

生涯にわたってたくましく生きるために必要な健康教育のあり方

「性に関する指導の充実を目指して」 ～心を育む性に関する指導の取組～

提案者 栃教協教研推進委員会 養護教諭部
 日光市立足尾中学校 養護教諭 竹澤 実千代
 小山市立小山第二小学校 養護教諭 北尾 茂子

1 はじめに

近年、情報化の進展等に伴い、児童生徒が性犯罪・性暴力にかかわる事例が増加し、学校における性に関する指導の重要性を以前にも増して感じている。養護教諭として児童生徒の対応をしている中で、性に関して適切な行動がとれない背景には、人間関係のスキル不足や、自己肯定感の低さが影響しているのではないかと思う場面が多くある。

令和5年度文部科学省では子どもたちを性暴力の加害者・被害者・傍観者にさせないため、全国の学校において「生命（いのち）の安全教育」を推進している。また、学習指導要領の性に関する指導では「児童生徒が性に関して正しく理解し適切に行動をとれるようにすること」が目的とされている。

しかし、学校では、体の発育・発達や性感染症等の知識理解が主になっている学校も多い。さらに、養護教諭が性に関する指導を行う上で、変化する社会情勢に合った手引等の資料や、他校の実践例等の情報を知る機会が少ない。また、自身の経験不足から取り組みにくい実態もあった。

そこで、知識理解だけでなく、人間関係のスキルや自己肯定感を高める内容を取り入れ、どの学校の養護教諭でも取り組みやすい「心を育む性に関する指導」について研究をすることにした。

2 提案内容

(1) 指導資料の共有

- ①情報の持ち寄り
- ②共有方法の工夫
 - ・Googleスプレッドシート作成

(2) 指導資料の活用方法

- ①情報提供
 - ・図書室や保健室の「性教育コーナー」の設置
 - ・「性教育コーナー」の注意事項の動画作成

②集団指導

- ・小学1年生 学活「だいじなからだをまもろう」
- ・小学4年生 保健「大人に近づく体」
- ・中学3年生 学活「自分を大切にするために」

※人間関係のスキルや自己肯定感を高める内容を取り入れた性に関する指導

いのちのまつり	サンマーク出版 ヌチヌクスージ 作:草場一寿 本:平安座資尚	しかけは命の大切さをみんなに 伝えています。 	1,650円
だいじだいじどーこだ	大泉書店 著:えんみさきこ 絵:川原瑞丸	性教育のはじめの一步は「自分の 体を知ること」 プライベートパーツを理解する とともに、自分を大切にすること を学べる本です。 	1,320円
いいタッチわるいタッチ	復刊ドットコム 著:安藤由紀	子ども自身が自分を守るために 大切なことを学べる絵本です。 	2,200円

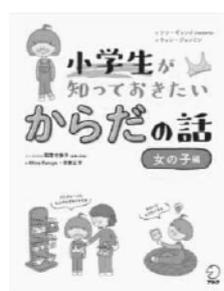
共有したスプレッドシート

③個別指導

- ・保健室来室者への対応
- ・心的要因による頻回来室者への対応

④掲示物

- ・多様な性
- ・胎児の成長



1) 『小学生が知っておきたい からだの話【女の子編】』

(3) 人材の活用

①スクールカウンセラー

- ・中学1年生 学活「自分も相手も大切に」
- ・中学校特別支援学級（1～3年） 自立活動「相手との距離」

②保健師

- ・小学2年生 学活「命の大切さを知る講座」

③性教育アドバイザー

- ・学校保健委員会（保護者・職員）
講話「なぜ今の子どもたちに性教育が必要か」
- ・小学4年生 学活「二次性徴について」
- ・小学6年生 学活「いのちの学び」



小学6年生 「いのちの学び」

3 成果と課題

(1) 成果

- ①事前準備の効率化
- ②指導意欲の向上
- ③実態に合わせた指導の実践

(2) 課題

- ①多様な考えと価値観への対応
- ②変化する課題への対応

<参考資料>

- 1) 『小学生が知っておきたい からだの話【女の子編】』
ソン・ギョイン著、稲葉可奈子監修、
Mina Furuya・古家正亨訳/アルク刊



情報共有の様子

望ましい食習慣の育成を目指して

～朝食を中心とした食に関する指導の取組～

提案者 栃教協教研推進委員会 栄養教職員部

日光市立大沢中学校 栄養教職員 渡邊 麻里

日光市立鬼怒川小学校 栄養教職員 下田沢 さくら

1 はじめに

令和元年度の県内の調査では、朝食を「あまり食べていない」「まったく食べていない」児童生徒の割合が小学校で3.7%、中学校で5.4%という結果が出ている。これをふまえて第4次食育推進基本計画及びとちぎ食育元気プラン（2025）では、「朝食を欠食する子供の割合」0%の目標を掲げている。

また、栃木県学校栄養士会の令和5年度の調査結果（朝食を「毎日食べている」と回答した児童生徒の割合が、10年前よりおよそ10%減少している。）をもとに、教研推進委員会栄養教職員部では、朝食を中心として「望ましい食習慣の育成を目指して」というテーマのもと、令和6年度から3年計画で研究を進めている。

2 提案内容 朝食を中心とした食に関する指導の取組

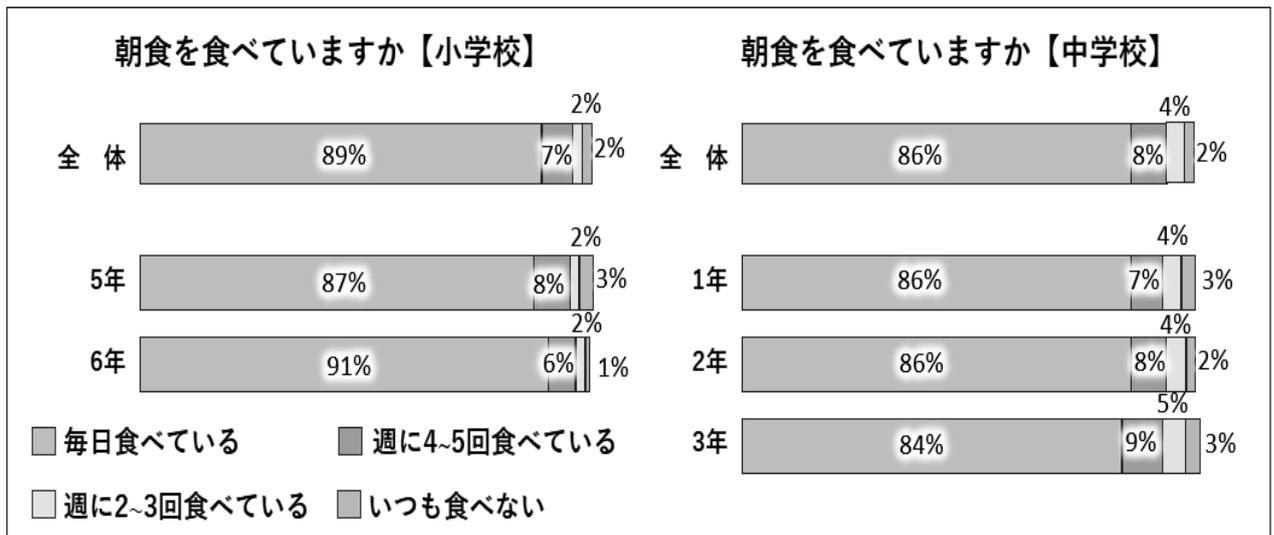
3 研究の実践（朝食啓発活動2年目）

（1）実践に結び付けるための指導の手立ての検討

- ① 研究部員所属校の児童生徒の実態把握
- ② ICTを活用した児童生徒向けの朝食啓発資料の活用
- ③ 簡単朝食レシピの作成・活用
- ④ 家庭・地域との連携

（2）取り組み

① 実態把握の結果



・朝食を「毎日食べている」と回答した児童生徒は8割以上だった。

・朝食を「週に2～3回食べている」、「いつも食べない」と回答した割合は中学校で増加していた。

- ② 県学校栄養士会で作られた資料をもとに、朝食啓発資料（動画）を作成した。
授業や給食の時間、親子料理教室などで活用した。



- ③ 保護者の意見を反映した「簡単に調理できる朝食レシピ動画 第2弾」を作成した。
レシピ動画のQRコードを食育だより等に掲載し、家庭にも紹介した。

■簡単朝食レシピ動画 QRコード■

【ツナマヨおにぎり】



【元気玉チーズおにぎり】



【貝だくさんオムレツ】



【豆乳茶わん蒸し】



【レンチンナムル】



【ミニトマトのだし醤油漬け】



【ひらひら野菜の重ね蒸し】



【みそ玉】



保護者の感想

- ・みそ玉は、簡単で手軽にできるので今後も作り置きをしたいと思います。
- ・簡単なので、おやつや朝ごはんに子どもだけで作って食べる時があります。
- ・運動部の大会当日におすすめの朝食レシピが知りたいです。
- ・特にごはんを使ったレシピを知りたいです。



- ④ 行政や地域、企業等と連携し朝食啓発活動を実施した。

4 成果と課題

〈成果〉

- ① 研究部員の所属校の実態把握アンケートより、朝食の大切さを意識している児童生徒が多くみられた。
- ② 授業や親子給食など様々な場面で、朝食啓発資料を効果的に活用できた。
- ③ 簡単朝食レシピ動画を食育だより等に掲載したことにより、多くの保護者が実際に朝食で活用していた。
- ④ 行政や地域、企業等との様々な連携が図れた。

〈課題〉

- 家庭・地域への継続した連携
- 朝食を摂る習慣の定着化、継続した指導
- 成長期に必要な栄養が摂れる朝食の充実