

学校保健

「学校保健に求められる養護教諭の役割」を意識した取組とは

佐原美穂

Approaches Concerning about “The Role of School Nurse Required School Health”

Miho Sahara

The purpose of this study is showing the results and issues on approaches focusing on “habits” which make an important role in home education in terms of what a school nurse is required in the school health from now on. This study pays attention to the posture through observing children in the present. The school nurses make a chance to share this problem with the dentists at our school, and fortunately, the dentists make a speech about this problem which the school nurses concerned. Through this event, the school nurse finds the importance of coordinator role. Moreover, the researcher gets a chance to rethink how important health care guidance is because this event can change some student’s behavior. In this study, the researcher focuses on getting students “to think of their posture”, and corporates with homeroom teacher and asks them to focus on core training during playing. (p.41-46)

1 はじめに

昨今の子どもの実態について調べていると、子どもの徳育に関する懇談会において「他者への思いやりの心や迷惑をかけないという気持ち、生命尊重・人権尊重の心、正義感や遵法精神の低下や、基本的な生活習慣の乱れ、自制心や規範意識の低下、人間関係を形成する力の低下などの傾向」¹⁾が実態として指摘されていた。また、重点的に取り組むべき取組の観点として、「乳幼児期からの基本的な生活習慣の形成」²⁾が挙げられている。

心と体の健康は相互に密接な関連をもち、一体となって形成されていくことから、子どもの心身の健全な発育や発達の基礎を培うために、さらなる健康教育の充実が望まれており、養護教諭の役割は大きくなっていると考ええる。

また、成長過程として、乳児は外界への急激な

環境の変化に対応しながら生活のリズムの形成を始め、幼児期になるにつれ、基本的な生活習慣を獲得していくようになる。この過程を積み重ねながら基本的な生活習慣を形成していくことこそが、道徳性や社会性の基盤をはぐむ体験をする上での基礎になるのではないかと考える。

基本的な生活習慣の形成には、家庭教育が重要な役割をもつが、同報告において、乳幼児期の子育てを取り巻く状況についても様々な課題があると指摘されている。近年の少子化や都市化の影響により、家庭や地域において、子どもが幼児期にふさわしい生活のリズムが獲得されにくくなっているという現状があり、このような家庭や地域社会の在り方が変化する中で、不安や悩みを抱える保護者が増加していることも指摘されている³⁾。

また、文部科学省から出された「次世代の教育を考える（報告）」によると、「幼少期には、親

や祖父母が子どもに対して強い関心を抱いていることが多い。さらに、躰をしたり、しっかりと言い聞かせるなどの家庭教育は、幼少期から就学前に行われる方が効果が高いため、この時期を大切にすることを訴えていく取組が大切⁴⁾と述べている。不安や悩みを抱える保護者が増加している昨今だからこそ、家庭教育の力となるような取組を行うことが教育現場にも求められていると考える。このことについては、後に述べる「これからの学校保健に求められている養護教諭の役割」とも繋がってくるのではないだろうか。

そこで、本研究では「これからの学校保健に求められている養護教諭の役割」という視点で取組を実施し、その成果と課題について明らかにすることを目的とする。

2 基本的な生活習慣と習慣について

基本的な生活習慣とは『新版 保育用語辞典』によると、「日常生活の最も基本的な事柄に関する習慣」⁵⁾とある。この基本的な生活習慣は生理的基盤に立つ習慣と社会的・文化的・精神的基盤に立つ習慣の2つに分けられると言われており、その中に食事・睡眠・排泄・着脱衣・清潔が含まれている。⁶⁾

次に習慣とは何かについて整理する。『大辞泉 第二版』に「習慣」という語は次のように記されている。「①長い間繰り返し行ううちに、そうするのがきまりのようになったこと。②その国やその地方の人々のあいだで、普通に行われる物事のやり方。社会的なしきたり。ならわし。慣習。③心理学で、学習によって後天的に獲得され、反復によって固定化された個人の行動様式。」⁷⁾

また、『日本大百科全書』には、習慣とは「行動の具体的動作面でいわれるだけでなく、言語習慣、思考習慣などというように象徴的な面にも用いられるし、また個人的行動に限らず、社会的、文化的行動についてもいわれる」⁸⁾とある。

つまり、習慣とは、元々備わっているものではなく、後天的に獲得する行動様式であり、長い時

間をかけ、反復して行うことで習得されるものであり、また習慣の中の一つに基本的な生活習慣があると捉えた。さらに、習慣形成については、早い時期に行われることが大切であり、幼児期が習慣形成の適時期である⁹⁾ことが指摘されていることから、基本的な生活習慣に限らず、その他の習慣についても幼児期に繰り返し指導することが重要であると考える。

よって、本研究では、基本的な生活習慣に限らず、習慣全般に着目した取組を行うこととする。

3 これからの学校保健に求められている養護教諭の役割とは

中央教育審議会答申（2008）では「子どもの心身の健康を守り、安全・安心を確保するために学校全体としての取組を進めるための方策について」の提言がされており、その中で「養護教諭に求められる役割」についても述べている¹⁰⁾。この答申をうけて、日本学校保健会が養護教諭の主な役割を次のようにまとめている¹¹⁾。

- (1) 学校内及び地域の医療機関等との連携を推進する上でコーディネーターの役割
- (2) 養護教諭を中心として関係教職員等と連携した組織的な健康相談、健康観察、保健指導の実施
- (3) 学校保健センター的役割を果たしている保健室経営の実施
- (4) いじめや児童虐待など児童生徒の心身の健康問題の早期発見、早期対応
- (5) 学級活動における保健指導をはじめ、チーム・ティーチングの兼職発令による保健学習などへの積極的な授業参画と実施
- (6) 健康・安全にかかわる危機管理への対応

さらに、養護教諭の職業倫理として関係者との協働を挙げており、下位項目として養護教諭は、「子どもの心身の健康の保持増進及び健康課題の解決に当たって、組織的に対応し、他の教職員や保健医療福祉などの関係機関、保護者等と協働して効果的な解決を図る。」¹²⁾としている。

本研究では、6つの役割の中の(1)(2)、且つ保護者との協働に視点をおいた取組を行うこととする。

4 実態の把握と問題点の明確化

子どもたちの日常の様子、保健指導時、また誕生会など集う時に行動観察を行い、どの習慣に課題が見られるかを見取っていった。その結果、以下のようなある習慣が目についた。

(行動観察により)

- ①椅子に座るときに足をぶらぶらとさせている。
- ②椅子に座るときに体を揺さぶっている。
- ③椅子に座るときに足を組んでいる。
- ④椅子に深く座り、前かがみになっている。
- ⑤椅子にずりこんで座っている。

このように子どもたちの姿から姿勢に関する指導の必要性を感じた。

では、姿勢も“習慣”の一つと捉えてよいのだろうか。

林(2015)は、「運動、食事以外で重要な生活習慣に姿勢があり、幼児からの姿勢指導も大変重要」¹³⁾と指摘していることから、姿勢も習慣の一つと捉えることとした。

また、姿勢指導の必要性について、石原(2002)は、「『姿勢のよさ』は体力、なかでも背筋力との関係が深く、『姿勢に気を付けているかどうか』は、健康や体力に関する意識と関わりが深い」¹⁴⁾と述べている。

幼児の実態から考えたとき、前者よりも後者の「意識づけ」をすることが今の時期には大切ではないかと考えた。理由として、骨が柔らかい幼児期に悪い姿勢が身に付いてしまうとそのままの癖になってしまう恐れがあるが、今の時期に姿勢を意識することができるそれを防ぐことができるのではないかと考えるからである。

よって、子どもたちの姿から“姿勢”の習慣を健康課題とし、取組を行った。

5 取組の実際

(1) 全学年共通の保健指導の実施

12月の発育測定時の保健指導で「あしぺたん・せなかぐう・せぼねすうー」という姿勢に関する指導を実施した。対象学年は、3歳児、4歳児、5歳児の全学年である。

指導をするにあたって、子どもたちが姿勢を意識できるような工夫を3点行った。

1点目は、**ぺたん**・**ぐう**・**すうー**という子どもたちにとって分かりやすい簡潔な表現にし、3歳児、4歳児、5歳児のどの年齢でもイメージがしやすいキーワードを提示したことである。すうーという表現は、本園で普段姿勢を正す表現として用いられているものであり、その表現も一緒に活用した。そうすることで「すうーってもしかして背骨のことかな」というイメージを子どもたちはもてるのではないかと思ったからである。

2点目は、図1に○印で示しているようにシールで場所を提示したことである。背骨や床という単語だけでは、どこの場所のことをいっているのか子どもたちはイメージしにくく、意識にも繋がらないのではないかと予測し、提示することとした。

3点目は、背骨が見えるエプロンを作製したことである。子どもたちにとって“背骨”は見えない部位でもあり、「背骨がぐにやりとなっている」という想像することが困難であろうと予測し、作製することとした。



図1 かっこいい座り方



図2 指導で使った骨エプロン

3歳児の11月の保健指導の様子を写真(図3)で見ると、姿勢を意識せず、机に寄り掛かったり、背中がぐにやりとなっていたりしていた。また、足をぶらぶらさせる子や足を組む子も見られた。

しかし、12月に指導をしている時は、終始姿勢を意識している子が多く見られた。背中がぐにやりとなっている子はあまり見られず、集中して指導を聞いている様子だった。

また、指導後の誕生会で、背中がぐにやりとなっていることに自ら気づき、背中にぐうと拳を入れて姿勢を直している年長児の姿があったり、冬休み明けの1月でも姿勢に意識する年少児の姿が見られたりした。「いえでもやっとなるよ」「パパにもおしえてあげたよ」と教えてくれる子どももいた。3歳児の1月の保健指導の様子を写真(図4)で見ても、11月に比べ、子どもの意識の変化が見えてくる。個人差はあるものの、指導をすることが姿勢を意識するきっかけになったと感じる。

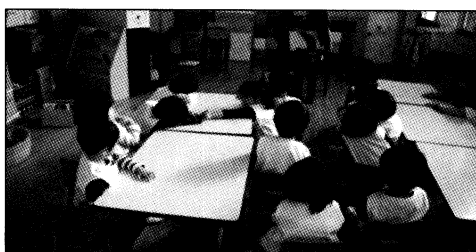


図3 指導前(11月)の子どもの様子(3歳児)

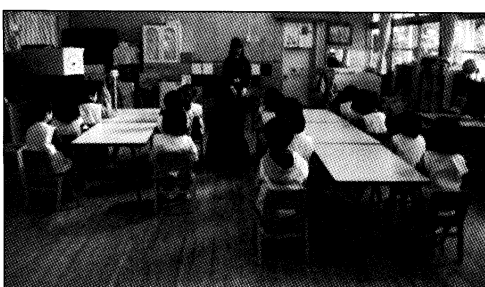


図4 指導後(1月)の子どもの様子(3歳児)

(2) 保健だよりの活用

1でも述べたように、家庭との連携は不可欠であり、出井ら(2009)は、園や学校が出す情報の重要性について述べている。著書のなかで、現在の子どもたちの状態や日常の健康観察などを園だけではなく家庭や地域社会とも共有することが連携には重要であることを示している¹⁵⁾。互いに共有することで健康問題の解決及び健康増進にも役立てることができる。「保健だより」も情報を共有するための一つの手段であり、子どもの健康の保持増進を図るための学校保健活動の一環であると考え

これらのことを踏まえ、全学年の保健指導が終わった後、保健だよりを発行した。保健指導のねらいと指導の具体的な内容について知らせ、家庭との共通理解を図った。さらには、家庭でも同じ合言葉を使ってほしいと願い、家庭への協力を依頼した。

家庭とともに実態を共通理解することで、保護者も意識するようになり、この積み重ねが家庭教育に繋がると考える。

「べたん」「ぐう」「すうー」でかっこいい座り方!
 1・2月の健康測定では、姿勢のお話をしました。今回は、年少組、年中組、年長組で同じお話をしました。どうして姿勢のお話をしたかという、椅子の座り方が「背骨に+」の子をよく見るからです。幼児期に、背骨ぐにやりが癖になってしまうと、そのままの癖で成長をしてしまう可能性があります。いまのうちに「かっこいい姿勢」を意識してほしいと思い、子どもたちにお話をしました。

さくくみさんには、『かっこいい座り方』と『かっこわるい座り方』を自分なりに考えてやってもらいました。すると、『かっこいい座り方』では、きんとんを体につけ、背骨をまっすぐにして座っていました。『かっこわるい座り方』をやってみると、足をダランとして伸ばしたり、背骨を曲げたり、自分の思う『かっこわるい座り方』をしていました。こういうことを意識することも大切ですね。

さて、かっこいい座り方になるための技は3つ。
「べたん」「ぐう」「すうー」です。
 このかっこいい座り方になるための技を教えると、見る見るうちにキラキラかっこいい座り方に変身です。ちも組さん、さくら組さんは、「ぐう」が少し難しかったようですが、とっても上手にできていました。

ある日、誕生会の際に、背骨のところに「ぐう」を入れて背骨をすうーとしている子がいました。意識してやるのがとっても大切です。ぜひ、おうちでも合言葉は「べたん」「ぐう」「すうー」で、かっこいい姿勢をしてみてくださいね。

幼稚園歯科医の先生にも姿勢のおはなしをしてもらいます。
 2月1日(水)に予定されている歯科講話では、保護者の方からいただいた質問と「姿勢と歯」にかかわるお話をしていたことになります。かっこいい姿勢でご飯を食べることは、歯にどう関わってくるのか、一緒に考えていきましょう。

冬も水分補給をしっかりしましょう!
 かげやインフルエンザが流行する時期になりました。かげやインフルエンザの原因となるウイルスの侵入を防ぐにはこまめな水分補給が大切です。かげやインフルエンザの原因となるウイルスは口や鼻から呼吸とともに入ってきます。鼻や気道の粘膜は線毛と呼ばれる毛で覆われており、この線毛が小刻みに動くことでウイルスが排出されます。この時、からだの水分量が減ると線毛が乾いてしまい、小刻みに動くことができなくなり、ウイルスを排出できなくなるそうです。冬もこまめに水分を補給するようにしましょうね。

図5 保健だより「すくすく」

(3) 幼稚園歯科医との連携

三木(2005)は、開かれた学校づくりの促進と家庭、地域との連携において必要な観点を次のようにまとめている。「学校と家庭、地域との連携を厳密にしていくためには、その『かけ橋』となる組織が必要である。」¹⁶⁾

幼稚園では現在、年に一度幼稚園歯科医による歯科講話を実施している。地域保健を担う歯科医と連携をすることを地域との連携と捉え、保護者対象である歯科講話は、幼稚園と家庭、そして地域をつなぐ「かけ橋」となるものではないかと考える。

そこで、今年度、歯科講話について連携をする際、姿勢に関する話も加えていただくようお願いをした。理由は、幼稚園で子どもたちに行った姿勢指導と関連性もあり、食べるときの姿勢の習慣にも家庭で気を付けてほしいという願いがあったからである。また、事前に「どのような内容で歯科講話を聞きたいか？」という質問を保護者にしたところ、歯並びに関する質問が多く出された。歯列に関しては、姿勢と密接な関連があるため、よい機会であると捉えた。

歯科講話を聞いた保護者からの意見は次の通りである。

- ・「歯と姿勢の話やくせの話など詳しく聞けてよかった」
- ・「歯並びは生活習慣が大きく影響していることを知り、日頃の“くせ”を見直すきっかけになりそうだ」

以上のような意見をいただき、保健指導と関連させた効果を感じている。

6 考察

本研究では、「これからの学校保健に求められている養護教諭の役割」から主に2つの視点を中心に取組んだ。そこから見えた成果と課題は次の通りである。

第一の視点は、学校内及び地域の医療機関等との連携を推進する上でコーディネーターの役割で

ある。

本研究では、地域保健を担う幼稚園歯科医と連携を密にとることで、保健指導と同じ目的の歯科講話をしていただくことができ、養護教諭の役割であるコーディネーター力が重要であることが分かった。姿勢と歯の関連については、昨年度の学校保健委員会でも出た内容でもあり、現代の子どもたちの歯や口の健康には姿勢を意識することが大切であることを認識していたことも連携をする際に役立てることができた。また、連携という観点でいうと、家庭との連携についても推進することができたが、一方で家庭での意識づけについてのどのような変容が見られたかまで見取ることができなかった。今年度の成果と課題を踏まえながら、次年度はさらに充実した連携を推進していきたいと考える。

第二の視点は、養護教諭を中心として関係教職員等と連携した組織的な健康相談、健康観察、保健指導の実施である。

本研究では、普段の子どもたちの姿からみえた健康課題についての保健指導を実施することができた。簡潔な表現で子どもたちに提示することが意識づけに効果的だったと感じる。

一方で、姿勢指導には筋力の向上も重要であるといわれているが、今回の保健指導では、姿勢と身体症状との関係や健康に及ぼす影響などの知識に関することは指導の中で深く触れず、「自分の姿勢を意識させる」ということに内容を絞った。全学年共通の指導ということで、そのような知識に関することは指導内容に入れなかったが、保健だよりで知識に関することを触れてもよかったかもしれない。また、今後は体幹を鍛える運動を遊びの中で取り入れるなど担任等との連携を組織的に推進していったり、姿勢に関する気づきをもっと聞き出したりすることで、より工夫した取組になったのではないかと考える。

組織的な学校保健活動を推進するためにも、他の教職員と共通理解を深めることを大切にしていきたいと考える。

7 おわりに

今回の研究では、これからの学校保健に求められる養護教諭の役割に視点を置いた取組を実施し、その成果と課題を明らかにすることができた。役割を意識して取組を推進することで、改めて園と家庭、そして地域が連携することの重要性を認識することができた。

子どもの健康課題は時代の流れとともに変化していくが、その課題に適切に対応していくためにも、今後も継続して新たな知識の習得及び指導方法の開発などに取り組んでいきたい。

<引用・参考文献>

- 1) 文部科学省：「子どもの徳育の充実に向けた在り方について（報告）」, 2009,
(http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chousa/shotou/053/gaiyou/attach/1286156.htm.)
- 2) 同上.
- 3) 同上.
- 4) 文部科学省：「次世代の教育を考える（報告）」, 2007,
(http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chousa/shougai/018/houkoku/081022.pdf.)
- 5) 谷田貝公昭：「新版保育用語辞典」,
p. 86, 2016, 一藝社.
- 6) 前掲書 5), p. 86-87.
- 7) 松村明：「大辞泉第二版」, p. 1704, 2012, 小学館.
- 8) 「デジタル版百科事典」,
(<https://kotobank.jp/word/%E7%BF%92%E6%85%A3-76811>.) (2017/01/20 アクセス)
- 9) 同上.
- 10) 中央教育審議会：「子どもの心身の健康を守り、安全・安心を確保するために学校全体としての取組を進めるための方策について（答申）」, 2008,
(http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo0/toushin/_icsFiles/afieldfile/2009/01/14/001_4.pdf.)
- 11) 財団法人日本学校保健会：「学校保健の課題とその対応—養護教諭の職務等に関する調査結果 から—」, p. 6, 2012.
- 12) 前掲書 5), p. 7.
- 13) 林承弘：「ことしの子ども最前線特集論文」
(sloc.or.jp/wp/wp-content/.../document_2015-07-31-01.pdf) (2017/01/10 アクセス)
- 14) 石原昌江：「『姿勢・発育』と『自律的健康管理能力』の保健指導 養護活動における保健指導③」, p. 21, 2002, 東山書房.
- 15) 出井美智子, 坂田昭恵, 藤江美枝子：「『ほけんだより』のつくり方ガイドブック—理論と実際—」, p. 10, 2009, 少年写真新聞社.
- 16) 三木とみ子：「三訂養護概説」, p. 72, 2005, ぎょうせい.