

## ランドセルが小さく見えた



広島市教育センター所長 貞 金 明

坂の上の教育センターへ歩いて登ることには、神田山の自然に触れる喜びとともに、三々五々仲良く通学している子供たちに出逢う楽しみがある。歩いている小学生の時折漏れ聞こえる会話の無邪気さは、朝の爽やかさそのものである。

最近の子供が大きくなったことを、なるほどと実感をもって認識した朝があった。前に行く女の子の背中に赤いランドセルがあまりにも小さかったのである。高学年で、背の高い方ではあるにしても、私の小学生というカテゴリーには入り切らない背丈であった。

文部省学校保健統計調査報告書によると、平成元年度小学校6年生の全国平均身長は、男子144.3cm、女子146.1cmとある。ちなみに、これを昭和5年度と比較すると、それぞれ12.9cm、14.8cm増加している。子供の背が伸びたのには、いろいろな要因が考えられるが、やはり栄養の摂取状況が大きく影響しているであろう。戦後間もない、昭和21年5月、文部省体育局は戦前の昭和12年と昭和20年との体位を比較して、都市国民学校6年生女子体重

2.2kg、身長4.4cmの減を発表している（岩波書店「近代日本総合年表」より）。

一方、今の子供の身長や体重などの身体的発育は誠に著しいが、例えば、10歳男女の柔軟性等の体力や筋持久力等の運動能力は、昭和63年には10年前のそれと比べて低下している旨の報告がある。さらに、近年、虚血性心疾患、消化性潰瘍等の成人病の低年齢化もみられるときく。現代社会の豊かさや便利さの進展は、子供の健康に必ずしも好影響を及ぼしているとは言えない状況にある。

このことへ対して、大人としては、子供に運動・栄養・休養のバランスを回復させ、そして、何よりも、子供自身が自己の健康づくりに努めるよう働きかけていく必要がある。そこで、手始めとして、例えば、早寝早起きという生活習慣を取り戻すことから取り組んでどうか。確かに、このような基本的で個人的な生活習慣は、すぐれて家庭において形成されるものであるが、学校においても、これを補ったり、強化したりするなど、家庭といっそうの連携をもった指導を進める必要があろう。

特集 子どもと健康

# 子どもと健康

## —指定都市教育研究所連盟共同研究「子どもと未来」から—

広島市教育センター指導主事 三原裕隆

指定都市教育研究所連盟では、昭和38年以来、都市に共通する子どもの教育問題について研究してきた。

今回の第9次の研究『子どもと未来』では、子どもたちが未来社会をたくましく生きていくために必要と考えられる「学ぶ力」「感性」「共に生きる力」「がんばる力」「からだの健康」を取りあげ、その現状と課題をまとめている。ここでは、「からだの健康」についてその内容の一部を紹介する。

なお、本研究は平成元年における政令指定都市10市の児童生徒（小学4年、小学6年、中学3年各4,000名、計12,000名）を対象に実施した調査をもとにしている。

### 1 今の子どもとからだ

#### 9割の子どもが何らかの不調を

「先生、少し気分が悪いので保健室へ行かせてください」、授業中、このように訴えてくる子どもが増えている。保健室へ行かないまでも、何となく元気のない表情を示す子どもは多い。

図1で示すように、不調を感じたことがない子どもは、全体で1割に満たず、約9割の子どもたちが日ごろから何らかの不調を感じている。なかでも中学3年生では、「肩がこる」「すぐ疲れる」「授業中ボーとしている」「腰が痛くなる」「おなかが痛くなる」などの不調の増加が気になる。このような訴えに、今の子どもたちの生活に潜む問題を感じる。

#### 発育のゆがみ

子どもたちの疾病等の中で高率を示している「虫歯」は年々減少してきている一方、「裸眼視力1.0未満の者」の比率は上昇する傾向にある。また、「肥満」「アレルギー症状」「低体

温」の子どもや、「高血圧」「糖尿病」などの成人病に類する症状を示す子どもの増加がみられる（表1）。

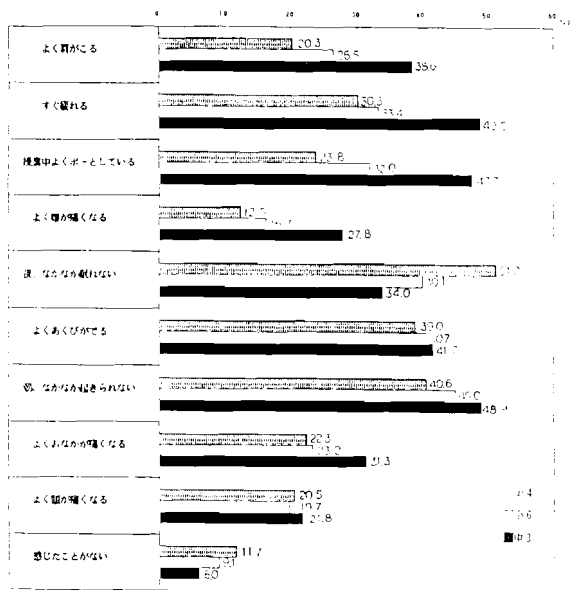


図1 子どもが日ごろ感じることのある不調

表1 う歯、視力等の推移

区分	年度	小学校					単位：%
		54年	56年	58年	60年	62年	
う 歯		94.8	93.5	92.6	91.4	91.1	90.3
裸眼視力1.0未満の者		17.9	19.1	18.2	18.7	19.5	20.6
肥満傾向		1.5	1.4	1.7	1.6	1.7	1.8
ぜん息		0.4	0.5	0.6	0.9	1.0	1.0

区分	年度	中学校					単位：%
		54年	56年	58年	60年	62年	
う 歯		94.5	93.7	93.0	92.3	91.4	90.4
裸眼視力1.0未満の者		35.2	36.9	35.5	36.6	38.4	40.9
肥満傾向		1.1	1.2	1.2	1.3	1.3	1.2
ぜん息		0.3	0.4	0.4	0.7	0.8	0.9

文部省 平成元年度「学校保健統計調査」より

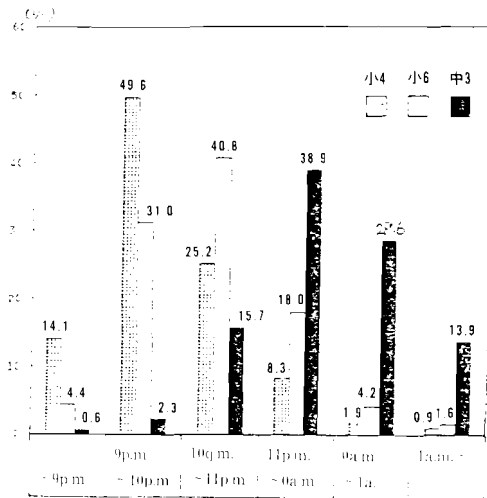
### 2 不調とその要因

#### 睡眠

「夜、眠れない」子どもが多いことが図1からわかるが、この要因として社会全体の夜型人間化が考えられる。都市においては夜遅くまで騒音が絶えず、刺激過剰の環境は睡眠の条件としては不利である。

また、子どもの個室の影響も大きいと思われる。子どもは個室という生活空間を確保し、テレビ、テレビゲーム、ラジカセ、雑誌などで気ままに過ごせるようになった。このような生活から「早寝早起き」に対する意識も薄くなり、したがって寝不足の状態をもつくりだしている。

生活環境の変化に加え、子どもたちのこのような意識の薄れも就寝時刻を遅くしている要因と考えられる(図2)。



食生活 図2 就寝時刻

最近、「食欲がない」「朝食をとらない」子どもが増えているといわれる。寝不足の状態でも朝食も不十分なまま登校している子どもはからだの不調を感じることも多い(図3)。

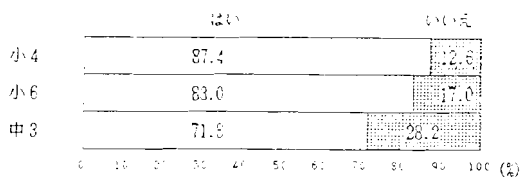


図3 朝食は必ずとる

食卓においては、「手軽さ」「食べやすさ」を求める加工食品や外食産業の食品が多用されるようになり、栄養バランスのくずれの問題も生じている。

家庭では、家族それぞれのペースを重視するがために、家族そろって食事をするのも困難になってきている。「孤食」と呼ばれるような、一人寂しく食事をする子どもも増えて

いる。食欲は、食事の雰囲気にも大きく関係している。楽しくない食卓では、食欲も減退せざるを得ない。

運動・遊び

子どもの遊びのスタイルは変化した。それは「動」から「静」へ、また「室外」から「室内」への変化といえる。当然、からだを動かすことも減少してきている(図4)。

都市では屋外での遊び場がないという問題もあるが、それだけでなく今の子どもは遊ぶ意欲も失いつつあるのでは、という感じさえ受ける。自然とかかわる遊びが減少し、仲間を必要としないテレビ、テレビゲームなど受け身の遊びが主流になり、子どもたちはからだを動かさなくなっている。

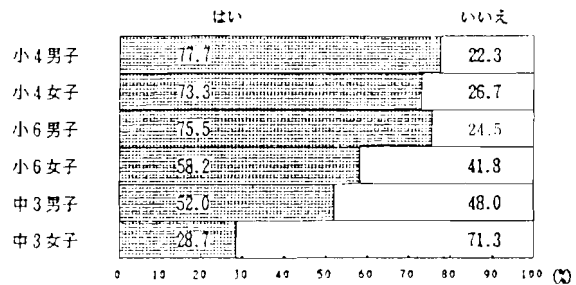


図4 できるだけ外で遊んだり運動したりする

3 健康なからだをつくるために

- 生活リズムを整えるために、健康日誌の活用や、家族そろっての食事をする努力のなかで健康に対する意識を高める。
- 食生活を見直すために、学校においては「校内偏食討論会」を企画するなど、食事を見直すきっかけづくりとする。
- 運動や外遊びに関しては、子どもたちが本来持っている運動欲求を引き出すためにも、気軽に楽しく運動できる機会をふやす。

ここでは、生きる力の基盤として子どもの健康をとらえてきた。今後ますます複雑化し、変容していく社会を生き抜くためにも、健康なからだをつくらうとする態度・能力が子どもたちに必要である。

＝ 教育相談室から ＝

Q

おこたえします

A

断続的に欠席する生徒への指導

Q 中学校2年生の生徒ですが、9月に入って断続的に学校を休むようになりました。家庭訪問をして登校を促すと、しばらくは登校しますが長続きしません。最近では遅刻も多くなりました。一学期からの様子は、何をすることも活気がなく、学習意欲も低い状態です。

怠学傾向を示しているのではと思われるのですが、話をしても「べつに」というだけで理由がわかりません。今後、どのように指導すればよいのでしょうか。

A 怠学傾向を示す生徒には、次のような特徴がみられます。

- ①心身不調の訴えがほとんどない。
- ②登校を促せば登校するが長続きしない。
- ③学習意欲に乏しく無気力な生活態度に終始する。
- ④交友関係が希薄で、友人が限られる。
- ⑤授業時間帯があっても比較的気にせずに外出する。

一般に、こうした生徒は自我の発達が未成熟で、自立性が乏しく、すぐに逃避的になりやすい傾向があります。そこで、生徒に対しては、教師や友人との良い人間関係をつくるとともに自立心の育成が必要になります。

以下、具体的な対応について述べてみます。

1 教師との温かい人間関係をつくる

生徒の表面的な行動のみをとらえて指摘しても、行動の変化は期待できません。本人が教師に対して抱いている不安感、緊張感などを取り除くことが必要です。そのためには、あせらずに話を傾聴し、本人の不安や不満を本人の立場になって共感的に理解し受容する

態度が必要です。

とかく教師は自分の思う方向へ生徒の話を引き張り、問題解決を求めようとし、生徒の心を閉じさせてしまいます。

2 生徒の学習意欲を高める

怠学傾向の生徒は、「勉強する気になれない」「成績のことだけで叱られる」などの悩みや不満をもち、このことによって学習意欲を失い、無気力な状況を示していることが多くみられます。したがって、結果のみをとらえるのではなく、生徒の学習への取り組み方やつまずきの状況をとらえ、学習についての悩みや願い、気持ちをよく聴き、理解することが重要です。生徒それぞれの取り組み方を受け止めながら指導・援助することによって少しずつ学習意欲も高めていくことができると考えられます。

3 認め合い励まし合う学級をつくる

学級から逃避しつつある生徒には、係活動などに参加させ、活躍の場を与え、存在感や達成感などがもてるようにします。そのためには、お互いがその良さを認め励まし合い、援助していく雰囲気とその実感を一人ひとりの生徒が体得できる学級づくりが必要です。

4 保護者との信頼関係をつくる

指導の第一歩は、家庭訪問といわれます。根気よく家庭訪問を繰り返すことによって、相手に誠意が伝わるものです。その際、保護者の養育態度を批判したり、本人の悪い面ばかり述べることは厳に慎みたいものです。かえって、不信感を招きます。保護者の話にしっかり耳を傾け、悩みを共に解決していこうとする姿勢が大切です。こうした中で、保護者との信頼関係がつけられていくものです。

広島市教育センター指導主事 松田 了二

## 教育実践基礎講座(3)

## 充実した学級集会活動にするために

## — こんな配慮を —

広島市教育センター指導主事 升尾好博

## 子供の発案を大切に

教師がお膳立てした集会は、どんなにすばらしくできたとしても、それは本物の集会とはいえません。子供にとって「自分たちが立てた計画だ」といえる集会にしたいものです。

## めあてに沿った集會を

子供は集会活動には特に強い興味と関心を示します。そのため、計画立案、実施を通してとにかく子供の興味本位になり、「何のためにこの集会をするのか」といっためあてを忘れた集会になりがちです。どんなことをするのかの前に、どんな集会にしたいのかをはっきりさせることが大切です。例えば、お別れ会では次のようになります。

— どんなお別れ会にするか —

- ・ Aさんが喜んでくれる会
- ・ Aさんとの思い出を深め、気持ちよくお別れできる会

常に上に掲げたことに立ち返りながら話し合いを進めていきます。

## どの子供にも役割を

集会活動では、学級全員に「自分たちの集会だ」という意識を持たせたいものです。そのためには、全員に役割を分担することが大事です。役割分担は毎回同じ係にならないようにするとともに、いろいろな組み合わせにすることが大切です。必要な係は子供の話し合いにより設けていくようにしたいものです。

## 教師は子供をしっかりつかむ

教師が子供の自発性を重視しすぎて全く放任し、集会でだれがどんなことをするのか知らないということでは困ります。集会の実施前に、だれが、どのグループがどんなことをするのか知っていて、はじめて適切な助言が

できます。集会の準備活動には教師がついてやるのが基本です。

## 子供になって教師も楽しもう

できれば、教師の席を子供と同じところにして、歌や踊りなどに子供になったつもりで参加したいものです。時には、教師の出番があってもよいと思います。楽しく充実した集会にするために教師の役割は大きいといえます。

## だれもが参加できる集會を

集会活動は学級の子供全員が参加できるものでなくてはなりません。集会の計画を立てる時には、いつもこのことを念頭におくことが大切です。一人一人が参加できない時は小集団等で活動するようにし、そして個人の参加から次第に小集団で協力して行う内容の方が楽しいことにも気づかせるようにしたいものです。

## 成功感、満足感を味わわせる

集会活動の終わりの指導助言では、会のめあてに沿って認め、励ますことが大切です。そうすることによって「楽しい集会が自分たちの力でできた」という喜びと次の集會もがんばろうという意欲をもたせたいものです。

## 反省する子供にしよう

集會はやりっ放しではいけません。集會が終わったら反省をし、次の集會に生かすようにしなければなりません。反省会では、楽しかった集會をもっと楽しくするにはどうしたらよいかという話し合いが大切になります。

## 後片付けが終わって集會は終わる

後片付けはおろそかになりがちです。後片付けも集會の一部であることを忘れてはいけません。集會の計画を立てる時、後片付けのことも決めておきたいものです。

## 広島市立学校教育研究生紹介

本年度は22名の先生方が9月から11月の3か月間、当教育センター及び在勤校において研究をされました。今回は理科に関する研究の概要を紹介します。



### 研究内容

## 身近な自然を生かした理科の指導

広島市立五日市南小学校教諭 西井章司

小学校学習指導要領理科の改訂によって、自然の事物、現象へ働きかける直接経験が従来以上に重視されることとなった。

本研究では、第6学年「土地のつくり」の学習において、児童にとって身近な自然である八幡川や海老山を学習内容に取り入れ、教材化とその学習指導について考察した。

### 1 研究内容と研究仮説

研究仮説を次のように設定し、実証授業を行った。

「児童にとって身近な八幡川や海老山を直接経験教材として指導計画に位置づけることにより、学習をより深めさせることができるであろう」

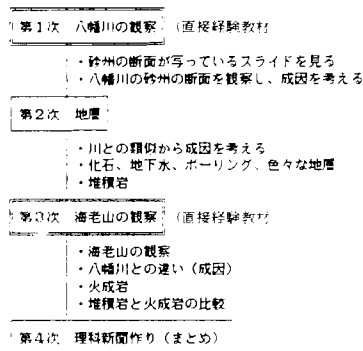


図1 指導計画

### 2 授業の結果と考察

事後調査の結果から、八幡川の観察で砂粒の大きさ、形、層の存在や広がりなどの項目

などについてはおおむね理解できた。また、海老山の観察では、層がない、砂粒の大きさ、形、色などの項目についてもおおむね理解できた。

さらに、新しい学習内容である堆積岩と火成岩の比較学習では、事後において全児童が粒の様子の違いに気づいていた。これは、八幡川と海老山のれきの観察が有効であったからだといえる。

次に、図2から八幡川や海老山の観察学習が他の学習より児童の興味・関心を高めていることがわかった。

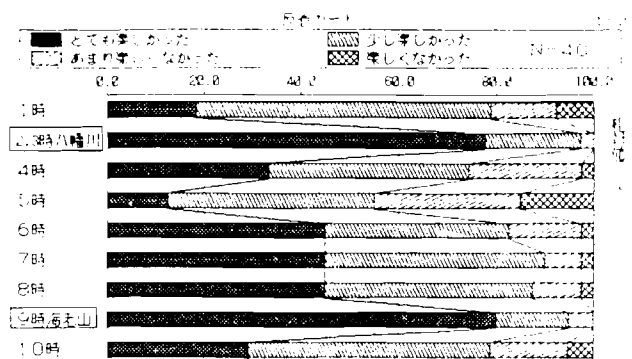


図2 学習内容別の興味・関心

### 3 まとめ

以上の結果から、八幡川や海老山は、「土地のつくり」の学習においてとても有効な地域教材であることがわかった。今後とも身近な自然を生かした理科の指導を探りたい。

研究主題

国語科

作文指導における個別指導の工夫

広島市立黄金山小学校教諭 伊藤成男

意見文を書かせる指導の工夫

広島市立段原中学校教諭 江川千景

社会科

学習意欲を高める資料とその活用に関する研究

広島市立城南中学校教諭 白雲千里

算数科

見通しをもち筋道を立てて考える力を育成する指導法

広島市立己斐小学校教諭 三浦利子

理科

身近な自然を生かした理科の指導

広島市立五日市南小学校教諭 西井章司

学習理解を深める指導法の研究

広島市立井口台中学校教諭 森藤信賢

音楽科

豊かな感性を育てる表現指導の在り方

広島市立古市小学校教諭 田中れい子

図画工作科・美術科

主体的な活動をうながす「材料をもとにした造形遊び」の指導

広島市立緑井小学校教諭 斉藤祐子

抽象彫刻のイメージを深める指導法の研究

広島市立福木中学校教諭 谷原弘樹

家庭科

「住居と家族」領域の学習指導法の改善に関する研究

広島市立川内小学校教諭 正坊地美知子

体育科

機械運動における個に応じた学習法の研究

広島市立八幡東小学校教諭 梶田英之

楽しく学ぶ体育学習

広島市立己斐東小学校教諭 荒木健次

英語科

概要や要点を読み取るリーディング指導に関する一考察

広島市立美鈴が丘高等学校教諭 三輪裕久

道徳教育

人間としての自覚をうながす発問の在り方

広島市立国泰寺中学校教諭 多幾山晃年

特別活動

生徒会活動を身近に感じさせる学級活動の指導法に関する研究

広島市立矢野中学校教諭 網藤清次

幼稚園教育

幼児の友だち関係を育てる遊びの研究

広島市立長束幼稚園教諭 宮脇いち子

幼児のことばの指導に関する研究

広島市立亀崎幼稚園教諭 瀬垣幸子

障害児教育

自閉児の表現意欲を高める指導に関する研究

広島市立山本小学校教諭 中尾秀行

生徒指導

望ましい生活習慣の形成を図る生徒指導

広島市立日浦中学校教諭 沖増正和

教育相談

教育相談の姿勢を生かした授業の在り方

広島市立青崎小学校教諭 岩本恭子

心理テストを手がかりにした生徒理解

広島市立広島工業高等学校教諭 福永 誓

教育工学

目標分析にもとづく評価の在り方

広島市立安西中学校教諭 黒崎育裕



◀ 研究報告会

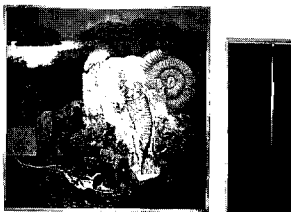
# 教育センターひろば

## 教養講座

平成2年12月6日、松谷みよ子先生（児童文学者）をお迎えし、広島市立美鈴が丘高等学校講堂で教養講座を開催しました。1000名の方々が受講され大好評でした。



## 館内を飾った作品

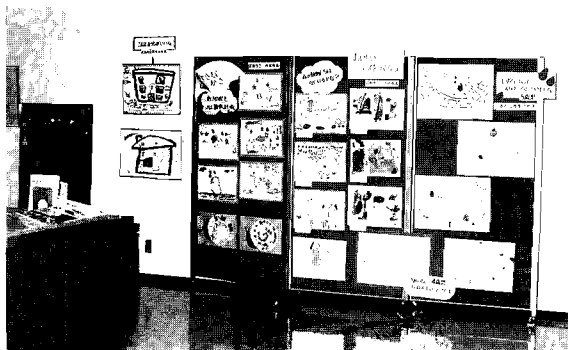


### 展示中の作品

（絵画20点、彫刻3点、  
デザイン1点、書9点）

本年度も市立学校等の美術・書写関係研究会に所属されている先生方の作品を館内に展示させていただきます。お待ちしております。

また、広島市立幼稚園、小学校の幼児児童の作品も展示させていただきます。



## コンピュータ教育利用研究プロジェクト研究員

広島市教育センターでは、マイクロコンピュータ教育利用に関する研究をすすめるに当たって、次の方々に研究員をお願いしています。

### プロジェクト研究員

		氏名	所属校
小 学 校	算	亀宝 悠二	原小学校
		宮田 稔	深川小学校
	数 理 科	甲斐 清	牛田新町小学校
		光岡 義治	矢野西小学校
		中西 博昭	山本小学校
		木村 照男	井口北小学校
中 学 校	数 学	山本 光信	安佐南中学校
		藤井 俊孝	五日市中学校
		桑原 郁文	安西中学校
	理 科	松浦 俊雄	美鈴が丘中学校
		山口 悦朗	亀崎中学校
		竹本 康明	安佐中学校
		前田 恵壮	国泰寺中学校
		岸 菜康成	大州中学校
高 等 学 校	数 学	栗栖 博昭	舟入高等学校
		佐藤 恵二	沼田高等学校
	理 科	宇田 武正	基町高等学校
		阿部 修三	安佐北高等学校
		藤岡 哲	美鈴が丘高等学校

題 字 広島市立国泰寺中学校長 登 雄二  
表紙絵 広島市立毘沙門台小学校長 香川 龍介  
～ 8時15分～

## 編集後記

本年度最後の所報をお届けします。今回は、「子どもと健康」について特集しました。教育実践に役立てていただければ幸いです。