4 健康教育（学校保健）

1 学校における健康教育の位置づけ

健康教育を進めるに当たって、その重要性が具体的にどこに示されているかといえば、教育基本法第1条において、「教育は、人格の完成を目指し、平和で民主的な国家及び社会の形成者として必要な資質を備えた心身ともに健康な国民の育成を期して行われなければならない。」と明記されている。

また、学校教育法第21条第8項においても「健康、安全で幸福な生活のために必要な習慣を養うとともに、運動を通じて体力を養い、心身の調和的発達を図ること。」と健康教育について明記されている。

さらに、学校の教育課程を規定している学習指導要領には、健康教育の目標について、次のように示されている。

例:小学校学習指導要領（平成29年告示）第1章 総則第1の2（3）

（3)健やかな体(第1章第1の2(3))

> 学校における体育・健康に関する指導を、児童の発達の段階を考慮して、学校の教育活動全体を通じて適切に行うことにより、健康で安全な生活と豊かなスポーツライフの実現を目指した教育の充実に努めること。特に、学校における食育の推進並びに体力の向上に関する指導、安全に関する指導及び心身の健康の保持増進に関する指導については、体育科、家庭科及び特別活動の時間はもとより、各教科、道徳科、外国語活動及び総合的な学習の時間などにおいてもそれぞれの特質に応じて適切に行うよう努めること。また、それらの指導を通して、家庭や地域社会との連携を図りながら、日常生活において適切な体育・健康に関する活動の実践を促し、生涯を通じて健康・安全で活力ある生活を送るための基礎が培われるよう配慮すること。

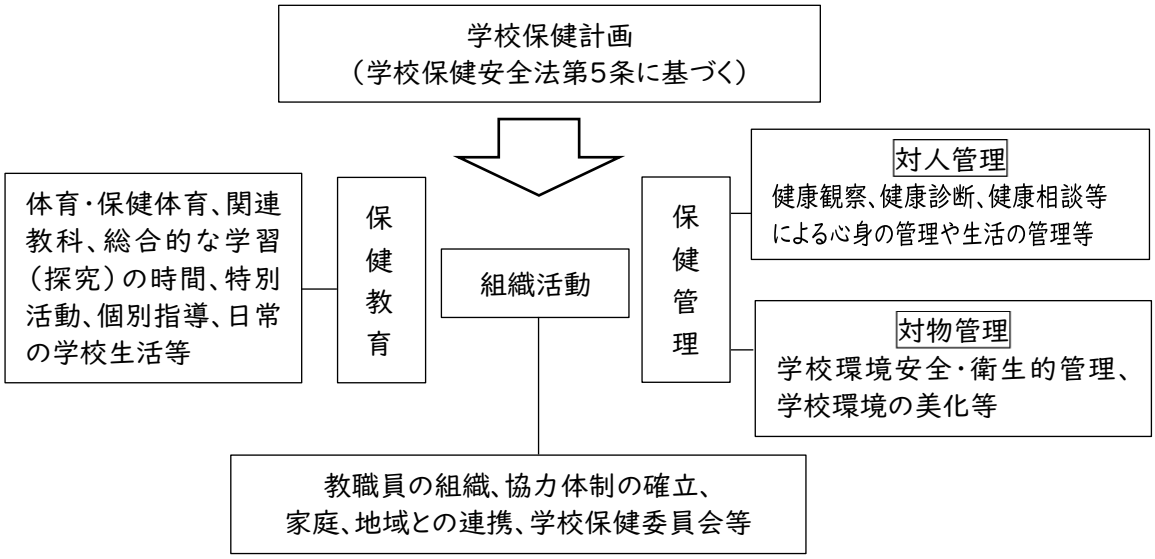
なお、同様な記述は、中学校、高等学校、特別支援学校の学習指導要領にも記載されている。

このように、健康教育の目標は、子どもたちが生涯を通じて健康・安全で活力ある生活を送るための基礎を培うことにある。現在だけでなく、「生涯を通じて」という視点をもつことで、「将来に役立つ資質や能力を身に付けること」がポイントになる。

健康教育の内容については、学習指導要領総則から、食育、体力の向上、安全、心身の健康の保持増進（保健）の4つの内容でとらえることができる。

2 学校保健の構造

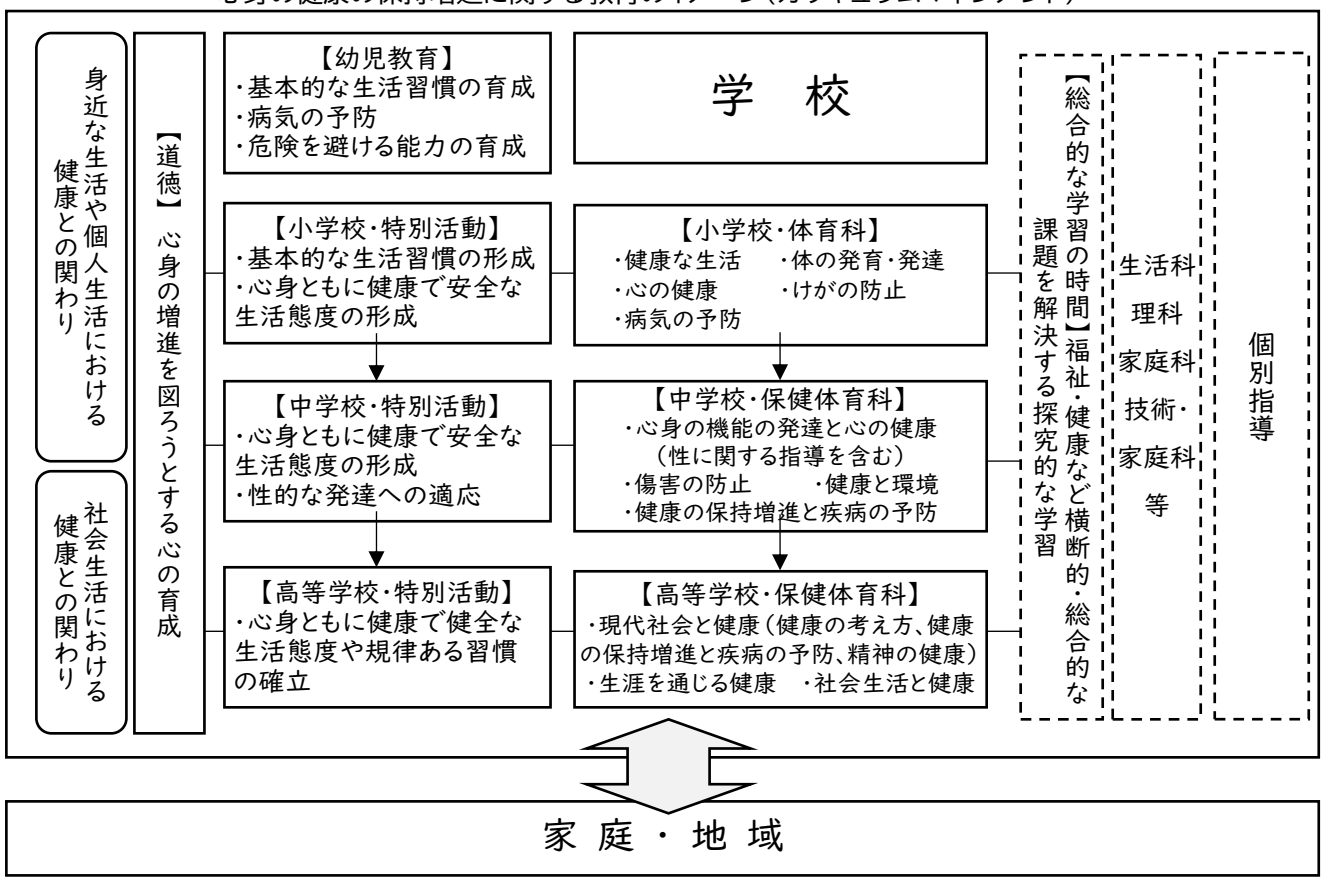
児童生徒の心身の健康を保持増進するために学校教育の中で行われる活動を総称して学校保健という。学校保健は、保健教育、保健管理（対人管理・対物管理）及び学校保健に関する組織活動で構成されている。



（1）保健教育

児童生徒が、心身の健康の保持増進に必要な知識や技能を身に付ける活動であり、学校の教育活動全体を通じて教科等横断的に行う必要がある。

心身の健康の保持増進に関する教育のイメージ（カリキュラムマネジメント）



（2）保健管理

児童生徒及び教職員の心身の健康に関して、直接本人になされる援助活動及び環境を衛生的に整え安全を確保する等、間接的に健康を守る活動である。

（3）学校保健に関する組織活動

学校保健委員会をはじめ、校内組織体制を充実させるとともに、学校・家庭・地域の連携を通して学校保健を円滑かつ効果的に推進するための活動である。

3 学校保健の推進にあたって

（1）学校保健計画の策定及び改善

複雑化・深刻化している子どもの現代的な健康課題を解決するためには、各校において学校保健安全法第5条に基づく学校保健計画を策定し、計画的・組織的な学校保健に関する活動がなされなければならない。

学校保健計画は、学校において必要とされる保健に関する具体的な実施計画（児童生徒等及び職員の健康診断、環境衛生検査、児童生徒等に対する指導に関する事項等）であり、毎年度、学校の状況や前年度の学校保健の取組状況を踏まえ、改善されるべきものである。

（2）学校保健委員会の設置・開催

学校保健委員会は、学校における健康に関する課題を協議し、健康づくりを推進するための組織であり、保健主事が中心となり、校長、養護教諭・栄養教諭・学校栄養職員などの教職員、学校医、学校歯科医、学校薬剤師、保護者代表、児童生徒、地域の保健関係機関の代表などを主な委員とし、運営することとされている。

学校保健委員会については、昭和33年の学校保健法等の施行に伴う文部省の通知において、学校保健計画に規定すべき事項として位置付けられており、昭和47年の保健体育審議会答申においても

「学校保健委員会の設置を促進し、その運営の強化を図ることが必要である」と提言された。

また、平成20年1月の中央審議会答申では、「学校保健委員会を通じて、学校内の保健活動の中心として機能するだけでなく、学校、家庭、地域の関係機関などの連携による効果的な学校保健活動を展開することが可能となることからその活性化を図っていくことが必要である。（一部抜粋）」等が示された。

運営にあたっては、保健主事が「計画（P）実施（D）評価（C）改善（A）」のマネジメントサイクルを機能させ、関係者との連絡・調整を図りながら効果的に進めていくことが大切となる。

4 「学校保健計画策定の手引～しまねっ子元気プラン～」について

本県では、各学校における学校保健に関する組織的活動を支援するとともに、学校保健計画を策定する際の作成マニュアルとなる「学校保健計画策定の手引～しまねっ子元気プラン～」（以下「手引」という。）を「しまね教育振興ビジョン」の策定の趣旨も踏まえ、令和7年3月に改訂した。

学校保健計画を策定する際、学校の実態を踏まえ、児童生徒等や教職員の健康の保持増進、自校の健康課題の解決につながるものにすることが重要である。そして、学校における保健管理と保健教育、学校保健委員会等の組織活動など、年間を見通した総合的な基本計画となることが大切である。

「手引」では、下記に記載してある6つの健康課題を挙げ、各学校の健康課題を学校保健計画に位置付けたり、実態に合わせて優先的に取り組む課題として設定したりすることができるよう、現状と今後の方向性を示している。

リーフレット（概要版）はこちら

健康課題別の今後の目標

課題１【心の健康問題への対応】

Ⅰ 事後の個別事案へ対応するのではなく、心や体調の変化の早期発見・早期支援を推進するため、校内委員会（組織）会議を定例化（例：月１回等）する。

Ⅱ 学校医、SC、SSW 等と連携を図り、心の健康問題に関する教職員研修（健康観察の意義や組織的な支援に取り組むための手順、事例検討会等）を行う。

課題２【望ましい生活習慣の確立】

睡眠とメディア

Ⅰ 睡眠とメディアに関する指導を発達段階に応じて行うことで、「適正な睡眠時間の確保」を目指す。

Ⅱ 専門医や専門家などの外部指導者の活用により、望ましい生活習慣の確立とインターネットの適切な使用に関する具体的なルールづくりの必要性を啓発する。

体力の向上

Ⅰ １週間を通して、１日平均60分以上の中強度から高強度の身体活動を行う習慣の確立を目指す。
（※軽い運動から始め、座りっぱなしの時間を減らすことを目指す。）

Ⅱ 授業や教科外の活動を通して、運動やスポーツが「好き」と思う児童生徒を増やす。

Ⅲ 授業や教科外の活動で運動量を増やすような工夫や、運動強度をあげるなどの工夫をして、体力の向上につなげる。

課題３【食に関する指導の推進】

Ⅰ 食育の取組の充実を図る。（全体計画の作成、朝食欠食率減、ICT を活用した指導の充実）

Ⅱ 個別的な相談指導を充実させる。

課題４【歯と口の健康づくりの推進】

Ⅰ むし歯（う歯）予防、歯肉炎予防のための歯みがき等、発達段階に応じた歯科保健指導を推進する。

Ⅱ 歯科検診等の機会を捉えた学校歯科医や歯科衛生士と連携した歯科保健指導を推進する。

課題５【性に関する指導の推進】

Ⅰ 学校保健計画に性に関する指導を位置付けたり、性に関する指導の全体計画を作成したりする。

Ⅱ 専門家と連携した指導（集団又は個別）を実施する。

課題６【喫煙、飲酒、薬物乱用防止教育の推進】

Ⅰ 中学校・高等学校は薬物乱用防止教室を年１回の開催を行う。小学校は薬物乱用防止教室の開催を推進する。

Ⅱ 家庭や地域、関係機関と連携して、喫煙、飲酒や医薬品に関する知識を含めた薬物乱用防止教室を発達段階に応じて実施する。