

保育（健康）

幼児期に必要な心身の健康教育を求めて

— 日々のかかわりから幼稚園養護教諭の専門性をさぐる —

弓場 奈穂子

1. はじめに

子どもが健やかな成長をとげていくには心身の健康を保つことが望ましい。平成20年に改訂された幼稚園教育要領においても、「幼児の発達は、心身の諸問題が相互に連絡し合い、多様な経過をたどって成し遂げられていくものであること、また、幼児の生活経験がそれぞれ異なることなどを考慮して、幼児一人一人の特性に応じ、発達の課題に即した指導を行うようにすること」¹⁾とあり、五つの領域一つである「健康」では、「健康な心と体を育て、自ら健康で安全な生活をつくり出す力を養う」²⁾とある。幼稚園生活の全体を通して生涯にわたる人格形成の基礎を培い、育てていくよう配慮していかなければならない。

幼稚園教育では、幼稚園を修了する時に何ができるかというよりは、子どもたちが将来において、何をどう学び、何ができるようになるかということを考えて、人間形成の基礎となる感性、心情、興味・関心、思考力や道徳性の芽生えを育てることを目標にしている。

「幼稚園の養護教諭に必要な力として、（A ささえる・はぐくむ力）（B よりそう・かんじる力）（C つつむ・うけとめる力）（D つなげる力）という4つの柱がある。この4つの柱を意識して子どもたちと関わり、4つを重ねあわせ、実践を進めていくことで幼稚園養護教諭の専門性が発揮される」³⁾とある。子どもたちの生きる力の基礎を培うためにも、この4つの柱を意識しながら幼稚園の養護教諭としての専門性とは何なのか探り、幼児期に必要な心身の健康教育についての研究を深めたいと考えた。

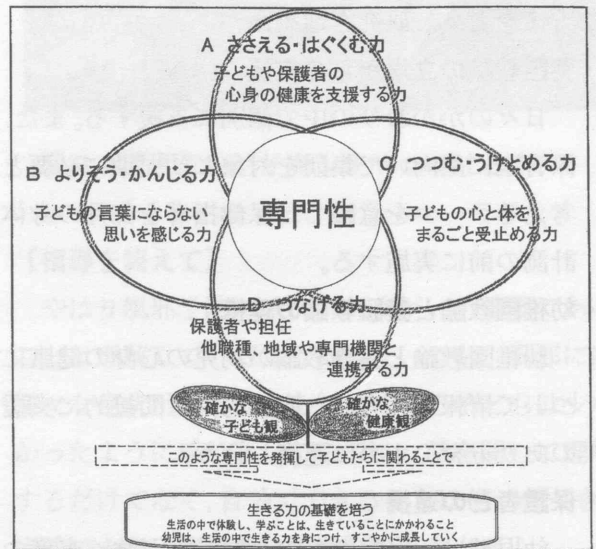


図1 「幼稚園養護教諭 専門性の構造図」⁴⁾

2. 研究の構想

(1) めざす子どもの姿

幼児期は身体的な発達の基礎がつくられはじめ、運動機能が急速に発達する時期でもある。身体を十分に動かすことは、単に体を丈夫にしたり、運動機能を高めたりするだけではない。同時に知的好奇心を満足させたり、人とのかかわりを広げたりするなど、さまざまな面の発達を促すことにつながっていく。

幼稚園での生活は遊びが中心である。いろいろな遊びの中で人やものに関わり、楽しさや心地よさを体験していく時期である。その様々な体験が活動意欲を促し、自信につながり、将来に向けてより健康的に過ごそうとする態度を培っていくと考える

そこで、幼児期から自分の心身を大切にし、健

康に過ごすことができるよう、次のようにめざす子どもの姿を設定した。

自分の心と体に関心をもち、楽しみながら健康的な生活習慣を学び、自分に必要なことは何か考え、日々実践していける子ども

(2) 具体的方策

めざす子どもの姿に向けて、次のように具体的な方策を考え、研究を進めた。

・養護教諭の立場からの支援

日々のかかわりの中で個別に支援する。また、保育室に出向いて集団を対象に幼児期に必要なと考えるテーマを意識した保健指導を毎月の身体計測の前に実施する。

・幼稚園教諭と養護教諭の連携

幼稚園教諭と養護教諭が幼児の心身の健康について情報を共有し、直接的又は間接的に支援のあり方をこまめに連携し合う。

・保護者との連携

幼児期は、保護者とのつながりが強く密度の濃い時期である。担任をはじめ、関係職員と連携をとりながら、必要があれば養護教諭の立場から保護者と連携していく。

3. 実践事例

実践例1 保健指導事例

「夏を元気にすごそう！」（9月）

【対象】年少・年中

【指導にあたって】

幼稚園での自由遊びの時は、安全面も考慮し、常に帽子をかぶって過ごしている。その帽子の意味を再確認するとともに、夏の日差しのもとでは幼稚園生活を離れた日常生活においても必要であることを理解しておくとともに、熱中症の危険性を知らせておく必要があると考えた。

進めるにあたり、年少児にも理解しやすいよう動物の絵を使って熱中症の様子を提示していき、また汗の量もペットボトルに色水を入れて分かり

やすく示していきたい。

【指導のねらい】

- 夏の外遊びの際、注意しなければならない熱中症のことを知る。
- 望ましい水分の取り方を知り、進んで実践できる。

【内容】

夏の暑い日に帽子をかぶらずに外遊びをしていたチュウタくんが熱中症になりかけてしまう様子を紙芝居で示す。どうすればよかったのか問いながら夏の外遊びの際に気をつけておくことの確認をする。（帽子・木陰で遊ぶ・水分補給・汗のしまつ）

一日に汗として体から出る水分量の目安をペットボトルで示し、こまめな水分補給と汗のしまつ（タオルで拭く・着替え）が必要であることも確認する。



図2 木陰で遊ぼう！

【指導を終えて】

水分補給の重要性を示すためにも、汗と見立ててペットボトルに色水を入れたことは幼児にも分かりやすく提示できたのではないだろうか。

チュウタくんが赤い顔でフラフラしている絵を示した時に、「ねっちゅうしょうよー！」「ぼうしかぶらんといけん」などという言葉も聞こえてきた。帽子の必要性については、担任や家庭でも繰り返し指導を受けていることが伺えた。

熱中症については言葉のみ知っていたのか、意

味も理解していたのかは判断しかねるが、正しい知識を分かりやすく、繰り返し伝えていく事が幼児期には必要である事が再確認できた。

また、指導後の自由遊びの途中に「お茶のまんといけん」と保育室の自分のロッカーにあるお茶を飲みに戻ってくる姿や、木陰を見つけて遊びに行く姿を見ることができた。

実践例2 保健指導事例

「見えないバイキンをやっつけろ！」（11月）

【対象】年長児

【指導にあたって】

気温が下がり、空気が乾燥し風邪をひく子どもが増えてくる冬が近づいた。寒い冬を前に、風邪の予防方法について知らせ、自ら実践できるようにしたい。

子どもたちの様子を見ると、風邪予防だけでなく様々な病気の予防や衛生面から、手洗い・うがい大切だということは理解できていると思われる。しかし、手洗いをしても水に濡らす程度の姿が見られたり、石鹸をきちんと泡立てないまま水で流してしまう姿も見られたりする。また、少し寒くなったせいか外遊びを嫌がり、室内での遊びを好む姿もたまに見られるようになった。これらを受けて指導の必要性を感じた。

【指導のねらい】

- 風邪のうつり方を知り、予防法を考える。
- 正しい手洗いやうがいの仕方を思い出し、冬を元気に過ごすために進んで実践できるようになる。

【内容】

風邪をひいたときの様子を思い出す。（熱・鼻水・咳・寒気・腹痛などの様子を絵で示す）空気中にいるバイキンが手や喉から体に入ってくること知り、手洗い・うがいの必要性に気づく。（バイキンの絵を体に貼って空気中にいることを知らせる）手洗い・うがいの他にも風邪を予防し、元気に冬を過ごせるために気をつけることを一緒に考える。（睡眠・栄養・運動に気づかせる）

実践行動につなげるために、正しい手洗いの仕

方の表を見て洗い方を確認しながら、歌に合わせて順番に洗っていく方法もあることを知らせる。

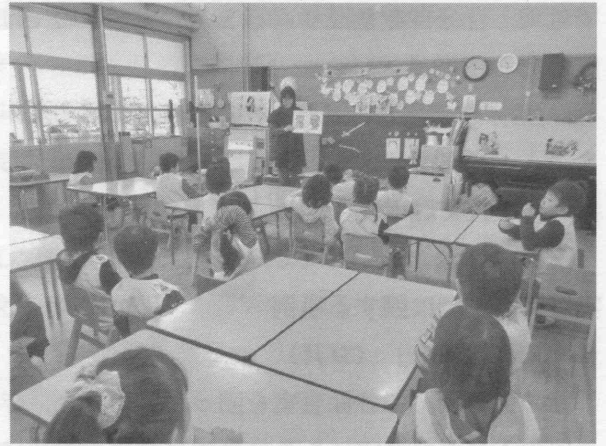


図3 見えないバイキンをやっつけろ！

【指導を終えて】

やはり風邪予防に手洗い・うがいが重要であることは理解しているようだった。でも、風邪には様々な症状があることを知っている子どもは少なかったように感じた。ここでは、話を聞いて理解するだけでなく、自分でできることは何か気づき、実践できるようになって欲しいと考えた。

指導後、手洗い・うがいをそれまで同様に続けている姿を見ることができた。また、室内遊びが多かった園児が時々ではあるが元気に外で遊んでいる姿をみることができるようになった。ただ、歌に合わせての手洗いの方法は一度の指導だけでは実践行動や定着につなげることは難しかった。保健指導が日々の保育に、家庭での実践につながるような工夫と連携が必要であり、今後の課題が残った。

【考察】

毎月の身体計測の前に短時間ではあるが、保健指導を実施している。指導内容は基本的な生活習慣を中心に、各年齢や時期・実態・課題に合った内容を実施するようにしている。

これは幼稚園養護教諭に必要な力の（Aささえる・はぐくむ力）にあてはまると考える。

生活習慣については、幼児期から正しい知識を知り、幼児自らが生活に生かせるような指導を繰り返していくことが必要であると感じている。ま

た、集団で話を聞くという場を設定することも大切であると考え。聞く力が備わってくると自分で考え、自分自身を振り返ることもできるのではないだろうか。

保健指導で集団に伝え、その後の生活につながるよう、めざす子どもの姿への成長を願いながら指導を続けていきたい。

実践例3 個に関する事例

「忘れとる…」(9月)

朝の欠席調べで各保育室を回っていたとき、年長児のA男が保育室にある自分のロッカーの前に立っていた。普段は朝の支度をすませたら早々に遊びに行くのでA男が保育室に残っていることもめずらしかった。「今日はめずらしいねえ、お部屋で遊ぶの？」と声をかけると、沈んだ様子で「お母さんが入れるの忘れとる…」と小さくつぶやいた。A男の言っている意味がよくわからなくて「お母さんが何か忘れてるの？まさかお弁当？」と聞くと「違うわ…」とA男。「よかったあ、お弁当かドキドキしたわ」と明るく対応してA男の反応を見た。A男は笑顔は出たものの、まだ様子は少し沈んでいる。「今日なくても大丈夫なものなの？」と聞いたら「まあだいじょうぶよ」とそれ以上は話してくれる様子ではなかった。

A男が何か大切なものを忘れたのかと思い、「ほんまに困ってない？何か困ったら遠慮せず先生に言ってね、我慢せんのよ」と声をかけて欠席調べに戻った。しかし、普段とは違うA男のことが気にかかり担任・副担任に欠席を伝える際、朝のA男の様子を伝えた。

年長児のA男は活発で外遊びも大好きな園児である。持病にアレルギー疾患があり、食事の内容や体調の様子で、身体に広がるアトピー性皮膚炎の状態が悪化したり軽快したりを繰り返している。

特に夏の時期は強い日差しは皮膚への刺激も強く、汗も多く出るため日中も強いかゆみが出ることもあり、状態によっては外遊びを控えて室内遊びで過ごすことが望ましい日もあった。

保護者も本人が活発で外遊びが大好きであるこ

とを理解しており、なるべく活動を制限するのではなく、遊んで汗をたくさんかいてしまったときのために冷やした濡れタオルを数枚持たせて下さり、保育室で自分に対応できるよう担任・副担任と連携していた。

A男の様子を伝えた時に濡れタオルのことも知り、きっと忘れたのは濡れタオルではないかと思いが当たった。すぐに先ほどの対応では十分ではないと反省してA男を探した。

A男は積木の部屋で友だちと遊んでいた。遊びを邪魔しないようにどう声をかけようかと黙って見ていたら「先生どしたん？誰かさがしょん？」とA男から声をかけてきてくれた。「A男くんを探してたんよ。さっきロッカーのところで気にしてたのは冷たいタオルのこと？」と聞いたら「うん。あ母さんがタオル入れるの忘れたんよ」友だちとの遊びで気分を切り替える事が出来たのか、先ほどとは違って明るい声で教えてくれた。「そうじゃったん。お母さんもきっとA男くんのタオルのこと気にしとるね。今は夏で暑いから汗かいたらかゆくなるから辛いよねえ。外で遊ばずにここで遊んで、あまり汗かかないように自分でも気をつけとるんじゃね。でも、もしかゆくてたまらない時は先生のところに氷借りにおいでね。少しでも冷やすと楽になるよ。タオルもあるから水で濡らして冷たいタオルもすぐできるから大丈夫だからね」と声をかけた。A男は「汗かいとらんから大丈夫よ」と答えてくれた。

その後A男は「少し汗かいたから来た」と少し照れたような様子で職員室の私のところにやってきた。氷をハンカチに包んで渡すと、少しほてった頬にあてていた。もう一つの氷を大きめのハンカチに包んで首筋にあてながら「ずいぶん前だけど、同じように汗をかくとかゆくなる子がいて、こうしたら気持ちいいって言ってくれたんよ。A男くんはどう？」と聞くと、「気持ちいいねえ」とそのまま保育室に戻って行った。

その後、担任と副担任にA男とのやり取りを報告し、保育室での様子も聞いて連携をはかった。A男は最近アトピー性皮膚炎の状態が良くないこ

とを気にしていたようだった。

【考察】

A男のことを十分に把握できでいなかったために、A男が不安を強く感じている時にすぐ不安を軽減させてあげるような支援ができなかった事例である。幼稚園養護教諭に必要な力(Bよりそう・かんじる力)(Cつつむ・うけとめる力)(Dつなげる力)を十分生かすことができなかった。

A男は皮膚炎の状態が良くない時期は、身体計測のときに友だちに肌を見せるのが嫌だと言っていたことも知り、それまでA男の気持ちに気づかなかったことと、もっと早く担任・副担任と連携を取っておく必要があったことを深く反省した。

その後、今回のA男との氷のやりとりの一件で保護者とも話す機会をもてた。養護教諭としてこれまで配慮が足りなかったと反省ばかりだったが、保護者は感謝して下さっていたようで「氷をありがとうございました。とても気持ち良かったようで、家でも時々やっているんです」とお礼を言われた。「A男くんの様子に気づかず申し訳ありませんでした。これから幼稚園で何か気をつけておくことや、できることがあれば遠慮なく声かけてください」と気持ちを伝えることができた。

特に配慮を要する幼児の保護者と連携を取っておくことは必要であると強く感じた。連携を取りながら幼児が抱える実態や課題をより詳しく把握し、養護教諭が「確かな子ども観」「確かな健康観」をしっかりとって関わっていかなければならない。それはA児だけでなく、すべての幼児についても健康診断・健康調査等をもとに日々関わりを深めるなかで確かなものをもつことが必要である。幼稚園では登園・降園時に直接保護者と話ができる機会があるので、保護者とよりよい関係を作り、連絡を蜜に取り合うこともできると考える。この機会を今後も大切にしていきたい。

A男自身、もしも困ったことがあれば自ら周囲に助けを求めることが必要なことも出てくるであろう。その際、自分の状態だけでなく、気持ちも上手く表現することが求められる。A男だけでなく、幼児期は自分の気持ちなどを言葉でうまく表

現することが難しく、支える側が子どもの言葉にならない気持ちや思いを感じとり、子どもが表現できるよう導く言葉かけも大切である。(Bよりそう・かんじる力)(Cつつむ・うけとめる力)(Dつなげる力)を重なり合わせながら養護教諭の専門性を生かしていかなければならない。

A男の成長を信じて、今後も担任・副担任、そして家庭との連携をもちながらA男を見守り、支えていきたい。

4. 実践を振りかえって

研究テーマをもとに幼児期に必要な心身の健康教育をもとめて実践をしてきた。幼稚園養護教諭に必要な力として、四つの柱があった。(Aささえる・はぐくむ力)、(Bよりそう・かんじる力)、(Cつつむ・うけとめる力)、(Dつなげる力)である。この四つの柱を意識して子どもたちと関わり、四つを重ねあわせながら実践を進めていくことで、幼稚園養護教諭の専門性が発揮されるのか検証してきた。

養護教諭として実践するなかでそれぞれの関わりがこの四つの柱にあてはまるだけでなく、重なり合い、積み重ねられて実践は進められていくことが確認できた。

(Aささえる・はぐくむ力)は子どもの心身の健康を支援する力でもあり、健康診断・救急処置などで幼児の実態を把握し、健康課題をとらえたり、実践1・2のような実態や課題をもとに保健指導を行ったり、安全で衛生的な環境を整備したりすることであると考える。

(Bよりそう・かんじる力)は子どもの言葉にならない思いを感じる力でもあり、子どもの様子や行動・しぐさ、表情から変化に気づいたり、子どもに寄り添い、話しやすい雰囲気をつくったり、子どもを信じ、見守ったり、待ったりすることであると考える。

(Cつつむ・うけとめる力)は子どもの心と体をまるごと受けとめる力でもあり、愛情をもって接

し受けとめることで、自分が大事にされていることを伝えたり、日ごろから声をかけスキンシップをとり信頼関係を築いたりする。また子どもの健康観察を丁寧におこない、個々に応じた対応をしていくことであると考え。

(Dつなげる力)は担任や保護者、専門機関等と連携する力でもあり、毎日保護者と会う機会を生かし、情報交換をしたり、担任や保護者と連携をとったり幼児を様々な視点で捉え支えることではないだろうか。また園医や専門医と連携をとり、情報を得たり、一人ひとりの幼児に応じた指導を受けたりすることであると考え。

そして、四つの柱の根底には、図1にあるように「確かな子ども観(発達観も含む)」や「確かな健康観(健康課題も含む)」をもっていることが必要不可欠である。幼児それぞれが抱える課題を正確にとらえたいうで実践を進めていかなければならない。実践事例3での考察にあったように、子どもの変化に気づき、すぐ課題を捉えることが出来るためにも養護教諭として様々な実態を把握し「確かな健康観」「確かな子ども観」をもって関わっていくことが適切な配慮へとつながるのではないだろうか。

これからも「確かな子ども観」「確かな健康観」をしっかりとち、そして、四つの柱を意識しながら幼稚園養護教諭として実践を進めていきたい。

また、幼児期に必要な健康教育として、集団または個別を対象に保健指導していくことで、幼児が自分なりに健康生活に必要な習慣やふさわしい方法を見つけ、自分のものとして取り入れ実践していくことができるようになるよう取り組みを続けていきたい。そのためには、年間を見通した計画的な指導が必要であり、実態や状況に応じて柔軟に対応できることも必要である。今後も、実践を一つひとつ積み重ねながら日々研究を進めていきたい。

<引用文献>

- 1) 文部科学省：「幼稚園教育要領」, p. 11, 2008, 文部科学省.
- 2) 文部科学省：「幼稚園教育要領」, p. 13, 2008, 文部科学省.
- 3) 山口智佳子：「研究紀要 第1集 子どもの成長・発達を促す養護教諭の支援のあり方—今, 問われる専門性とは—」, 小松原かおり・南向素子・渡辺満美・桑原由紀子・五味川園子・玉井昌代・笹川まゆみ編, p58, 2007, 日本教育大学協会養護教諭部門, 全国国立大学附属学校連盟養護教諭部会.
- 4) 前掲書 3), p58.