

# 16 健康教育 調査研究委員会

## 一 テーマ

「子どもたちが健康の保持増進に向け、主体的に取り組める健康教育のあり方」  
～児童生徒の心の健康に焦点を当て、アプローチの仕方等を探る～

## 二 テーマ設定の理由

一昨年からの新型コロナウイルス感染症の影響により、児童生徒や我々職員も、大きな不安やストレスを抱え日々生活している。そのような中、保健室で対応している児童生徒の心にも変化が表れている様子がうかがえる。不安定な様子の背景にはどのようなことがあるのか、各校の実態をもとに分析し、それを踏まえ養護教諭としてどのように児童生徒と向き合い、対応していけばよいのかを見出すと共に、子どもたちが、自分自身の心の健康を守り成長していくための、指導や支援の方向性を探るために本テーマを設定した。

## 三 研究の経過

- 第1回 5月19日 研究の方向の確認・研究内容の検討・研究推進計画
- 第2回 6月24日 アンケートの内容の検討
- 第3回 7月27日 アンケート結果集計
- 第4回 8月4日 教育課程協議会午後の部内容検討
- 第5回 10月15日 アンケート冊子内容検討
- 第6回 11月24日 アンケート冊子作製 今年度の反省と来年度への要望

## 四 研究の内容

- 1 児童生徒の心の健康について実態を把握し(アンケート)各校の悩みや困難点を共有し、どのようなアプローチをしていくか実践例をもとに考えていく。
- 2 ストレスの解消法や相手とのコミュニケーションの取り方等、専門家の助言をいただける機会を設ける。
- 3 Chromebook(一人一台PC)を使用した健康管理の方法を探り、紹介をしていく。

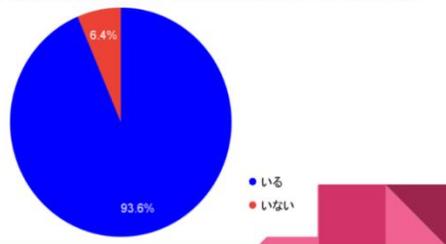
### ① アンケート実施 6・7月

6・7月中に上小地区全学校の養護教諭に配布し回収した。対象:上小地区各学校

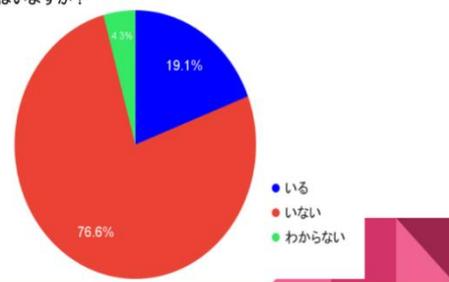
### ② アンケート結果のまとめと考察 7・8月 教育課程研究協議会 午後の部での実践発表スライド作成 (新型コロナウイルス感染症の流行により発表中止)

#### アンケート結果

1-1 心身の不調で保健室に来室したり、学校を欠席したりしている児童生徒はいますか？



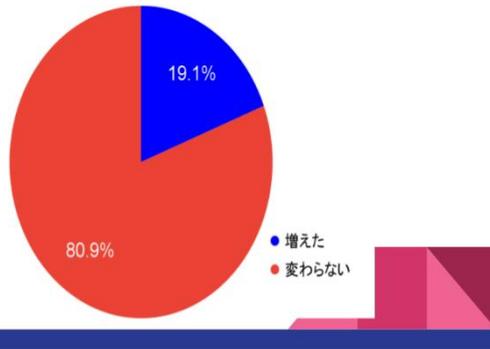
1-2 心身の不調の原因が、新型コロナウイルス感染症の影響と思われる児童生徒はいますか？



多数の先生方が保健室で毎日心の健康について児童生徒とかかわっておられる。記述の対応例を見ても、それぞれに背景や状態が様々であるが、いずれにしても、保健室を居場所として養護教諭を頼りに相談に来ると考えられる。養護教諭の対応やその後の連携が大切になってくる。

多くの学校が「いない」との結果で直接の原因がコロナと感じている養護教諭は少なかった。しかし、心身の不調の原因はひとつではなく、いくつかの要因が複雑に絡み合っている場合が多い。問3の事例を見ると、コロナもそのひとつとなっているのではないかと読み取れることはできる。質問の仕方を変えれば、もう少し違った回答になったかもしれない。

## 2 コロナ禍前後で不登校の児童生徒の割合に変化はありましたか？



### 問3-① (主症状・訴え・背景にある問題等) より見えてきたこと

○事例の傾向が大きく6つに分けられる

- ・メディアの問題やそれによる生活の乱れの事例
- ・人間関係等、集団不適応の事例
- ・自傷行為の事例
- ・体調不良の事例
- ・家庭環境による事例
- ・新型コロナウイルス感染症が要因と思われる事例

### 問3-② (養護教諭の支援方法) より見えてきたこと

- ① 保健室で情報をキャッチする
  - ・安心できる居場所の確保と状況の把握
- ② SC、SSW、児童相談所、市子育て支援課、医療機関などにつなぐ
- ③ 支援会議、関係者会議を定期的に関き、現状の共通理解と今後の方向性について検討

### 問3-③ (支援経過) より見えてきたこと

- 長期的な支援の継続が求められている
  - ・校内連携、医療・福祉等関係機関との連携により支援の幅が広がりよい結果につながっている
  - ・保護者の理解が得られるとよい結果につながるケースが多い

不登校児童生徒の割合でみると、コロナ禍前後でそれほど変化は見られないとの結果となった。ただ、問1-2の新型コロナウイルス感染症の影響を受けた割合(いると答えた学校19.1%)と不登校数の増加割合が19.1%と同じであり、データで見ると、その二つの質問がリンクする学校が多い結果となっている。少なからず、新型コロナウイルス感染症の影響があった児童生徒もいたと思われる。

問3の対応事例の主症状や背景にある問題についての質問では、大きく6つに分類された。

\*メディアによる生活習慣の乱れや体調不良については、休校により今までの日常が非日常となったことが大きく影響されているのではないと思われる。

\*休校によってクラス替え後のクラスづくりの時間が少なかったり、関係づくりの一つとなる行事等が中止になったりするなど、他人との関わりの時間の減少や学校生活の変化により、それまでギリギリで頑張っていた集団に入れない児童生徒や、コミュニケーションの苦手な児童生徒にも、更なる困難さを生じさせてしまったのではないと思われる。

\*完璧主義の児童生徒が不調になるケースも多く「今までできていたことができない自分」を受け入れられない、失敗することの不安、できない自分を周りで見られたくないという気持ちから、教室に行かれない・自傷行為等につながっている。

\*いずれもこれといった原因がはっきりしているというより、様々な背景が絡み合っただけで心身の不調をきたして保健室を訪れているケースが多い。

養護教諭の支援について、①~③のように対応している事例が多い。

まずは保健室で受け止め➡本人の話を聞いて状況を把握➡気持ちを落ち着かせる➡支援会議などで現状の共通理解と今後の方向性について検討する➡必要な専門機関につなぐ➡定期的な支援という支援のパターン。保健室で抱え込む支援から、学校や行政の専門機関につなぐ、チームで支援するというスタイルが主流になってきている。

支援経過は、実際にはすぐに改善されることは少なく長期的で継続的な支援がどの学校でも求められている様子が伺えた。

保健室だけで支援し改善に結びつけていくことは難しく、チームで支援することで、良い方向に向かった例が多くある。校内連携はもちろん、医療や福祉など関係機関と連携することで、それぞれの立場や専門性を活かし、家庭の問題や本人の特性などの情報を共有しながらより効果的な支援方法を探ることができる。また、保護者の理解が得られるとよい結果をたどる例が多い。

私たち養護教諭の気づきが支援の第一歩となり保健室でキャッチできれば支援につながりやすい。困ったときに相談してみようと、子どもたちや保護者が思ってくれる保健室であることが、ひとりでも多くの子どもたちや保護者を救うことになるのだと再確認した。

#### 問4(対応事例で心配・困った・問題と感ずること)より見えてきたこと

- ・家庭問題への介入や家庭との連携の困難さ。
- ・発達障害傾向や自傷行為をする児童生徒への対応。
- ・ネットやメディア依存傾向への対応の難しさ。

\*心身の不調改善のためには、家庭環境が大きく影響するが、夫婦不和や保護者の精神疾患など家庭の問題が根底にある場合は学校が介入する困難さがある。また支援をする際に、家庭と学校の温度差が大きい場合は、連携の難しさを感じ対応に困ってしまう。

\*発達障がい傾向や自傷行為をする児童生徒が増えてきているが、日々の対応や医療機関へのつなぎ方で悩んでいる先生方も多い。

#### 問5(コロナ禍前後での変化)より見えてきたこと

- ・オンラインゲーム時間の増加とゲーム依存症状の悪化
- ・奇声を発する児童生徒の増加
- ・集団不適應、不定愁訴、鬱傾向などの発現

「コロナ禍前後での学校全体の雰囲気が変わった」と感じている学校があった。

\*オンラインゲームで遊ぶ時間の増加やゲーム依存症の症状の悪化がいじめや不登校につながっているケースが増えていること。

\*行事や活動が制約される学校生活は十分な達成感や満足感を得られにくく、奇声を発したり落書きやいたづらをしたりすることで、発散していると思われる姿もある。

\*児童生徒の様子から、学校生活だけでなく社会生活の変化が集団不適應や原因不明の体調不良につながっていたり、社会情勢の不安定さが児童生徒に漠然とした不安やもやもやとした感情をもたらしたりしているのではと思われる。

#### ③ アンケート調査結果を冊子にして配付 12月

アンケート調査結果・考察、講師の先生の講評、chromebook 活用方法等を冊子にして配付。

#### ④ 姿勢づくり・体づくり学習会の開催

今年度も、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため開催を見送った。

### 五 研究のまとめと課題

今年度は昨年度の研究に引き続きコロナ禍における子どもたちの心の健康(メンタルヘルス)についてアンケートを実施し、各校の現状や取り組みを分析すると共に、それを踏まえた実践方法を探った。そこから今後は、児童生徒が自分自身の健康を守るために「主体的に取り組める」ということを意識した指導・支援を考えていきたいと思う。

心の健康(メンタルヘルス)の取り組みは、一度で解決するものは少なく、長期的に対応していく必要性を感じる。不安定な様子の背景として、新型コロナウイルス感染症の影響だけでなく、様々な要因が関係していることが見えてきたので、今後も目の前の子どもたちの様子をしっかりと見極めるとともに、養護教諭、その他の学校職員や、関係機関と連携した指導や支援を継続的に取り組んで行くことが求められる。

一昨年度まで行っていた専門家(アスレチックトレーナー)による学習会は本年度も開催することができなかった。来年度は、新型コロナ感染症の感染状況をみながら、委員会として開催を継続していくのか、見直しをしていくのか検討をしていきたい。