



研究主題

生涯にわたり、健康づくりに取り組む新和っ子の育成 ～持続可能な教育活動の実践～



あいさつ

校長 樋浦 康光

このたび、さいたま市教育委員会委嘱「学校保健」に係る研究発表会を開催するにあたり、御多忙の中、御臨席賜りました皆様に、心より御礼申し上げます。

本校では、令和5年度にさいたま市教育委員会より、学校保健領域の研究指定を受け、研究主題を「生涯にわたり、健康づくりに取り組む新和っ子の育成～持続可能な教育活動の実践～」とし、3年間研究を進めてまいりました。児童が自らの健康に関心を持ち、主体的に行動できる力を育むことを目指して、日々の教育活動に取り組んでまいりました。健康は、学びの基盤であり、人生を豊かにする大切な要素です。だからこそ、学校教育の中で、児童が自分の健康課題に気づき、健康を保持、増進する力を身に付けることは、非常に意義深いことだと考えております。

本研究では、持続可能な教育活動の在り方を模索しながら、児童・教職員・保護者・地域が一体となって取り組む実践を重ねてまいりました。本日の発表が、皆様の学校保健活動の一助となり、今後の教育のさらなる充実につながることを願っております。

最後に、本研究に御指導・御助言を賜りましたさいたま市教育委員会ならびに関係の皆様、心より感謝申し上げますとともに、本発表会が皆様にとって、実り多きものとなりますよう祈念いたしまして、あいさつとさせていただきます。



さいたま市立新和小学校 研究全体構想

児童の実態

- ・健康診断結果より DMF 歯数（むし歯、喪失、治療した歯の合計本数）が高い
→ 全校平均 13.9%（市平均 8.3%）
- ・生活習慣や心身の健康に悪影響を与えるデジタル端末の使い方をしている
- ・朝食の栄養バランスの悪さ、朝食欠食がいる
- ・市学習状況等調査・全国学力・学習状況等調査

目指す児童の姿

- 生活習慣をよりよくする必要性に気づき、自分に合った目標を決め、実践している姿
- 他者と関わりながら、自己決定している姿

研究主題

生涯にわたり、健康づくりに取り組む新和っ子の育成
～持続可能な教育活動の実践～

授業研究部

- ・課題の把握 ・手立ての検討
- ・授業改善、実践

環境整備部

- ・研究資料作成 ・学校環境整備

研究の視点

視点１ 行動変容を促す授業の実践

手立て

- ①自分の課題を正しく捉えられるよう、生活習慣アップカードに取り組む
- ②課題解決の必要性を感じることができる科学的根拠を提示する
- ③目標と、その目標達成のための行動目標を自分で決める

視点２ 日常的に意識の向上を促す保健指導の実践

手立て

- ①毎月の保健目標を、科学的根拠を取り入れながら、発達段階に応じて指導する
（生活習慣を整える必要性、デジタル端末の依存性、フッ化物洗口の意味など）
- ②養護教諭の保健指導を担任の日常指導や事後指導・児童同士の学び合いに繋げる

視点３ 学校と家庭の連携を強化し、子どもを支えるチーム作り

手立て

- ①学校で行う保健指導の趣旨を保護者懇談会時に説明し、協力を仰ぐ
- ②生活習慣アップカードで子どもが課題を正確に把握できるよう、手助け・助言のお願いの手紙を配付する
- ③ゲームやスマホ使用の家庭でのルール作りのコツについて学ぶ機会を設定する
- ④授業で使用したワークシート等を家庭と共有する

令和5年度

もちの木学級 学級活動

題材名「みんなのからだはたからもの」

- ・具体物の活用「宝物バッジ」の配付
- ・視覚支援としてのICT活用
(絵本のスライドショー化)
- ・ICTを使った協働的な学び
(自分の体の大事な部分のオクリンク共有)
- ・自分に合ったワークシートの選択



宝物バッジ

さんが できること なにかな？

さんが できること なにかな？



子どもの実態に合ったワークシートの工夫
→どの児童も自分の考えを表現できた。

令和6年度

4年1組 体育(保健)

単元名 「体の成長とわたし」

- ・レーダーチャートを使ったアンケートや
振り返りの活用の充実
- ・「自分で決める」授業展開の工夫
- ・学習形態の工夫（ジグソー学習）
（1）運動（2）食事（3）休養・すいみん
- ・ICT を活用した協働的な学びの充実



食育の重要性（栄養教諭より）



適切な運動（体育主任より）



自分に当てはまる番号に○をつけましょう。

0 分からない 1 あてはまらない 2 少しあてはまる 3 あてはまる

食事	0	1	2	3
好きなくらい食べている				
空腹感を感じていない				
食前に必要な食事の量を 知っている				

運動	0	1	2	3
1日60分以上運動している				
体の重さを減らす運動をしている				
定期的に運動をしている				

きょうよういふん	0	1	2	3
機嫌よく入浴して、 毎日入浴している				
毎日スナックに付き合っている				
食前30分くらい15分程度の 散歩に動いている				

名前 _____

食事

運動

きゅうよ
すいみん

① それぞれの会計点のところに●をつけます。

② 3つの●を糸緒でつなぎましょう。

③ ばくわんが壊れないように → (第1集団)

④ ばくわんが壊れないように → (第2集団)

レーダーチャート



基本的な生活習慣
(養護教諭より)

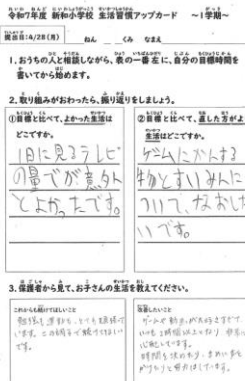
令和7年度

5年1組 学級活動

題材名 「メディアとのかかわり方」

- ・生活習慣アップカードから実態の把握
→一人ひとりの課題に向き合う
- ・養護教諭による専門的な指導
→デジタル端末の過度な使用による影響
- ・保護者の願いから、課題意識を高める

自分の課題を見つける手段として、毎学期実施の「生活習慣アップカード」を活用した。家庭と連携しながら、意識して取り組んだ。



試合開始時刻(予定)	4:00	4:15	4:30	4:45	5:00	5:15	5:30	5:45
7:00 7:30 8:00								
6月6日(日) 第1試合	○	○	○	○	○	○	○	○
6月7日(月) 第2試合	○	○	○	○	○	○	○	○
6月8日(火) 第3試合	○	○	○	○	○	○	○	○
6月9日(水) 第4試合	○	○	○	○	○	○	○	○
6月10日(木) 第5試合	○	○	○	○	○	○	○	○
6月11日(金) 第6試合	○	○	○	○	○	○	○	○
6月12日(土) 第7試合	○	○	○	○	○	○	○	○
6月13日(日) 第8試合	○	○	○	○	○	○	○	○
6月14日(月) 第9試合	○	○	○	○	○	○	○	○
6月15日(火) 第10試合	○	○	○	○	○	○	○	○
6月16日(水) 第11試合	○	○	○	○	○	○	○	○
6月17日(木) 第12試合	○	○	○	○	○	○	○	○
6月18日(金) 第13試合	○	○	○	○	○	○	○	○
6月19日(土) 第14試合	○	○	○	○	○	○	○	○
6月20日(日) 第15試合	○	○	○	○	○	○	○	○
6月21日(月) 第16試合	○	○	○	○	○	○	○	○
6月22日(火) 第17試合	○	○	○	○	○	○	○	○
6月23日(水) 第18試合	○	○	○	○	○	○	○	○
6月24日(木) 第19試合	○	○	○	○	○	○	○	○
6月25日(金) 第20試合	○	○	○	○	○	○	○	○
6月26日(土) 第21試合	○	○	○	○	○	○	○	○
6月27日(日) 第22試合	○	○	○	○	○	○	○	○
6月28日(月) 第23試合	○	○	○	○	○	○	○	○
6月29日(火) 第24試合	○	○	○	○	○	○	○	○
6月30日(水) 第25試合	○	○	○	○	○	○	○	○
7月1日(木) 第26試合	○	○	○	○	○	○	○	○
7月2日(金) 第27試合	○	○	○	○	○	○	○	○
7月3日(土) 第28試合	○	○	○	○	○	○	○	○
7月4日(日) 第29試合	○	○	○	○	○	○	○	○
7月5日(月) 第30試合	○	○	○	○	○	○	○	○
7月6日(火) 第31試合	○	○	○	○	○	○	○	○
7月7日(水) 第32試合	○	○	○	○	○	○	○	○
7月8日(木) 第33試合	○	○	○	○	○	○	○	○
7月9日(金) 第34試合	○	○	○	○	○	○	○	○
7月10日(土) 第35試合	○	○	○	○	○	○	○	○
7月11日(日) 第36試合	○	○	○	○	○	○	○	○
7月12日(月) 第37試合	○	○	○	○	○	○	○	○
7月13日(火) 第38試合	○	○	○	○	○	○	○	○
7月14日(水) 第39試合	○	○	○	○	○	○	○	○
7月15日(木) 第40試合	○	○	○	○	○	○	○	○
7月16日(金) 第41試合	○	○	○	○	○	○	○	○
7月17日(土) 第42試合	○	○	○	○	○	○	○	○
7月18日(日) 第43試合	○	○	○	○	○	○	○	○
7月19日(月) 第44試合	○	○	○	○	○	○	○	○
7月20日(火) 第45試合	○	○	○	○	○	○	○	○
7月21日(水) 第46試合	○	○	○	○	○	○	○	○
7月22日(木) 第47試合	○	○	○	○	○	○	○	○
7月23日(金) 第48試合	○	○	○	○	○	○	○	○

児童自身の気付きや、
保護者の願いを見るこ
とができるようにした。



生活習慣アップカード

今年度は、児童の学習への意欲をさらに高めるために、授業前に保護者へのアンケートを実施している。アンケートには家庭でのサポートの方法や、目標を決めた児童への応援メッセージも保護者に書いてもらい、自己の課題解決に向けての意欲付けにつなげている。

成果と課題

- 児童が主体的に考え実践する場を意図的・日常的・継続的に設けたことから、健康に対する意識が高まり、主体的に行動する姿が見られた。
- 生活習慣アップカードを活用した授業実践から、実態に即した個の課題設定や目標の自己決定、実践等を授業で深めることができ、家庭と共有することができた。
- 健康教育について家庭との連携を深めたことが、家庭の課題意識を高めた。そのことで、学校生活・家庭生活における生活習慣の改善の相乗効果を図ることができた。

△ 家庭差から効果に差が見られた。家庭とのさらなる連携強化策を考えていきたい。

△ 学びの共有から学びの深化を狙った ICT を活用した授業づくりを研修していきたい。

御指導いただいた先生方

令和5年度	さいたま市教育委員会	指導Ⅰ課	主任指導主事	先生
	さいたま市教育委員会	健康教育課	指導主事	先生
令和6年度	さいたま市教育委員会教育課程指導課		主任指導主事	先生
	さいたま市教育委員会	健康教育課	指導主事	先生
令和7年度	さいたま市教育委員会教育課程指導課		指導主事	先生
	さいたま市教育委員会	健康教育課	指導主事	先生

研究に携わった職員（◎研究主任）

<令和7年度>

<令和6年度>

<令和5年度>

あとかき

学校保健領域の委嘱研究は模索した3年間でしたが、研究を進めながら知識と視野が大きく広がったことを実感しています。また、子どもたちが、自分の体や心に目を向けるきっかけとなり、自分の健康を意識し、生活習慣を整える力をはぐくむことができました。日本学術会議の報告によると、子どもたちの健康を守るには、学校・家庭・地域が連携して支援的な環境をつくるのが大切だとされています。それぞれが役割を果たしながら、今後も、子どもたちの学びと心身の健康を支えてまいります。

最後に、さいたま市教育委員会の皆様をはじめ、御指導いただいた指導者の皆様に、感謝の意を表すとともに、さらによりよい教育実践を積んでいけるよう、引き続き御指導よろしくお願い申し上げます。

