

(思考力、判断力、表現力等)

食生活や食の選択について、正しい知識・情報に基づき、自ら管理したり判断したりできる能力を養う。

(学びに向かう力、人間性等)

主体的に、自他の健康な食生活を実現しようとし、食や食文化、食料の生産等に関わる人々に対して感謝する心を育み、食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を養う。

(2) 学校給食を生きた教材として活用し、給食の時間の食に関する指導の充実を図ろう

給食の時間は、児童生徒が食に関して総合的に学習する場である。栄養教諭・学校栄養職員と連携し、準備・会食・片付けなど一連の活動を通して社会性を養うとともに、健康で充実した生活を送ることができるように、食品の産地や栄養の特徴、バランスのよい食事のとり方、衛生に関する事柄等について、体験的に学習を深めていきたい。

【給食の時間の食に関する指導の充実】

- ア 健康によい食事のとり方を考えさせる。 イ 食事マナーを身に付けさせる。
ウ 心和む給食時間にする。 エ 個に応じた指導をする。

(3) 学校全体で食育を推進し、家庭や地域と連携しながら、健全な心身の成長を支えよう

社会の変化を背景に児童生徒の食生活の在り方が大きく変化してきている。健康教育の一環として、食に関する指導の全体計画①②を活用し、家庭や地域と連携しながら、学校全体で組織的に食育を推進していく必要がある。

【食に関する指導の充実】

- ア 各教科、特別活動、道徳科、外国語活動、総合的な学習の時間等において、ICTを効果的に活用しながら、それぞれの教科等の特質に応じて、食に関する実践的な指導を適切に進める。
イ 学級担任（教科担任）が、栄養教諭の専門的な知識を活かし、ティーム・ティーチング等により、連携して指導を進める。

【家庭・地域との連携】

- ア 食育だより等で食に関する情報や学校の取組を発信し、保護者の意識を高める。また、児童生徒が、食について家庭で調べたり、振り返ったり、実践したりできるような手立てを工夫する。
イ 招待給食や生産活動等で地域の方を学校に招いたり、児童が関係機関主催のイベントに参加したりして交流を深め、児童生徒の食や地域への理解を深められるようにする。

【参考資料】

- 「教職員のための子どもの健康相談及び保健指導の手引（令和3年度改訂）」
（令和4年3月日本学校保健会）
「子供に伝えたい自殺予防 学校における自殺予防教育導入の手引」（平成26年7月文部科学省）
「自殺予防啓発リーフレット」（令和2年3月愛知県教育委員会）
「学校保健の管理と指導（改訂版2021）」（令和3年3月愛知県教育委員会）
「現代的健康課題を抱える子供たちへの支援」（平成29年3月文部科学省）
「改訂『生きる力』を育む小学校保健教育の手引」（平成31年3月文部科学省）
「改訂『生きる力』を育む中学校保健教育の手引」（令和2年3月文部科学省）
「あいちの学校安全マニュアル ー子どもの安全と安心のためにー」（令和3年3月愛知県教育委員会）
「あいちの防災教育マニュアル」（平成29年11月愛知県教育委員会）
「学校の危機管理マニュアル作成の手引」（平成30年2月文部科学省）
「『生きる力』をはぐくむ学校での安全教育」（平成31年3月文部科学省）
「学校のアレルギー疾患に対する取り組みガイドライン（令和元年度改訂）」（令和2年3月日本学校保健会）
「愛知県学校食育推進の手引<実践編>」（平成25年2月愛知県教育委員会）
「学校給食の管理と指導（七訂版）」（平成27年3月愛知県教育委員会）
「学校における食物アレルギー対応の手引」（平成28年2月愛知県教育委員会）
「学校における食物アレルギー対応の手引<特別支援学校版>」（平成31年1月愛知県教育委員会）
「栄養教諭を中核としたこれからの学校の食育」（平成29年3月文部科学省）
「食に関する指導の手引（第二次改訂版）」（平成31年3月文部科学省）
「愛知県学校食育推進の手引ー第一次改訂版ー」（令和4年3月愛知県教育委員会）