

12 健康教育の意義と進め方

学校における健康教育は、学習指導要領総則第1の2の(3)に示した「体育・健康に関する指導」に基づき、児童生徒の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うことにより、健康で安全な生活と豊かなスポーツライフの実現を目指します。体育科・保健体育科の時間はもとより、関連する他教科・領域などにおいてもそれぞれの特質に応じて適切に行うよう努めることが大切です。また、家庭や地域社会との連携を図りながら、日常生活において実践を促し、生涯を通じて健康・安全で活力ある生活を送るための基礎が培われるよう配慮します。

(1) 「60（ロクマル）プラスプロジェクト」の推進

児童生徒の体力向上及び肥満予防・改善に向け、学校と家庭、地域が連携し、「運動習慣」「食習慣」「生活習慣」を相互に関連付けた一体的な取組を推進し、健やかな体の育成につなげます。

ア チャレンジカードの活用による自己の生活に対する意識の醸成

学校は、チャレンジカードを活用した取組を行い、児童生徒の生活を「見える化」することで、自己の生活や行動に対する自覚を促します。

イ 「運動習慣」「食習慣」「生活習慣」形成に係る担当者の連携

学校は、チャレンジカードを活用した取組の様子や、全国体力・運動能力、運動習慣等調査、県体力・運動能力調査と併せて実施する質問紙調査、定期健康診断、保健体育行政関係調査の結果等について、担当者間で情報共有するとともに、自校の児童生徒の取組の傾向や課題等について把握し、自校の取組に活かします。

ウ 各種指導資料の共有

学校は、各習慣形成に係る各種指導資料について、担当者間で情報共有し、有効な指導につなげます。

<参考資料：岩手県教育委員会作成>

- ・「子供の体力向上指導者の手引き（小・中）」
- ・「岩手型肥満解消ぺっこアプローチ 軽度肥満対象個別相談指導資料（小）」
- ・「岩手っ子カラダ改革☆LAFF Challenge（中・高）」
- ・「もうぺっこ噛みましよう！みんなで取り組むカミカミ運動（小・中）」
- ・「やってみよう！しゃがみこみ（小）/Let's Try！しゃがみこみ（中・高）」

(2) 学校保健

学校保健は、学校において、児童生徒等の健康の保持増進を図ること、集団教育としての学校教育活動に必要な健康や安全への配慮を行うこと、自己や他者の健康の保持増進を図ることができるような能力を育成することを目指して行われます。

ア 学校保健の領域と内容について

学校保健	保健教育	<ul style="list-style-type: none"> ■関連教科（体育科・保健体育科、生活科、理科、家庭科、技術・家庭科、道徳等） ■総合的な学習の時間、総合的な探究の時間 ■特別活動 <ul style="list-style-type: none"> ○学級活動・ホームルーム活動 ○学校行事 ○児童会活動・生徒会活動・クラブ活動 ■日常生活における指導や子供の実態に応じた個別指導 	
	保健管理	対人管理	<ul style="list-style-type: none"> ■心身の管理 <ul style="list-style-type: none"> ○健康観察 ○健康診断（保健調査） ○健康相談 ○保健指導 ○疾病予防 ○生活習慣の形成 ○救急処置（応急手当等） ■生活の管理 <ul style="list-style-type: none"> ○健康生活の実践状況の把握及び規正 ○学校生活の管理 <ul style="list-style-type: none"> ・健康に適した日課表の編成 ・休憩時間等の遊びや運動 ・学校生活の情緒的雰囲気
		対物管理	<ul style="list-style-type: none"> ■学校環境の管理 <ul style="list-style-type: none"> ○学校環境の安全・衛生的管理 <ul style="list-style-type: none"> ・学校環境衛生検査（定期・日常）とその事後措置 ・施設設備の衛生管理及び安全点検 ○学校環境の美化等情操面への配慮 <ul style="list-style-type: none"> ・校舎内外の美化 ・学校環境の緑化 ・学習環境の整備
	組織活動	<ul style="list-style-type: none"> ○教職員の組織、協力体制の確立（役割の明確化） ○家庭との連携 ○地域の関係機関・団体との連携及び学校間の連携 ○学校保健委員会 	

イ 現代的な健康課題への対応について

- (ア) 学校は、アレルギー疾患のある児童生徒に対し教育的な配慮をすることや、アレルギー疾患の重症化の予防及び症状の軽減に関する研修会を開催するよう努めなければなりません（アレルギー疾患対策基本法）。また、アレルギー疾患のある児童生徒の健康管理や対応等取組プランの作成について検討し、組織的に対応する必要があります。
- (イ) 薬物乱用防止教室は、学校保健計画に位置付け、全ての中学校及び高等学校において年1回は開催するとともに、地域の実情に応じて小学校においても開催に努める必要があります。
- (ウ) 性に関する指導については、性情報の氾濫など児童生徒を取り巻く環境が変化している中、児童生徒に対し正しい知識や行動選択する力を身に付けさせる必要があります。指導内容については、学習指導要領や児童生徒の実態及び発達段階を踏まえ、教職員・家庭・地域が共通理解を図り、関係機関と連携を図りながら進めることが重要です。また、学校教育計画に位置付け、集団指導と個別指導の内容を関連させ、効果的に行うことが重要です。
- (エ) ネット依存症、自傷行為、学校不適応等の健康課題を抱えた児童生徒への対応については、関係者で情報を共有し対応方針を検討するなど連携しながら進めることが大切です。また、保

護者の理解を得ながらスクールカウンセラー、スクールソーシャルワーカー、専門機関と適切に連携し、それぞれの役割を果たすことが重要です。

ウ 学校における感染症への対応について

学校は、感染症が発生した場合は、感染が拡大しやすく、教育活動にも大きな影響を及ぼすこととなります。適切に予防策を講じること、感染症が発生した場合には、重症化しないよう早期治療をさせること、感染の拡大を防止することが重要です。身の回りを清潔に保ち、手洗いをを行うなど、日々の生活における感染症予防はもちろんのこと、必要な予防接種を受けることも感染症予防の有効な手段となります。また、感染症にかかっている又はその疑いのある児童生徒、教職員等が差別・偏見の対象となることがないように十分な配慮をすることも必要です。

エ 組織的な対応について

- (ア) 学校においては、児童生徒等の健康診断、環境衛生検査、児童生徒等に対する保健指導等の内容を盛り込んだ学校保健計画を策定することになっています。このことで、計画的、組織的に学校保健活動を推進することができます（学校保健安全法）。
- (イ) 保健主事の主な職務は、学校教育活動と学校保健活動の調整を図りながら、学校保健活動を推進することであり、組織マネジメント力が求められています（平成20年1月中教審答申）。

13 食育の意義と進め方

(1) 学校における食育の推進の必要性

児童生徒の食生活の乱れや肥満・痩身傾向など健康に関する課題がみられる状況にあつて、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付けることができるよう、学校において食育を推進することが重要となっています。食に関する問題は、家庭が中心となって担うものですが、社会環境の変化や食生活の多様化が進む中で、保護者が、子供の食生活を十分に理解し、管理していくことが困難になってきていることも現実です。

そのような状況を踏まえると、児童生徒に対する食育は、家庭を中心としつつ学校においても積極的に取り組んでいくことが重要であり、学校、家庭、地域が連携して取り組む必要があります。

(2) 学校における食育の位置付け

児童生徒の発達段階を考慮して、体育（保健体育）科、家庭（技術・家庭）科及び特別活動の時間はもとより、各教科（道徳科を含む）、外国語活動（小学校のみ）及び総合的な学習の時間においてもそれぞれの特質に応じて適切に行うなど、学校教育活動全体として取り組むことが必要です。

(3) 学校における食育の進め方

ア 食に関する指導の全体計画、食に関する指導の年間指導計画に基づく指導

発達段階を考慮し、教科等を横断して継続的に食育を行うため、計画に沿って指導します。

イ 食育の視点

児童生徒が健全な食生活を実践し、健康で豊かな人間性を育てていくために、栄養のとり方などについて、正しい知識に基づいて自ら判断し実践していく能力を身に付けさせるための食に関する指導が実践しやすいよう、6つの視点を設定しています。

【食育の視点】

- 食事の重要性（食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。）
- 心身の健康（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。）
- 食品を選択する能力（正しい知識・情報に基づいて、食物の品質及び安全性等について自ら判断できる能力を身に付ける。）
- 感謝の心（食物を大事にし、食物の生産に関わる人々に感謝する心をもつ。）
- 社会性（食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付ける。）
- 食文化（各地域の産物、食文化や食に関する歴史等を理解し、尊重する心をもつ。）

ウ 教科等における食に関する指導

教科等の目標を達成する観点から、食に関する内容や教材等が扱われています。教科等における食に関する指導は、各教科等のねらいや特性を踏まえ、学校給食と関連付けて指導することが

効果的です。

エ 学校給食を生きた教材として活用した食育の推進

食育の視点の内容は、繰り返し行うことで理解が深まり、習慣化されるものであることから、毎日繰り返し行われる給食の時間における食に関する指導は、食育を推進する上で極めて重要です。学級担任は、栄養教諭等と連携協力し、日々の指導を行う必要があります。

オ 家庭や地域との連携

(ア) 学校で学習したことをまとめた学習ノートや学級だより等の通信欄を活用し、家庭へ働きかけます。

(イ) 生産者、教育関係者、関係団体等の協力を得ることで地域での食育の取組との連携を図ります。

カ 個別的な相談指導

食に関する健康課題を有する児童生徒に対しては、校内において指導体制を整備し、全教職員が共通理解のもと、保護者と連携して個別の事情に応じた対応や相談指導を行うことが大切です。

(4) 学校給食の役割と目標

ア 学校給食の役割

学校給食は、成長期にある児童生徒の心身の健全な発達のため、栄養バランスのとれた食事を提供することにより、健康の増進、体位の向上を図ることはもちろんのこと、食に関する正しい知識と適切な判断力を養う上で重要な役割を果たします。また、食に関する指導を効果的に進めるための重要な教材として、給食の時間はもとより各教科や総合的な学習の時間、特別活動等において活用することができます。

特に、給食の時間では、準備から後片付けまでの実践活動を通して、計画的・継続的な指導を行うことにより、児童生徒に望ましい食習慣と食に関する実践力を身に付けさせることができます。

また、教科等で取り上げられた食品や学習したことを、学校給食を通して具体的に確認したり深めたりすることができるため、学習効果を高めることができます。

さらに、学校給食に地場産物を活用したり、地域の郷土食や行事食を提供したりすることを通じ、地域の文化や伝統に対する理解と関心を深めることができるなど高い教育効果が期待できます。

イ 学校給食の目標

(ア) 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図る。〈心身の健康〉

(イ) 日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養う。〈食事の重要性、食品を選択する能力〉

(ウ) 学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養う。〈社会性〉

(エ) 食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養う。〈感謝の心、食文化〉

(オ) 食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養う。〈感謝の心〉

(カ) 我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深める。〈食文化〉

(キ) 食料の生産、流通及び消費について正しい理解に導く。〈食文化、食品を選択する能力〉