

第 6 章

保健教育の研究

保健教育※の研究

I 研究概要

II 実践報告

実践報告 「こころとからだの学習(つながりの分かる)計画」の作成
実践報告 数の学びと合わせた「からだの部位の名前とはたらき」の話

III 研究のまとめ

- 1 研究の成果
- 2 今後の課題

IV 資料

資料1・・・「こころとからだの学習(つながりの分かる)計画」
資料2・・・「こころとからだの全体計画」
資料3・・・基本的生活習慣と性に関する指導の関係

V 引用・参考文献

※今まで教科等を分類する用語であった「保健学習」「保健指導」は、平成28年12月21日の中央教育審議会答申の内容を踏まえ、「保健教育」という用語でひとくくりにすることになった。新学習指導要領で示された用語である。

I 研究概要

発達に遅れのある児童生徒は、藤田・和田(2012)が述べているように「耳で聞いて理解する能力(聴覚的理解)よりも見て理解する能力(視覚的理解)のほうがすぐれている」、「抽象的なことを理解するよりも具体的なことを理解するほうがすぐれている」という特性がある。また、「視覚的な理解がすぐれているといっても、刺激が多過ぎると、些細な点に注目してしまったり、重要な情報を見逃したりしてしまうという特性も同時に持つ」、「物事の順序性の理解や時間的見通しをもつことが困難で、予測できないこと、新しい人や場面に対する不安がとても強いという面があり、好きなことやこだわっていることを止められない」(藤田・和田、2012)といった特性もある。そのような特性に合わせ、視覚的に、具体的に、順序や見通しがもてるように学びの支援をする工夫が特別支援学校では必要で、繰り返し学ぶことが楽しい、おもしろい、役に立つという経験をもたせることが大切である。

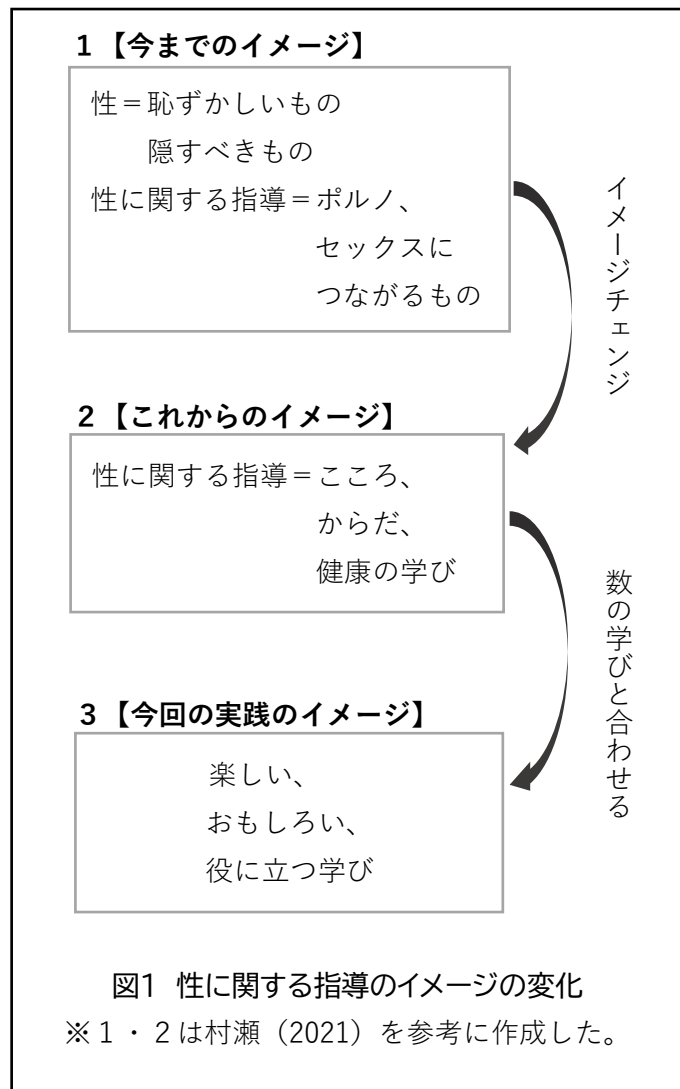
しかし、千葉県立柏特別支援学校(2020)で「学校における性教育の特徴は、回数に限られていること」と述べられている通り、一般に体

育科・保健体育科の「保健」で計画される性の学びは、わずかな時間に限られている。繰り返し学ぶことが必要な特別支援学校においては、時間の確保にも工夫が必要となる。一方、伝える側の大人については、いつから、どのように誰が伝えたらよいか悩んでいる。性というものが恥ずかしいもの、隠すべきものといった、ある意味正しく身についた「恥ずかしさ」の習慣が邪魔をし、性教育というものがポルノやセックスに直結する学びであると考えられているからだろう。村瀬(2021)もこのような現状から、「性教育とポルノはまったく違うものと認識をアップデートしてほしい、性教育で性的トラブルを避け、対処することができるようになるうえ、自己肯定感が高まる。」と述べている。

2022年4月1日からは、成年年齢が18歳に引き下げられ、18歳・19歳の年齢では未成年であることを理由とした契約の取り消しができなくなり、性被害の問題にはより一層の注意が必要になっている。

本校の保護者からも「我が子が性のトラブルの加害者になったり、被害者になったりしないだろうか。」という心配の声を聞く。そこで、限られた時間を有効に活用する必要がある。

そのために、性の学びの全体が見える計画が必要なのではないか。聞き手も話し手も「恥ずかしさ」とらわれずに学ぶためには、「数の学び」と関連させることが有効なのではないか(図1)。という二



つの仮説をたてた。

全体が見える計画としては、「こころとからだの学習（つながりの分かる）計画」（P112 資料1）を作成し、全教職員、保護者と共有することにした。聞き手も話し手も「恥ずかしさ」ととらわれずに繰り返し学べる方法としては、月1回の発育測定前に実施している養護教諭のお話の時間を活用し、計画の中の一項目である「からだの部位の名前とはたらき」に数の学びを合わせることで楽しい、おもしろい、役に立つ学びという印象を与えながら実践してみることにした。その結果、「保健」の授業で取り上げる内容について、児童生徒の実態に合わせた内容検討がしやすくなった。また、数の学びと合わせることで、話し手は話しやすく、聞き手は聞きやすい「恥ずかしさ」ととられない学びの時間を繰り返し、継続することができている。

Ⅱ 実践報告

1 「こころとからだの学習（つながりの分かる）計画」（資料1）の作成

限られた時間を有効に活用するために、性の学びの全体が見える計画が必要なのではないか。という仮説を立て、「こころとからだの学習（つながりの分かる）計画」を作成し、全教職員、保護者と共有した。

「こころとからだの学習（つながりの分かる）計画（P112 資料1）は、以下の手順で作成した。

(1) 作成の手順

- ① 表の一番上にこころとからだの全体計画（資料2）から発達段階別の目標を入れる。
- ② 基本的な生活習慣が性のコントロールの基盤を作ることに関係していることから（資料3）、どの発達段階にも基本的な生活習慣の項目を入れる。
- ③ 性の学びで伝える必要があると思われる内容（課題）を書き出す。（下図2の右側の部分）
- ④ ③で書き出した内容に項目をつける。（下図2の左側の部分）

④項目をつける		③伝える必要があると思われる内容を書き出す				
プライベートゾーン 性器の洗い方	からだの洗い方	プライベートゾーンの洗い方	入浴時のマナー			
		水着で隠すところ 口(くち)	部位、名称			
	プライベートゾーン	約 束	大切なところであり、他人に見せたり、触らせたりしてはいけない	自分でさわるときも、人前で触ってはいけない	人のもの見ない	なぜ、清潔にするのか
		皮膚と粘膜	皮膚は汚れを通さない	粘膜は汚れを通す	粘膜を汚くするとどうなるか	
		自分で触るときは指の腹で	爪きり			

図2 手順例

- ⑤ 項目を分ける。
- ア 生活への展開を縦軸として、自分、人とのつながり、家庭・社会の3つに分ける。
- イ 発達の段階を横軸に1段階、2段階、3段階として、学校でいえば小、中、高を目安に分ける。
- ウ どの発達段階においても課題となるタイトルは、真横に並ぶようにし、内容の広がりや深まりの違いを矢印の太さで表す。
- エ それぞれの項目のつながりを矢印で表す。
- ⑥ 一番下までたどり着いた学びは、再び一番上の自分への学びにつながっていくことを表す。
- ⑦ 表に書かれている内容すべてを学校で学ぶということではないこと、この表にない課題に気がついたら教えてほしいことをタイトルの下に書き加える。

(2) 教職員、保護者との共有

教職員、保護者には、機会があるごとに配付、説明をおこなった。具体的なタイミングを以下にまとめた。

令和4年 3月	校内個人研究 発表会	養護教諭が教職員へ 配付、説明
令和4年 4月	第1回職員会議	保健給食マニュアルに掲載
令和4年 4月	保健だより	保護者、教職員に配付
令和4年 10月	紙上学校保健 委員会資料	保護者、教職員に配付
令和4年 11月	保護者学習 プログラム	参加した保護者に 配付、説明
通年	大人の学び場	保健室内常設 壁に掲示



大人の学び場

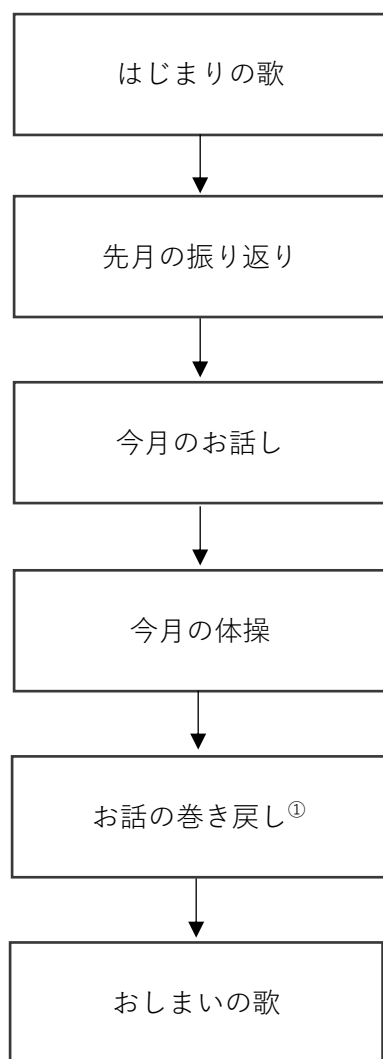
2 数の学びと合わせた「からだの部位の名前とはたらき」のお話

聞き手も話し手も「恥ずかしさ」とらわれずに学ぶためには「数の学び」と関連させることが有効なのではないかという仮説を立て、月1回発育測定前に実施している養護教諭のお話の時間を活用し、「こことからだの学習（つながりの分かる）計画」の中の「第1段階、自分」の項目の中にある「からだの部位の名前とはたらき」に数の学びを合わせ、楽しい、おもしろい、役に立つ学びという印象を与えながら実践した。

なお、月1回の発育測定は学部別におこなっている。時間については、発育測定全体の時間が学部により差はあるものの、おおよそ20分で計画しており、前半10分がお話の時間、後半10分が測定の時間となっている。場所については、コロナが流行する前は、保健室でおこなっていたが、コロナ流行後は、お話の時間のみ別室で実施している。

また、話の流れはいつも同じように進め、児童生徒が発育測定時の見通しを持って、安心して参加できるようにしている。話の流れ、実際に話した内容、1年間の内容を以下にまとめた。

(1)お話の流れと12月のシナリオ



【はじまりの歌】

「おはなし おはなし はじまるよ どんな どんな
はなしかな」

【先月の振り返り】

「12月になりました。12月の前の月は、11月ですが、今回は、その前の10月、の前の9月、の前の8月、の前の7月のお話を思い出してみましょ。7月は首の骨のお話をしました。首の骨は7個あって、上から7番目の骨を触ることが出来ました。そして、1日1日過ぎて行き、9月は、脳のお話をしましたね。夏から秋に季節が変わり、11月は、内臓のお話をしましたね。そして、秋から冬に季節が変わり、12月になりました。」

【今月のお話】

「今日は、12月の12という数字から、私たちの体の中にある12個あるところのお話をしましょう。どこにあるかというと、先ほど思い出した7つの首の骨の下にあります。まずは、こちらをご覧ください。これは、人の体の中にある骨を真似して作った紙でできた模型（小学館の図鑑 NEO.2018）です。私たちの体の中の骨は、このような形になっていて、私たちの体を支えたり、動かしたりする仕事をしています。そして、先ほど思い出していただいた首の骨は、ここにあります。そして、その下にある骨、これを今日は背中の骨と呼ぶことにしましょう。背中の骨は12個あります。よく見えるようにイラストを描いてみました。真ん中の積み木のように

に積み重なった部分が背中の骨です。上から数えてみましょう。1、2、3、4、5、6、7、8、9、10、11、12、12個ありました。そして、背中の骨に曲がった骨がついていますね。この形を私が真似してみると、こんなふうになります。みなさんも真似してみてください。そう。そうすると、ここに空間ができますね。背中の骨と曲がった骨は、この空間で何かを守っているのですが、何を守っているのでしょうか。ヒントは、11月のお話です。そうです。内臓を守っています。では、頭の骨は、何を守っているのでしょうか。ヒントは、9月のお話です。そうです。脳を守っています。骨は、臓器を守るとい仕事もしています。こちらのイラストを見てください。人の体の中をめぐっている血管が描いてあります。この血管の中を血液が流れているのですが、なんと、その血液はこれらの骨の中で作られています。骨は、血液を作るという仕事もしています。そして、もう一つ、骨はカルシウムを蓄えるという仕事もしています。」



背中の骨と曲がった骨をまねしている

【今月の体操】

「それでは、この働き者の骨を使って、今日の体操をしていきたいと思います。こんな体操を考えました。まず、最初は見ていてください。『背中の骨は 12ある さわってみよか さわれるかさわってみよか さわれるか さわってみよか (“チン”ベルを鳴らす) さわれるか』一緒にやってみましょう。では、今日は、皆さんにも前に来て体操してもらいたと思います。前で体操してくれる人はいませんか？あとは、このチンを鳴らしてくれる人？では、やってみましょう。ありがとうございました。」



【今月の体操】を一緒にやっている

【お話の巻き戻し】^①

「今日は、骨のお仕事についてお伝えしました。骨は、カルシウムをたくわえる、血液を作る、臓器を守る、体を動かす・支えるという、お仕事をしています。そして、からだの中にある 12 個あるところは、背中の骨でした。これで 12 月のお話と体操はおしまいです。」

【おしまいの歌】

「おはなし おはなし またこんど どんな どんな はなしかな」

(2) 1 年間のお話の内容

月	取り上げる数	取り上げる体の部位	お話	体操
4	4	2本の腕と2本の足	人の成長と手足の働き	腕回しと足踏み
5	5	手の指	手の指の働き	手遊び
6	6	目の筋肉	目の筋肉のつき方と名前	黒目を動かす
7	7	首の骨	首の骨の形と働き	第7頸椎を触る
9	9	大脳	大脳の9個の部位と働き	頭を触る
10	10	子どもの歯	歯の生え変わり 10+10	10本の指を動かす
11	11	内臓	五臓六腑、内臓の形と名前 5+6	お腹を触る
12	12	背中の骨	骨の働き	背中を触る
1	1	プライベートゾーン	自分で守る、約束がある	体文字体操 ^②
2	2	卵巣と精巣	卵巣と精巣の形と働き	ニッコリぽん ^③
3	3	おしっこ、赤ちゃん、うんちの通り道	プライベートゾーン	まもるポーズ ^④

① お話の巻き戻し

今月の体操で体を動かした後、体操の前に聞いたお話を巻き戻すように思い出し、お話のはじめにたどり着くようにする。お話を聞いた後の体操で、お話の内容をぼやかし、再度お話を振り返ることで記憶に残るようにする。

② 体文字体操

「からだもじたいそうはじめるよ ○○という字をかいてみよう ○○でかいてみよう」という歌にあわせて、からだを使って文字をかく。

③ ニッコリぼん

一般的なじゃんけんのグー、チョキ、パーを 体の部位アイウに置き換えて、右図の歌と振りに合わせておこなう。

体の部位アイウは、児童生徒と一緒に決める。「ニッコリぼん」で先生と違う部位をさわったら「あいこでぼん」。先生と同じ部位をさわるとあいこが続き、同じ部位をさわったらおしまい。

にこにこ（体の部位アを触る）
 ニッコリ（両手のピースサインで頬を差し、ニッコリ笑う）
 にこにこ（体の部位イを触る）
 にこにこ（体の部位ウを触る）
 ニッコリ（両手のピースサインで頬を差し、ニッコリ笑う）
 ニッコリぼん（体の部位アイウのどれかを触る）

④ まもるポーズ

右腕と左腕をクロスさせ、×（ばつ）に似ているが、×ではない、右腕と左腕がくっついていない（＝さわっていない）ポーズ。プライベートゾーンの約束を覚えたり、思い出したりするポーズでもある。



まもるポーズの形

(3) お話の振り返り

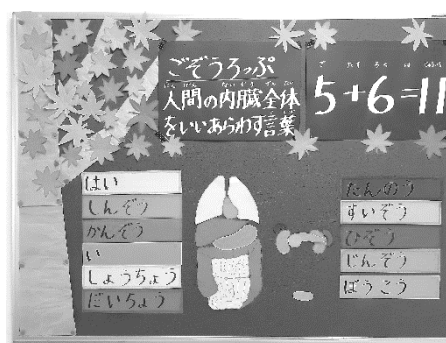
①保健室前掲示板の活用

お話で使用したイラストや小道具を掲示してお話の内容を思い出すきっかけを作った。

②保健だよりの活用

お話の時間の様子を保健だよりにまとめ、家庭に配付し、指導の内容を家庭と共有した。また、性に関する指導とのつながりを説明するコーナーを作って、お話と性に関する指導の関係についてお知らせした。

保健だよりはホームページに掲載し、いつでも見られるようにした。



11月の保健室前掲示板



本校ホームページ
のトップページ

Ⅲ 研究のまとめ

1 研究の成果

(1) 仮説1「こころとからだの学習(つながりの分かる)計画」の作成に対する成果

- 性の話をする前にどのような基本的な生活習慣が必要であるかが確認できるようになり、「例えば、衣服の着脱、洗面、手洗い、排泄、食事、清潔など」(文部科学省特別支援学校学習指導要領解説・各教科等編小学部・中学部,2018)の特別支援学校で行われている日常生活の指導が性のコントロールの基盤づくりになっていることを意識できるようになった。
- 日常生活の指導が性のコントロールの基盤づくりになっていることを意識することで、学校での性に関する指導が進んでいないというプレッシャーから解放され、学校の学びの中ですでに性に関する指導が進められているという安心感につながった。
- 日常生活の指導が性に関する指導の土台となっているということで、そのつながりを十分に意識して、より一層丁寧な日常生活の指導を心がける必要があることがわかった。
- 一つの性の話をする前には、どのようなことを学んでいる必要があるのか、その学びから次はどのような話につながっていくのかがわかるようになった。
- 「保健」の授業で取り上げる内容について、児童生徒の実態に合わせた内容を検討しやすくなり、限られた「保健」の時間を有効に活用することができるようになった。
- 突然おとずれる児童生徒に対する性の話をするチャンスに、予想をしたり、心構えをしたりすることができるようになった。
- 性に関する本を読みに来る保護者の保健室来室が11件(6月～1月)あった。

以上のことから、伝えたい性の話の内容を整理して、そのつながりを明らかにし、全体を見ることができる計画は、限られた時間を有効に活用したり、児童生徒の成長の変化を予想したり、性の話を伝える側の準備をするために必要なものであることが明らかになった。

(2) 仮説2 数の学びと合わせた「からだの部位の名前とはたらき」の話に対する成果

- 中学部、高等部の生徒から「明日は、発育測定ですね」「〇月は、〇個あるところだ！どこだ？」という声が聞かれ、楽しみにしている様子うかがえた。
- 内臓に興味関心をもった児童がいたため、小学部では廊下に「たべものがうんちになるまで」のイラストを掲示した。
- 話を聞いたあと、中学部の生徒が保健室に本を借りにくることがあった。
- お話を聞いた数日後、保健室前廊下の掲示板を見にくる生徒がいた。
- 養護教諭と廊下ですれ違った時に、体操をやって見せる児童生徒がいた。

以上のことから、毎日使っていると身近な月の数字と、体の中にある月の数字と同じ数の部位を合わせて学ぶことで、恥ずかしという気持ちよりも、学びたいという気持ちにさせることができたといえる。また、数で体の部位と名前を印象づけ、数とからだの部位に関連させた体操で、体を動かしたり、触ったりすることは、本校の教育活動でも大切にされている体験学習の一つであると考えられた。「数の学び」と合わせることで、体の部位や働きへの関心を高め、児童生徒自ら学びに向かう姿を見ることができた。

2 今後の課題

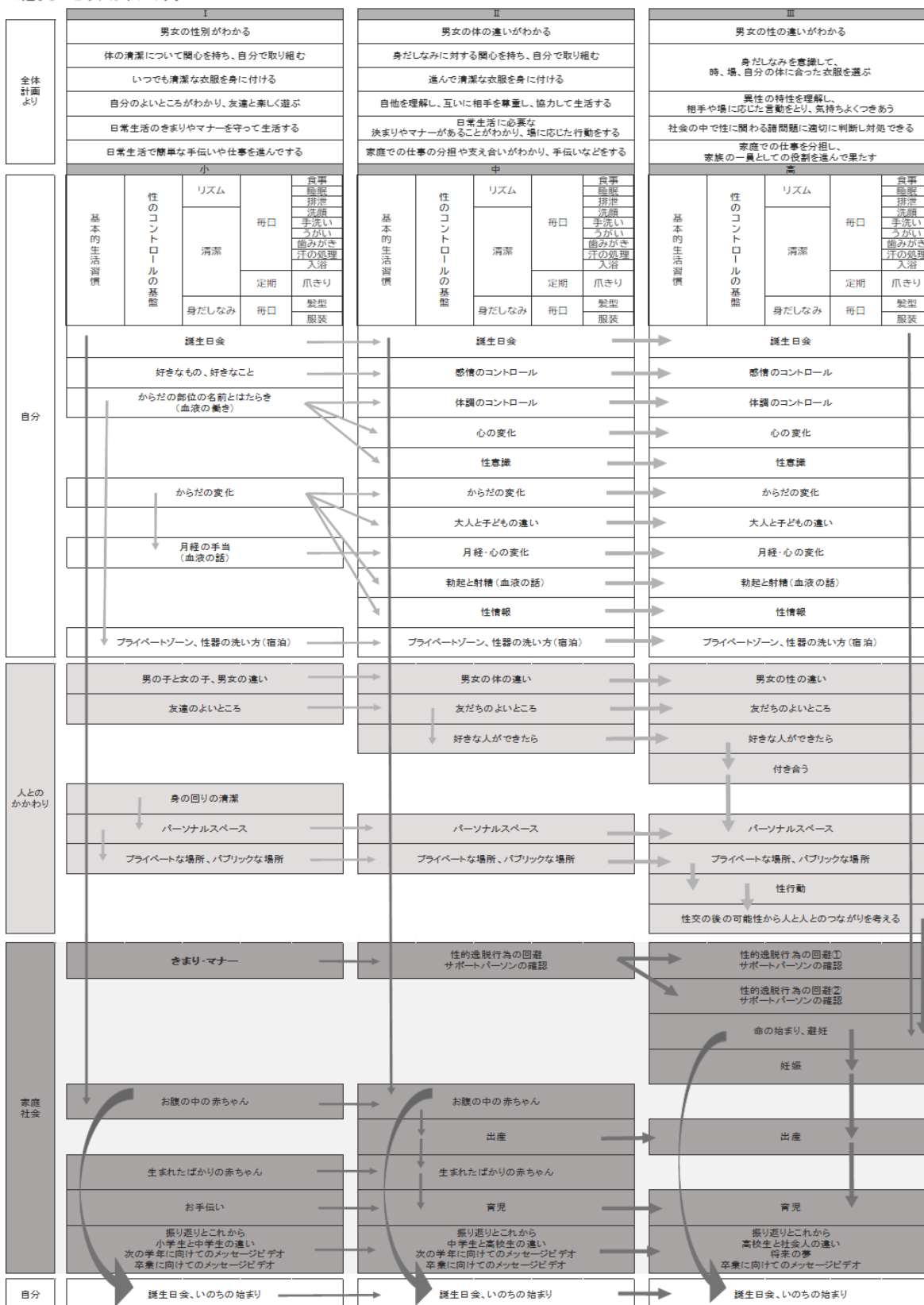
月1回の発育測定前に実施している養護教諭のお話の時間を性に関する指導につながるよう取り組み始めて5年目となる。今年度はフィールドスタディーの大学生にも養護教諭のお話の時間を指導する側として体験してもらった機会があった。埼玉大学では第4期中期目標期間年度計画として「学部・研究科等と連携し、実践的な実習・研修の場を提供するとともに、全国あるいは地域における先導的な教育モデルを開発し、その成果を展開することで学校教育の水準の向上を目指す。」という目標を掲げ、「共生・ダイバーシティー社会」の担い手づくりとなる教育モデルを開発実践する計画を推進しているところである。具体的には①「性」の多様性②障害者・高齢者③異なる文化や言語④生命の多様性⑤多様な職業⑥貧困・経済的格差を視野に入れた教育プログラムの開発である。本校で取り組んでいる保健教育は①「性」の多様性②障害者・高齢者④生命の多様性につながるものであると考えられる。今後は、養護教諭だけでなく、教職員、保護者、実習生の誰もが子どもたちに性の話を伝えることができるようになることを目指し、共生・ダイバーシティー社会の担い手づくりとなる教育モデルへと発展させていきたい。

IV 資料

資料1 埼玉大学教育学部附属特別支援学校

こころとからだの学習(つながりの分かる)計画

この計画は、それぞれの発達段階において予想される課題を整理したものです。ここにあげたすべてを学校で学ぶという計画ではありませんので、ご承知おきください。
また、この段階ではこんな課題もあるのでは？というお気づきのことがありましたら保健室までお知らせください。学校と家庭で力を合わせて取り組んでいくための道しるべとなれば幸いです。



資料2

埼玉大学教育学部附属特別支援学校

こころとからだの学習全体計画

学校教育目標

自己実現を目指して物事に積極的に取り組み、生き生きと社会生活のできる児童生徒を育成する。

こころとからだの学習の目標

自分の長所をのびし、自分らしく笑顔で生活する児童生徒を育てる

- ①男女の違いを理解できるようにする
- ②男女が互いに相手を思いやり、協力し合えるようにする
- ③家庭や社会の一員として適切な判断や行動ができるようにする

こころとからだの学習重点目標

自分自身に関すること

- ①自己の心身の発育や発達、男女の性差に関する基礎的な理解を育てる
- ②清潔な体や身だしなみなどについての基本的事項に対する理解を育てる

人とのかかわりに関すること

自分のよいところがわかり、相手の人格を尊重し、お互いに協力する態度や相手を思いやる心情を育てる

家庭や社会に関すること

- ①男女の違いに気づき、社会的なルールを守る態度を育てる
- ②家庭や社会における役割分担について考え、自分の役割に気づかせる

発達段階別目標

I	II	III
男女の性別がわかる	男女の体の違いがわかる	男女の性の違いがわかる
体の清潔について関心を持ち、自分で取り組む	身だしなみに対する関心を持ち、自分で取り組む	身だしなみを意識して、時、場、自分の体に合った衣服を選ぶ
いつでも清潔な衣服を身に付ける	進んで清潔な衣服を身に付ける	
自分のよいところがわかり、友達と楽しく遊ぶ	自他を理解し、互いに相手を尊重し、協力して生活する	異性の特性を理解し、相手や場に応じた言動をとり、気持ちよくつきあう
日常生活のきまりやマナーを守って生活する	日常生活に必要な決まりやマナーがあることがわかり、場に応じた行動をする	社会の中で性に関わる諸問題に適切に判断し対処できる
日常生活で簡単な手伝いや仕事を進んでする	家庭での仕事の分担や支え合いがわかり、手伝いなどをする	家庭での仕事を分担し、家族の一員としての役割を進んで果たす

資料3

埼玉大学教育学部附属特別支援学校+A1:F19

基本的生活習慣と性に関する指導の関係

基本的生活習慣		性のコントロールの基盤				
リズム	食事	空腹を我慢させる	我慢と満足の繰り返しを経験させる	欲求をコントロールする力がつく		
		かむ力をつける	あごの動きや食べ物の摂取が刺激となって脳が覚醒する	情報を噛み砕く力がつく		
		休息を脳や体に与える	朝、すっきり起きて朝食が取れるくらいの睡眠が必要	体の生理的なリズムを整える		
清潔	睡眠	休息を脳や体に与える	朝、すっきり起きて朝食が取れるくらいの睡眠が必要	体の生理的なリズムを整える		
		女子は前から後ろに拭く	三つの出口を知る			
	毎日	排泄	きれい、さっぱり 気持ちがいい	気持ちよさがわかる人は、気持ち悪さがわかる 気持ちいい体験をいっぱい積んでいくと「快」がわかるよ うになり、「不快」に対して「いや」と言えるようになる	「快」「不快」の感覚が、自分と他者の 関係をより快適なものにしていく際の基 盤となる	
						洗顔
						手洗い
						うがい
						歯みがき
						汗の処理
入浴	性器の洗い方を教える	指の腹を使う	快感ポイントがわかる			
	定期	爪きり	爪の間は、汚れがたまりやすい	長い爪は性器を傷つける	傷ついた性器からばい菌が入る	
身だしなみ	毎日	頭髪	清潔にしておく	不審者に声をかけられないようにする	時・場所・場合に合った髪型にする	
		服装	清潔感のあるものを着る	性差のある部分が強調されにくい服を着る	時・場所・場合に合った服を着る	

※この表は、國分（2017）、池田（2018～2020）、中村（2012）、伊藤（2017）山本（2001）を参考に作成した。

V 引用・参考文献

引用文献

藤田理恵子・和田恵子.自閉症の子どもたちの生活を支える.増補第1版.東京.2012.p6
 千葉県立柏特別支援学校.ワークシートから始める特別支援教育のための性教育.第4版.東京.2020.p8
 村瀬幸浩. おうち性教育はじめます.第19版.東京.2021. p017-020
 文部科学省特別支援学校学習指導要領解説.各教科等編（小学部・中学部）.初版.東京.2018. p31

参考文献

小学館の図鑑 NEO.人間のちの歴史.第14版.東京.2018.183p
 國分聡子.平成29年度第一回埼玉県特別支援学校校長会主催専門研修会「軽度知的障害の生徒の性教育～よりよい青年期を過ごすために～」講演録.埼玉.2017.
 池田稔.養護教諭が知っておきたい男子の性教育ガイド.「健」.2018年7月号～2020年6月号
 中村裕.元気の図鑑.初版第1刷.東京.2012.191p
 伊藤修毅.性と生の支援～性の悩みやとまどいに向き合う～.初版第2刷.東京.2017.173p,
 山本直英.ほんとうに知りたかったカラダのヒミツ.第2刷.東京.2001.111p