健康教育の拡充を目指す教育課程の検討

－健康行動の定着に関する教師及び生徒意識調査結果から－

所属校：三鷹市立第一中学校
氏　名：中　山　幸　子
派遣先：帝京大学教職大学院

キーワード：健康教育、健康行動の定着、健康行動に寄与する要因（健康の捉え方・将来展望）教科横断的単元配列

Ⅰ　目的

生涯を通じた適切な健康管理には年代に応じた予防や対応が必要である。学校教育で一生分の健康管理を学ばせるのではなく（近藤2008）、卒業後、自分の健康をその都度、正確に把握し適切に管理していく重要性を教えていかなければならない。しかし、健康教育の中核を担う保健学習（3年間を通じて48時間程度）を実施している割合は矢野らによる全国調査（平成16年）では、中学校が最も低く50．9%であった。学校における取組を見てみると、近年では体力低下を問題視し、昭和50年水準に体力向上を目指す重点施策を東京都では講じている。しかし、昭和50年時の子どもが成人した現在（約42～53歳）の健康状態は諸調査結果を見ても優位な結果は示されていない。従って、体力のほかに、健康に関する基礎的な知識、健康行動の定着や自分にあった継続可能な実践、成人後の最新情報の収集と適切な判断が重要であることを理解する健康教育が欠かせない。子ども時代に習得する健康知識、健康行動、生涯学習の意義と実践力が、後の年代の基盤となることを念頭に置いた健康教育を学校教育活動全体の中で実施する必要がある。

そこで、生徒の健康行動の定着に有効な教育支援について、教師からの聴き取り調査と生徒対象の意識調査を実施し、義務教育最終段階である中学校教育における健康教育の拡充にむけた教育課程のあり方を探ることを本研究の目的としている。

Ⅱ　方法

調査１　健康教育に対する教師の意識及び実践内容

生徒質問紙調査協力校の教師10名を対象に、本研究報告者である養護教諭が半構造化面接を行った。分析はKJ法に則して、①生徒の健康の捉え方、②授業の工夫・配慮、③健康教育に必要な支援、④健康教育の拡充に有効と考えることの４カテゴリーに分類した。

調査２　健康の捉え方、学習意欲、保健学習の習得状況、健康行動の定着状況などについて中学生を対象とした質問紙調査（集団配付自記式）を行った。対象は東京都内公立３中学校に在籍する1030名（有効回答994名）であった。

調査１，２ともに2010年11月～1月に実施した。

Ⅲ　結果

１　健康行動と保健学習に関わる要因について

身近な地域で起きている内容を取り上げた授業を受けた群はそうでない群よりも健康行動上位群の割合が多かった。しかし、保健学習得点では有意差は認められなかった。また、興味ある学習内容や印象に残る授業内容の有無と保健学習得点との関連も無かった。

保健学習得点では、学校生活に満足していると低得点であったが、将来展望と健康の捉え方が男女ともに強く学習得点に関与していた（表１）。学校差はさほどなかったが、保健学習正答率、健康学習定着上位群の割合では女子が男子より優れていた。

表１ 保健学習得点（目的変数）に関わる要因の重回帰分析結果

説明変数	男子	女子
将来展望	.22**	.26**
興味ある学習内容	.07	.18**
工夫授業経験	.14**	.09

（注）数値は標準偏回帰係数　有意水準* 5%　** 1%　*** 0.1%

２　健康行動の定着に影響する要因について

健康行動と保健学習得点との組み合わせで定義した健康学習定着の中位群では、健康の捉え方、学校生活満足が上位群よりも健康行動に強く関与していた。一方、下位群では健康の捉え方と自己肯定感、家庭生活満足の順で関連していた（表２）。

表２ 健康行動（目的変数）に関わる要因の重回帰分析結果

説明変数	健康学習定着群 下位群	中位群	上位群
学校生活満足	.02	.33**	.19*
自己肯定感	.24**	.10	.11
将来展望	-.06	-.03	.08
家庭生活満足	.19*	.13	.15*
教師サポート認知	.12	-.09	-.05
健康の捉え方	.26**	.43**	.23**

（注）数値は標準偏回帰係数　有意水準* 5%　** 1%　*** 0.1%

健康の捉え方が上位である者は、良好な健康行動をしていても、保健学習得点が上位であるとは言えなかった。将来展望得点が上位で「健康学習は社会に出て役立つ」と答えた者は、良好な健康行動をしている。

教師サポート認知（「わかってくれる先生がいる」「先

生の言うことは自分のためだ」)は、健康行動に関与していなかったが、３年女子の保健学習得点では強く関与していた。良好な健康行動との関連を男女別で見ると、男子全体では健康の捉え方、学校生活満足、自己肯定感が、女子全体では家庭生活満足と健康の捉え方が関与していた。男女ともに第１に健康の捉え方が健康行動と関わっているが、男子では学校生活満足が、女子では家庭生活満足が関与している。この結果は、宮崎ら(1999)と同様に、女子は日常生活の中で健康を意識しており、身近な人々の話し合いからサポートを得やすいことを示唆している。

３　健康教育の充実に関する教育課程の編成について

教師聴き取り調査からは、全ての教師が身近な生活を題材にして視覚的な効果を狙った授業を実施していることが明らかとなった。教科横断的単元配列を学校全体で計画し実践している学校では「全体計画があると、全員の足並みが揃ってやりやすい」「他教科間で日常的に情報交換が可能となる」と評価されており、同校生徒の健康学習積極と健康学習意欲の上位群の割合が他校より高かった。

Ⅳ　考察

１　健康行動の定着に向けた授業

保健学習得点に関係する要因について将来展望が大きく影響している。例えば、女子では興味ある授業内容を将来と照らし合わせたり、ストレス解消や家族の健康管理に着眼した内容を取り入れる授業づくりが効果的である。生徒の要望に応える授業工夫をすることにより、保健学習の得点に効果的に関与できると考えられる。

健康行動の定着には知識として浸透する前に行動に反映される場合もあるが、身近な地域で起きている内容を将来展望と関わらせてより現実的なものとして受け取られように授業の工夫改善をする必要がある。「わかる」から「できる」場合と「できる」から「わかる」場合の両方が成立しているので、日ごろの生徒とのやり取りや観察などに加えて健康の捉え方(価値観)を把握することが重要である。また、保健学習得点や良好な健康行動に関連する要因が学年男女等で様々であるので、授業づくりに関連する領域間で連携・連動した指導が求められる。(高倉 2007)

２　健康行動の改善にむけた教師の支援

教師サポート認知が、健康行動と寄与していない結果であったが、健康の捉え方との関連があるので、特に保健学習定着下位群に対しては自己肯定感が高まる教師と信頼関係があれば健康行動の改善・定着が期待されるようである。また、学校生活や家庭生活における満足感が良好な健康行動に影響しているので、家庭と学校との連携協働を十分にとって教育効果を上げていく必要がある。

３　効果的な教育課程の編成

教科横断的単元配列を計画し実践している中学校では、サプリノートを生徒理解に活用し、効果をあげている。しかし、同校の教師は教科横断的単元配列の全体計画を評価する一方、「個人では無理、学校全体でやらなければ」といった負担感や困難性についても触れており、管理職による学校体制づくりが重要であると示唆されている。

興味のある学習内容や印象に残る授業内容があると回答した生徒は、良好な健康行動をしている割合が高かったので、受けたい授業方法を単元や目標を考慮して授業をすると効果があるであろう。将来展望が健康行動定着の要因となるためキャリア教育に位置付けて推進していく必要がある。また、全ての教師が情報交換・連携を重視しているので、有機的な組織体制構築が全体計画と並行されることが鍵となる。

３　健康教育の拡充を目指す教育課程

効果的なカリキュラム編成を目指して作成される教育課程が適切に機能するためには、全教職員の共通理解と個人的負担感の無い実践可能な組織体制作りが必要である。さらに、生徒の実態に合った指導と、生徒との信頼関係を基盤とするキャリア教育も視野に入れた教育活動を展開していくために、健康教育の構造案(図１)と３つの重点目標を提案する。

①健康行動の定着に向けた教師の支援
②健康教育の拡充を目指すカリキュラム編成（案）
③実践可能な組織体制

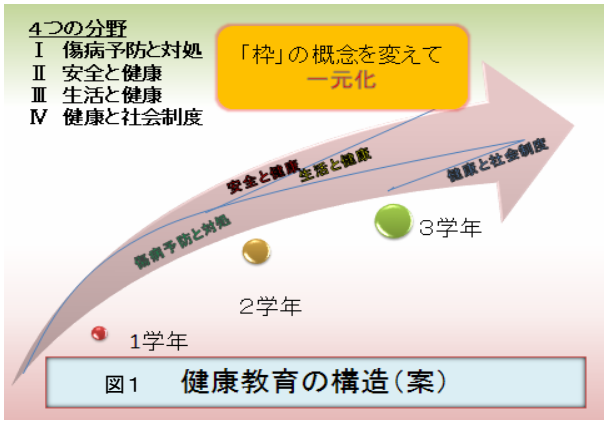

図１　健康教育の構造（案）

Ⅴ　参考文献

１．近藤　信司他(2008)「健康教育への招待～生涯の健康を支えあう家庭・学校・地域～」、国立政策研究所編

２．宮崎　有紀子他(1999)「思春期の健康行動の特徴(1)」－中学生のライフスタイル測定尺度の開発―、思春期学、Vol. 17

３．高倉　実(2007)「児童生徒の心理社会的学校環境と生体的ストレス反応との関連性」、平成 16 年～18 年度科学研究費補助金(基盤研究成果報告書)

４．矢野　享(2005)「保健学習推進委員会報告書：保健学習推進上の課題を明らかにするための実態調査」、財団法人日本学校保健会