

健康教育で、一人一人のかがやきづくり

上越・飯小学校

1 一人一人がめあてをもつ

「ぼくの健康のめあては、手洗いとうがいをよくすることです。インフルエンザがはやっているので、かからないようにしたいからです。」これは、「すこやか強調週間」の取組で実施した昼の放送でのめあて発表の1つである。

当校では、健康・体力づくりプロジェクトが中心になって、一人一人が自分のめあてをもち、励まし合って取り組む健康・体力づくりを進めている。

2 自分の体や健康に関心をもつ

年3回実施している「すこやか強調週間」では、「生活習慣チェックカード」により、自分の健康習慣や生活を振り返って、めあてを決める。それを「健康がんばりカード」に書き込み、1週間集中して取り組む。

各学級では、担任が工夫をこらして一人一人の取組を支援し、それぞれの工夫について、職員打ち合せやパソコンの掲示板・回覧板で、情報交換している。こうした全校体制の取組で、めあてを達成した児童が9割を超え、達成感が次のめあてづくりへの意欲につながっている。

3 めあての達成を支援する連携の輪

一人一人がめあて達成に向けて健康づくりに進んで取り組むよう、専門家や家庭、地域との連携を推進している。

(1) 専門家との連携

歯科衛生士による歯磨き指導、市保健師による喫煙予防学習、学校医による指導、栄養士や養護教諭と連携した生活習慣病予防教室、専門家との連携による性教育などを計画的に実施している。専門家が語る言葉や資料は新鮮で、知識や技能は、子供たちの知的好奇心に応えてくれる。

(2) 学校保健委員会の取組

学校保健委員会では、「健康な心と体づくりに向けて」をテーマにした学校医の講話会、いじめや不登校について考えるポストカード作家の宮越友理さんの講話会などを実施している。子供と保護者が共に参加することで、健康づくりの大切さについて語り合う基盤がつくられている。

(3) 家庭や地域との連携

「すこやか強調週間」の取組は、保健だよりや学年だよりなどで家庭に伝え、声掛けや励ましなど協力を仰いでいる。また、中学校区での「ノーテレビ・ノーゲームデー」の取組は地域にも伝え、関心をもってもらっている。

健康づくりの取組を学校、家庭、地域で支えることで、一人一人のかがやきづくりをさらに進めていきたい。