

健康教育部会

研究主題

豊かな身体と心を育むための望ましい生活習慣づくり

幼稚園...子どものための食教育（子どものためのお弁当・おやつ作り）

小学校...保健指導資料の作成

中学校...保健指導（食教育）資料作成と実践

研究の内容

1 主題設定の理由

幼稚園...幼稚園では昼食にお弁当を持参するところがほとんどだが、最近の子どもたちのお弁当には冷凍食品やレトルト食品が多くみられ、保護者からはお弁当づくりが大変だと言う声もきかれる。そこで今年度は、子どもたちの健康で丈夫な体づくりと幼児期の食習慣の大切さということを中心に、保護者が手軽にでき子どもたちが喜ぶ「お弁当・おやつづくり」を中心にとりくむことにした。

小学校...子どもたちの多様化する健康課題に対応して学習指導要領も改訂されて、保健学習の充実が図られ授業の展開についても新たな観点が要求されてきている。また、養護教諭が保健の授業を担当したり、T・Tとして授業に参画したりする機会もふえつつある。保健学習が子どもたちに興味・関心をもたらし、身近なもの・実生活に実践できるものとしてとらえられるよう教材や資料をそろえておきたいと考え、2つのグループに分かれてとりくむことにした。

中学校...食生活は人間生活の基本となるものだが、社会環境や生活様式の変化は生徒の食に対する考え方や行動にも大きな影響を与えていて、生活習慣づくりの大切さが指摘されている。そこで、食生活の改善・見直しに焦点をあてて、食生活等の生活習慣が健康に大きく影響することへの理解と生活習慣改善への必要意識を持たせることを目的にとりくみを進めることにした。

2 研究の方法

幼稚園...・お弁当・おやつの簡単レシピおよび啓発用たよりの作成

・調理実習

小学校... 6年の保健学習『喫煙・飲酒・薬物乱用』について 資料づくりグループ

・指導案の作成検討、データ資料の検討、わかりやすい教材資料の作成

・誘惑を断るための意識づけに使用するワークシートの作成

『性教育指導資料』について 再検討グループ

・以前 本部会で作成した「小学校性教育指導資料」の主題系統の見直し

・主題別目標の検討と指導資料の内容の検討と作成

中学校...・「食だより」について指導資料・啓発用たより作成と実践

各校の実状に合わせた全体指導への取り組み

・「五大栄養素」について指導資料、啓発用たよりの作成と実践

・「確かな学力向上のための総合調査」結果の活用について検討

・個別指導のための資料作成と実践

3 研究の成果

幼稚園...手軽にできるお弁当やおやつ献立を考え、実際に調理実習をおこない、簡単レシピを作成して啓発用ほけんだよりを作成した。

実生活に結びついたものであり、イラストやカットや写真を取り入れ、保護者にも子どもにも受け入れてもらいやすい内容のものができた。

小学校...授業の実践については、全体でおこなうことはできなかったが、自校の状況にあわせて進めてきた研修内容を取り入れて授業実践した学校もあった。視覚に訴えた資料を使うことにより、子どもたちが目で確認して印象づけられたことで、今までよりも喫煙・飲酒・薬物に対する見方・考え方が厳しいものになった。

性教育については、見直しの内容が多かったため学習や指導の実践に結びつけることができなかったが、内容やカットなど新しくした部分もあり誰でも指導できる資料づくりを心がけた。

中学校...各校の実状にあわせて「食だより」を利用して、生活習慣病予防の学級指導をしてもらった。すぐに子どもたちの生活が変化するわけではないが、個別指導等で確認すると、朝食を食べていなかった子が食べてきたりして、意識的に理解できている生徒もみられた。

4 今後の課題

幼稚園...今後、子どもたちには食の大切さを知らせていくとともに、保護者に対してさまざまな角度から、食教育、お弁当、おやつについて理解を深めてもらえるよう、いろいろな機会を通して呼びかけをしていきたい。

小学校...授業実践できたところの反省をふまえ、今後さらに授業実践にとりくんでいきたい。また、指導する側がもつ資料やデータなどは、子どもの実態に応じて出せるように、今後も準備を整えていきたい。作成した指導教材は保健学習の授業だけでなく学校の実状に応じて保健指導にも利用していくことも考えている。

性教育については、子どもたちにとってわかりやすい資料とはどんなものが非常に悩んだ。また学年別指導や目標の見直しに時間がかかり、指導資料が途中なのでこれを完成させ、各校で活用できるようにしていきたい。

中学校...津市16年度「確かな学力向上のための総合調査」結果について検討し、さらに実践的で一貫性のある食(教)育について研修を深め、生徒自身が自分や他人の健康の大切さとともに「食生活に始まるよい生活習慣」を身につけ、自分自身で健康を保ち、改善できる力を養うよう指導を進めたい。

