

研 究 紀 要

保 健 体 育 部 会

全体講演

「笑って走れば福来たるー私が笑顔で走り続けてきた理由」

ワコール女子陸上競技部 福士 加代子・・・・・・・・・・ 1

保健体育部会研修

『指導と評価の一体化』の実現を目指すために」

青森県総合学校教育センター 指導主事 畑山 紘輔・・・・・・・・・・ 3

養護教諭部会研修

『わたし』ってどんな人間なんだろう？ー交流分析で自己理解を深めてみませんか！ー」

青森明の星短期大学 専任講師 櫻本 和也・・・・・・・・・・ 6

体育分科会研究発表

「オンライン授業の実践～陸上競技・やり投げ～」

青森県立北斗高等学校 教諭 柿崎 繁信・・・・・・・・・・ 8

保健分科会研究発表

「学習効果向上を目指した指導計画の試行」

青森県立大湊高等学校 教諭 小林 秀・・・・・・・・・・ 10

養護教諭分科会研究発表

「養護教諭の職務の振り返りと工夫」

青森県立大間高等学校 養護教諭 小林 智美

青森県立大湊高等学校 養護教諭 小田切紀子・・・・・・・・・・ 13

部会の動き・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 18

研究テーマ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 19

紀要編集委員 笹原 京四郎（青森県立青森北高等学校）

全 体 講 演

「笑って走れば福来たる一私が笑顔で走り続けてきた理由」

講 師	ワコール女子陸上競技部	福 士 加代子
進行者	青森県立青森北高等学校	教諭 楠 美 雅 行
記録者	青森県立青森北高等学校	教諭 佐 藤 康 平

1 陸上との出会い

中学時代は、ソフトボール部に所属。高校でもソフトボール部に入部しようと考えていた。

五所川原工業高校に入学し、生涯の恩師となる安田信昭先生と出会う。同時に、陸上競技部内で出会った仲間からの影響が「走る」ことを続ける1つの理由となった。入部当初は、走ることよりも、仲間と話しながら遊ぶといった感覚で部活動に参加していた。

安田先生の教えは、「練習をなさい」ではなく、「楽しく走りなさい」であった。その指導方針から陸上の楽しさを学び、福士選手のトレードマークでもある「笑顔」で走るスタイルはこの頃からであった。

高校インターハイ前の合宿で、全国各地から集まる友人との関わりがモチベーションを上げる1つのきっかけとなった。そこで「絶対、インターハイで会おうね」と約束を交わす。その約束が、いつしか福士選手の目標となり、陸上に対しての向き合い方に変化が生まれた。

2 社長との出会い

高校時代から関西で就職したいという思いがあった。ワコールからの話があるまでは、求人票を見ていた。

安田先生や田中コーチからの薦めもあり、ワコールへ興味を持ち、就職が決まる。塚本能交社長（当時）から「会社のために頑張ってくれよ」と言われると思ったが、そこで社長から頂いた言葉は、「とにかく目立ってこい」だった。すぐさま「目立って何だろう？」と考え、「勝てばいいのか！優勝すればいいのか！1位で走っていれば、みんな見てくれる！」と答えを出し、プレッシャーを感じずに前だけを見ていた。

福士選手にとって、塚本社長の存在は大きかった。相談をすると、いつも予想をはるかに超えた回答がくる。毎回その言葉からヒントをもらい、助けられ、自分を大きくできたという。いつしか「社長に喜んでもらいたい」という思いが強くなっていった。

3 「負けたことに負けるな」

2004年アテネ五輪10000mが、人生初の五輪出場となった。大会直前の怪我もあり、先頭から2回の周回遅れとなり、27人中26位という結果に終わった。その夜、「よく頑張ったよね」仲間と労をねぎらっていたところに、安田先生から「負けたことに負けるな」と叱咤激励の言葉をかけられた。その言葉には、「このまま負けたままでいると、ずっと負けっぱなしの人生が続くぞ」という意味が込められていた。

2002年に3000m、5000mで日本記録を樹立していたが、その後、2002年～2007年においては10000m日本選手権6連覇、また2006年には初のハーフマラソンで日本記録を樹立した。「常に記録を更新していかなければ、成長はしていない」と考え、練習に励んだ

4 「なぜ、マラソンを走らないんですか？」

「そもそも、長いし、2時間なんて走ってられないですよ。」というのが本音。

軽いノリで出場した2008年北京五輪代表選考会・大坂国際女子マラソンでは、日本記録ペースで独走するも、30km以降に大失速。「初マラソンは、まるで生まれたての子鹿だった。」と表現した。ここでも安田先生からの言葉を思い出し、「負けたままで終われない」と奮闘したが、2012ロンドン五輪代表選考会・大阪国際マラソンでも失速し、2度目の五輪選考会でもマラソン代表の座を手にはできなかった。

5 「世界の運動会を楽しもう！」

2013年大阪国際女子マラソンに出場。今まで、レースを誰かと一緒に走るということをしたことがなかったが、三井住友海上所属の渋井陽子（10000m記録保持者）選手を追いかけ、二人で笑顔で楽しみながら走った。この大会で2位に入賞し、2年に一度行われている世界陸上マラソン代表に選出された。翌年、2013年世界陸上モスクワ大会にてマラソンで初の銅メダルを獲得し、マラソンに対して自信をつけた大会でもあった。

そして2016年リオデジャネイロ五輪選考会・大阪国際女子マラソンにて初マラソンから8年かけ、初めて

マラソン代表を勝ち取る。

6 「笑って走れば福来たる」

2016年リオデジャネイロ五輪で日本女子マラソン史上最年長の34歳で出場。金メダルを獲得して、安田先生に渡したいというのが本音だったが、14位という結果に終わった。しかし、悔いはない。なぜなら勝負に負けても、人生では、負けたことに負けなかったから。安田先生からも、「挑戦し続けたことは大したものだ。」と評価された。引退も視野に入れ、一時はOLとして勤務するが、その生活がなかなか合わなかった。じっとしていられなかった。

2020年東京五輪が正式に決まり、再度出場を目指す結果は実らず。そして2022年に現役を引退した。

陸上生活を振り返ると、金メダルを掴んだ時も、失速した時も「笑顔」で走ることができた。最後は、「かっこわるい自分が出でしまったが、それで良い、それが私だから。」という。人生において走り続けることで、悩みやプレッシャーなどが取り除かれ、「すっぽんぽん」の裸の状態になった。

現在は、走ることの楽しさを伝えるランイベントを自身で企画、運営をプロデュースする活動も行い、今年4月には第3の故郷である香川県にて「笑って走れば福来たる駅伝 in 香川県」を開催。幼児から大人までが参加できる「走る」ことを通して、人々がふれあうことができる場だ。いつかは、第2の故郷である京都府、そして第1の故郷であるここ青森県で開催したい。

保健体育部会研修

『指導と評価の一体化』の実現を目指すために」

講師	青森県総合学校教育センター	指導主事	畑 山 紘 輔
進行者	青森県立田名部高等学校	教諭	中 嶋 義 久
記録者	青森県立田名部高等学校	教諭	岩 淵 健 良

1 学習指導要領及び解説について

学習指導要領改訂の背景と基本的な考え方・要点

「学習指導要領」とは、どの学校でも一定の水準の教育を受けられるよう、学校教育法等に基づき、文部科学省が教育課程(カリキュラム)を編成する際の基準を定めたもので、「学びの地図」としての役割がある。

「学習指導要領解説」には、校種・教科等ごとに学習指導要領の改訂の趣旨や内容について記載されているため、授業を展開していく上で活用することが望まれる。

現3年生が卒業すると全年度で新課程が展開されることとなる。学習指導要領改訂の背景には「予測困難な時代の到来」や「Society5.0 と呼ばれる新たな時代の到来」といった様々な変化に対応していく力を身につけさせていくというねらいがある。

平成30年告示の「学習指導要領」では

- ①何ができるようになるか 「資質・能力の育成、学習評価の充実」
- ②何を学ぶか 「各教科の目標・内容」
- ③どのように学ぶか 「主体的・対話的で深い学びの実現」

といった考え方を基本とし、求められる資質・能力とは何かを社会と共有し、連携する、社会に開かれた教育課程の実現を目指している。

子ども達が高等学校卒業後にも自立して生きていく力を身につけさせるため、保健体育は「何のために学ぶのか」「何のために学ばせるのか」ということを各校で確認し、一枚岩となって授業展開していくことが望まれる。

「学習指導要領解説」には、授業改善のヒントが示されている。例示のみでなく、解説の部分にも着目することが重要である。

2 保健体育科改訂の趣旨と要点

趣旨

- ・平成21年改訂の学習指導要領では、習得した知識や技能を活用して課題解決することや、学習したことを相手に分かりやすく伝えること等の課題があることなどの指摘がある。
- ・三つの資質・能力の育成を目標とし、小、中、高等学校を通じた系統性のある指導の必要性がある。
- ・生涯にわたる豊かなスポーツライフの継続、スポーツとの多様な関わり方の状況に応じた選択と卒業後も継続して実践することができる。
- ・個人及び社会生活における健康・安全についての三つの資質・能力の育成の重視。

改訂の要点としては以下の通りである。

要点

- ・豊かなスポーツライフを継続する観点から、資質・能力の三つの柱を踏まえた内容構造の見直し。
- ・小、中、高等学校の「12年間の系統性」を踏まえた指導内容の見直し。
- ・男女共習を原則とし、体力や技能の程度、性別や障害の有無等にかかわらず「共生の視点」を新たに踏まえて指導内容を示す。
- ・指導と評価の一体化を一層推進する観点から、解説において全ての指導内容で例示を示す。
- ・義務教育段階での学習内容の確実な定着を図る、学び直しの充実。
- ・「カリキュラム・マネジメント」の充実(3年間を見通した年間指導計画の作成、生徒の現状に基づく計画の

作成、実施等、地域の人的・物的資源等の活用)。

要点の中でも、「共生の視点」が求められ、男女共習や障害のある生徒への指導等、体力や技能の程度、性別や障害の有無、目的等の違いを越えて、運動やスポーツの多様な楽しみ方を社会で実践することが重要視されるようになった。男女共習などの実施にあたっては、学校現場で「できない」理由を探すのではなく、「何ができるか」「どうすればできるか」という視点を持ち、「共生」の意義や求められる背景なども説明しながら進めていくことが重要となる。

また小中高の「12年間の学びの系統性」を踏まえ、高等学校の指導計画を立てる必要がある。解説の系統表を参考に、特に小学校から中学校、中学校から高校への接続の部分にも留意しながら、各校の実態に応じて取り扱うべき内容を進めたり戻ったりする柔軟性も必要となる。

このことは体育のみならず保健でも同様で、子ども達が社会に出てからも多くの人と関わりながら、社会全体の健康や安全について気づき、考え、実践していく力を高めていきたい。そのためにも、体育や保健の授業を通じ、運動やスポーツを好きにさせること、健康や安全、環境に興味を持たせることなどを意識して、授業計画を構築していくことが重要である。

3 単元指導評価計画について

指導計画について

(1) 指導計画作成の意図と流れ

①生徒の学習状況を的確に捉える。

②教師が指導改善を図るとともに、生徒が自らの学びを振り返って次の学びに向かうことができるようにする。

①、②の実現に向けて、指導内容を明確にするとともに「学習指導」と「学習評価」を一体として捉え、各校では組織的かつ計画的に行い、単元計画を作成する必要がある。

(2) 指導内容の共通化

高等学校においては、生徒自身が選択できるようにすることが原則であることから、選択した領域や領域の内容によって評価の格差が生じないよう、教師間で事前に検討し、共通理解を図ることが大切である。

4 観点別学習状況の評価について

各学校において取り組まれてきた観点別学習状況の評価やそれに基づく学習や指導の改善の更なる定着につなげる観点からも、評価の段階及び表示の方法については、現行と同様に3段階（ABC）とすることが適当である。

「十分満足できる」状況と判断されるもの：A

「おおむね満足できる」状況と判断されるもの：B

「努力を要する」状況と判断されるもの：C

体育の分野における「学びに向かう力、人間性等」について、体育でどのように見取っているか、各校で今一度確認が必要である。ワークシートで記述されている内容の変化、考え方の変化などを的確に捉え評価していくことが求められる。

観点別学習状況の評価を円滑にするために、学習指導要領解説の「例示」の文末を変換するなどして作成し、教科担当者によって評価計画等が異ならないように、各校で共通理解を進めていくことは重要である。また、1単位時間の評価基準の数は2つ以内とすることが望ましく、教師が無理なく生徒の学習状況を評価できるように評価基準や評価方法を選択することが必要である。

「技能」と「主体的に学習に取り組む態度」については、態度の育成や技能の獲得に一定の学習機会が必要となること、主に観察評価によって評価を行うことから、指導後すぐに評価を行うのではなく、指導後に一定の期間、一定の評価期間を設けることが望ましい。

「知識」と「思考・判断・表現」については、主に学習ノート等に記述された内容から評価を行うことから指導後に期間を置かず、指導した時間に評価材料等を収集することが望ましい。「知識」では、この種目でこんな「知識」が身に付いた、その「知識」がこちらの種目でも生かされた、というように身に付いたものが他種目でも生かされるようにすることが望まれる。

各評価が円滑に行われるように、それぞれの項目を見取るための場面の設定は重要となる。評価の結果、努力を要する状況（c）の生徒には、特に主体的に学習に取り組む態度においては、学習指導要領解説に示されている「なぜそれが大切なのか」という意義などを理解させることも必要となってくる。

保健の分野における、「知識・技能」の評価の方法は現行とほぼ同じである。評価の工夫として、生徒の理解の深さを測るために図やグラフで表現させることも有効となる。

「思考・判断・表現」では、論述やレポートの作成、発表、グループでの話し合い、作品の制作や表現などの多様な活動を取り入れたり、ポートフォリオを活用したりするといった工夫も有効である。

「主体的に学習に取り組む態度」の評価の工夫としては、

○ノートやレポート等における記述内容

○授業中の発言内容

○教師による行動観察

○児童生徒による自己評価や相互評価等の状況を教師が評価を行う際に考慮する材料の一つとして用いる等が挙げられる。また、評価をする際は、単元を通して身に付けさせたいゴールイメージを共有し単元の導入部分ではなく、後半部分で見取ることが望ましい。

グループワークでは、教師は「仲間の発言を否定しない」等のルール作りをすることや、生徒の発言や発表を賞賛するとともに、その価値付けを行うことも重要である。

教材づくりの基本的な視点として、学習内容を明確にすること、学習意欲を喚起させるよう生徒の発達段階や実態をしっかりと踏まえることが大切で、生徒に身に付けさせたい力は何かを考えながら進めていきたい。

観点別学習状況の評価を円滑に進めていくことに加え、連動して「教師の指導改善につながるものにしていく」、「生徒の学習改善につながるものにしていく」、「これまで慣行として行われてきたことでも、必要性・妥当性が認められないものは見直していく」といった視点も持ち合わせ、学習改善・授業改善のための学習評価という考え方が必要となってくる。

改めて、対話的な学びや学習状況の評価やICTの活用等は学習の目的ではなく、あくまでも手段や結果であるということを念頭に置き、私たちは「何のために授業をするのか」という問いに対し、「生徒が力（資質・能力）を身に付けるため」という回答を持ち続けることが重要である。

5 豊かなスポーツライフの基礎を築くために

12年間の学校教育卒業後、競技スポーツへの参加や競技関連能力の向上に努める人は一部である。そのため、非競争ゾーンとしてのレクリエーションスポーツや身体活動に親しむことができる、あるいは興味関心のある子ども達を増やしていくことは、保健体育科の課題である。過去に「運動やスポーツ経験がある」という人よりも、「運動やスポーツが好き」という気持ちを持っている人の方が、生涯にわたって運動に親しむ傾向にあるということが示されている。そのため、豊かなスポーツライフ構築のためにも、体育の授業・運動・スポーツを好きにさせる、興味関心を持たせることの意義は大きい。またその中でも、仲間との関わりや共生の重要性も示しながら、学校全体で授業計画→授業実施→学習評価を繰り返し続けていくことが望まれる。

【質疑応答】

・「男女共習」について、グループの組み方について良い例示はあるか

→単元によっては共習が難しい場合もある。ネット型の球技などは実施しやすいのではないかと。経験者等で女子同士では力が発揮しにくいという生徒がいたら、男子と組ませたり対戦させたりすることで力を発揮したり高めたりすることもできるのではないかと。「グループ作りの工夫」の他にも「ルールの工夫」にも着目し、例えば「未経験者や女子の得点は倍にする」等の設定をすることで、より多くの生徒の活躍の場面が増えるきっかけになるかもしれない。みんなが楽しめるような「環境」を整えてあげることも大切なのではないかと。

養護教諭部会研修

『わたし』ってどんな人間なんだろう？

ー交流分析で自己理解を深めてみませんか？ー

講師	青森明の星短期大学	専任講師	櫻 本 和 也
進行者	青森県立田名部高等学校（定）	養護教諭	岩 渕 しおり
記録者	青森県立鱒ヶ沢高等学校	養護助教諭	鈴 木 知郁子

1 はじめに

自分を一番良く知っているのは自分である。しかし、自分はこういう人間だと理解していることは意外と少ない。自分がこう思ってもらいたい、周りからこう期待されているであろう自分、こうなりたい自分、など願望が大きい。時に、あまり認めたくない事や受け入れたくない事、目をそらしたい事、それらも含めての自分を理解する手段として心理学がある。

2 パーソナリティとは

一般的に Persona【人格】を表す言葉。性格ではなく人格を表し、人間の本質的な部分でもある。日々進化を遂げ、様々な尺度が開発されている。

人間が恐怖を抱く事、嫌だと思ふ事に共通しているのは、知らない事や理解出来ない事である。何かに直面した時に何かの枠組みに当てはめて、分かったような気持ちになろうとする。人間は理解出来ないものに対して、そのままにしておくことが出来ない。そこでパーソナリティ目録法と呼ばれる心理検査が数多く開発された。

3 交流分析について

シカゴの精神科医エリック・バーン氏が開発したもので、自分の自我状態を知ることが出来る。自我状態とは、自分が自分の事を認識出来るレベルのことを指す。交流分析は対人関係の特性を見るもので、私とあなたの間における特徴を一緒に見ていきましょうというもの。エゴグラムは50の質問項目からなり、心の中にある5つの自我状態を算出することによって理解していく。

- (1) CP (Critical Parent) 批判的な親の部分。特性は、自己主張、価値観、理想、正義感、規則、支配的、命令的、攻撃的など。
- (2) NP (Nurturing Parent) 養育的な親の部分。特性は、思いやり、同情、寛容、励まし、親切、おせっかい、干渉など。
- (3) A (Adult) 大人の部分。特性は、成熟した大人の人格という意味ではなく、客観的、合理的、論理的、冷静、分析的、クールなど。
- (4) FC (Free Child) 自由な子どもの部分。特性は、しつけ・教育の影響は最小限、本能的、感覚的、直感的、ありのまま、無邪気、自己中心的、わがままなど。
- (5) AC (Adapted Child) 順応した子ども。特性は、「いい子」の部分、抑圧的、我慢、期待にそう、受動的、評判が気になる、ニコニコ、イヤと言えないなど。

4 解析のポイント

心理検査はバランスで成り立っており、点数が高いから良い、低いから悪いということではない。

- (1) CP (Critical Parent) 批判的な親の部分。日本人は相対的に自己主張が低い傾向にある。低いから悪いとはならない。CPとNPでのバランスが均衡しているかが1つの目安となる。
- (2) NP (Nurturing Parent) 養育的な親の部分。多くの日本人は文化的な影響もあるがNPがしっかりと保持されている。特に教育に携わっている人は、相手の幸せを願い、今よりも少しでも前へ、少しでも良くなることを願って心を鬼にして相手を叱る。そこにはNPが必要不可欠である。多くの人はNPが高くCPが下がっている。
- (3) A (Adult) 大人の部分。Aが高く出ている方は総じて出たとこ勝負が嫌いな傾向にある。きちっと段取りを立てて構成を練ったうえで結果に至るという思考をするのはAが高い人の特徴である。一方、低い結果だった方は、エネルギーにまずやろうよ！とあまり考え込み過ぎずに臨機応変に対応していければというような傾向にある。Aは、うまくいかなかった時に、私にはこういった側面もあったよね

と思い出す形でよい。

- (4) FC (Free Child) 自由な子どもの部分とAC (Adapted Child) 順応した子どもについて。FCは、本質的な自分を解き放ちたいかというところが表現されている。しかしありのままの自分でいすぎると人は自己中心的、わがままと捉えかねない。そこでACの部分のバランスが絡んでくる。時として我慢すること、相手や周りの表情を伺うことなど、そういうシーンが必ず出てくる。その我慢している部分ACと自分を解放出来るFCのバランスで成り立っている。FCが0に近いくらい低く、ACがどんと高いと、高ストレス状態にいる。すごく不安状況になっていますよと活用されている。

5 まとめ

交流分析エゴグラムは、高い項目を低くして低いレベルでバランスを取ることで、低い項目を高くすることが理想である。我々日本人は基本的にNPが高い。CPの低いところまでNPを下げてしまうと、優しさがなくなってしまう。教育者には必ずCPが必要になってくる。相手に対してNPをしっかりと持った上で、自己主張や教育、しつけという物を避けては通れないからだ。だからこそ、今の自分はどんな人間なのか、私にはどんな特徴があるのか、どんな教育をしていきたいのかを常日頃から検討し続けることが大切である。

私たち人間が恐れているものは、知らないということ。一番未知なものは自分自身である。自分というものは様々な変化をしていく。だからまずは自分の理解を深めていく。自分という人間をしっかりと把握したうえで、目の前の子どもたち、親御さんたちに寄り添っていくことが出来れば、これからの教育や未来は悪いことにはならないであろう。

体 育 分 科 会 研 修

「オンライン授業の実践～陸上競技・やり投げ～」

発表者	青森県立北斗高等学校	教諭	柿 崎 繁 信
助言者	青森県立八戸北高等学校	教頭	中 村 政 俊
進行者	青森県立むつ工業高等学校	教諭	山 崎 公 輔
記録者	青森県立むつ工業高等学校	教諭	鎌 田 ゆ き

1 生徒の実態

学力と能力はともに非常に低い状況であり、5教科のテストを入試でも100点に満たない生徒が数多くいる。特に運動に取り組む姿勢については、可能ならやりたくない、実際に実施したとしてもやり方がよくわからないためできない、結果としてやらない生徒が大半を占めている。

生徒自身も非常に自己肯定感が低く何事にも自信がないという、学校の中が非常に暗い雰囲気包まれている毎日であった。それを改善するためにも授業で達成感を持たせ、自信につなげることが必要だと感じ、生徒観に合わせた授業の実践に試行錯誤しながら取り組んでいた。

2 指導の経緯

新型コロナウイルス感染症による緊急事態宣言が発令されたことにより、本校でも1ヶ月間の臨時休校となった。休校期間中の授業を穴埋めするため全国でオンライン授業が実施された。新年度、臨時休校になった場合はオンライン授業を実施する可能性が出てきた。実際に、ゴールデンウィーク明けの臨時休校でオンライン授業を実施することになった。休校中、公開されていたオンライン授業をいろいろ見ていたが、家でもできる簡単なストレッチや腕立て伏せ、腹筋背筋スクワットといった筋力トレーニングが大半を占めていたため、自分にしかできないオンライン授業をやろうという思いが強くなった。平成18～21年の3年間、青森県スポーツ科学センターでスポーツ科学専門員として動作分析やトレーニング指導を担当した経験があったため、スポーツ科学の知識とトレーニングに関する知識なら誰にも負けないという自信があったため、攻めのオンライン授業の実施を試みた。

3 授業計画

(1) 授業計画する上での前提

- ・授業計画・学習指導要領から外れない
- ・「できない」を「できた」へ
- ・理解・納得して取り組む授業内容
- ・学校にある道具で実施できる内容

(2) 授業計画(全14時間)

- ・オリエンテーション、遠くに投げてみよう
- ・持ち方を理解しよう ※オンラインで実施
- ・回内のタイミングを理解しよう ※オンラインで実施
- ・回内のタイミングを理解しよう(復習)
- ・身体の使い方を理解しよう①(kinetic chain①)
- ・身体の使い方を理解しよう②(kinetic chain②)
- ・より投てき物を遠くへ投げるために～part1～(体幹の締め)
- ・より投てき物を遠くへ投げるために～part2～(左腕の使い方)
- ・より投てき物を遠くへ投げるために～part3～(クロスステップ)
- ・総復習をしよう
- ・実技テスト(アメフトボール)
- ・やりを投げてみよう①(ターボジャブ・握り方)
- ・やりを投げてみよう②(ターボジャブ・回内のタイミング)
- ・やりを投げてみよう③(やり投げ実技テスト)

全14回の授業の中で小さなアメフトボールから短いやり状のターボジャブ、最後に実物のやりを投げてみるなど、使用する道具の工夫も行った。

(3) 単元の目標設定

学習指導要領より（陸上競技：知識及び技能（p 84））

「～やり投げでは、短い助走からやりを前方にまっすぐ投げる」と記載されている。解説には『「短い助走」とは2～3回のクロスステップ（両足の交差）のことである。「前方にまっすぐ投げる」とは、やりを真後ろに引いた状態から、やりに沿ってまっすぐに力を加えて投げることであり』と記載されていることから、「より遠くに投げることができるようになろう」を単元の目標とした。

4 授業展開

(1) オンライン授業の大まかな流れ

使用アプリ ZOOM

授業開始5分前から入室待ち時間とし、45分授業で計画を立てた。当時の生徒は、50分間実技をやると全くできない、座り込んで休むという生徒が非常に多かったことを踏まえ、授業の始まり15分はパワーポイントを使用した本時の説明、15分から30分は課題への取り組み、ラスト10分はワークシートや質疑応答など振り返りの時間とし授業を行った。

(2) 授業展開時の工夫

iPadとモニターの高さを調節し生徒からもよく見えるように設定して行った。やり投げの他に、野球やアメリカンフットボールなど同じような動作をする競技の写真を並べ、投げ方に共通する点を見つけ生徒に答えさせた。また、生徒が準備できないアメフトボールの代わりに紙コップを2つつなげたものを生徒たちに作らせ、投動作の練習を行った。練習後には振り返りと、ワークシートを使用して次時に向けての確認を行った。

5 まとめ

全14回の授業を終えた後、スポーツテストのハンドボール投げを行った。平均値が、17.2mから19.0mに変化し効果的な授業だったと思われる。また、授業前に計画していた4つの目標も達成、学習指導要領からは外れずに実施できたので、教授が一方的なものにならなかったと考える。オンライン授業の実践方法に関しては大きな問題もなく実施することができたのではないだろうか。

【助言者より】

オンライン授業でのやり投げの指導はハードルの高いものだったと思うが、コロナ禍での授業でやったことのないことに挑戦するのは大変素晴らしい取り組みだった。学校にある物を使用して授業作りをするということだったが、計画の後半になると専門の道具が必要になっていたのでバージョンアップをするには他の先生方ができるような工夫や、指導の一部を取り上げて小学校向けの指導法に変えることで様々な子どもたちにも貢献することができるのではないだろうか。また、今回の研究内容を野球やハンドボール投げの授業でも取り入れることによって、運動が苦手な生徒が運動を好きになるきっかけになるのではないかと感じた。

保健分科会研修

「学習効果向上を目指した指導計画の試行」

発表者	青森県立大湊高等学校	教諭	小林 秀
助言者	青森県立青森西高等学校	教頭	坂本 浩一
進行者	青森県立大湊高等学校	教諭	半田 拓也
記録者	青森県立大湊高等学校	教諭	早狩 成美

1 学校紹介

青森県立大湊高等学校は、人文科学、自然科学、健康福祉、情報ビジネスの4つの系列を有する総合学科の高校である。学校グランドデザインでは、「日本で一番悩める学校」という目指す学校像を掲げ、生徒の自主性を育むような様々な教育活動にチャレンジさせている。

生徒の実態としては、学習に対してやる気のある生徒は多いが学習習慣が確立できていない実状である。また、学力差が大きく、LDや発達障害を抱える生徒も学級に複数人いる。

2 テーマ設定の理由

保健は、1単位（35時間）という授業時数内で、学ぶ単元数（1年次25単位、2年次21単位）が多く、1時間に1単元を学ぶ必要がある。その中で、「主体的・対話的で深い学び」を実現し、より多くの学びの時間を確保するために、授業内容・定期考査をより効率よく実施できないかと考えた。

3 実施内容

I 定期考査に代わる「単元テスト」の実施

<背景>

定期考査が知識の定着に有効な手段になっていないのではないか、また定期考査自体が「ゴール」になっているのではないかという考えから、定期考査の代わりに「単元テスト」の実施を試みた。

ねらいとしては、①保健という教科特性を踏まえ、全ての生徒が必要な知識を身に付けさせたい点、②授業での学びを最大限生かせる点、③年度末に「自己申告制再テスト」を実施し、主体的学びを実現できる点以上の3点である。

<実施方法>

2～3単元終了ごとに、授業時間内で実施する。出題数は各単元から3～5問。難易度は要点をおさえて学習すれば、だれでも満点が取れるような程度である。

II 「確認テスト」の活用

<背景>

より効果的に知識を定着させるために、1回目の学び直しは早いほど効果的という科学的根拠に基づき、授業の最後に実施することを試みた。また、その日の授業で何を学べばよいか、あらかじめ明確にした上で授業を進めることによって、確認テストの答えを探しながら授業を受けられるので、注意力が向上する効果も期待している。

<実施方法>

授業の最後に、3～5問程度の確実に習得してほしい語句を出題する。また、出題は、一問一答形式に偏らず、①意味や理由を問う問題、②例示する問題以上の2点を出題する。なお、生徒同士口頭で確認し合う方法をとる。

III 効率化のためのICT活用

<背景>

学校のデスク以外でも作業ができる点、印刷や配付が不要で、手早く実施できるなど、教員側の作業効率の向上を目的として取り入れている。

<実施内容紹介>

① CBTの活用（CBT：コンピュータを用いたテスト方式）

本校では、Google フォームを主に利用している。自動採点ができるが、出題形式が限定され、記述式の問題を採点することは難しい。また、スプレッドシートを事前に整備し、リンクさせれば、採点後の評価まで自動化が可能である。

② グーグルウェアを使用したレポート課題

生徒はいつでも作業ができ、学校以外の場所でも提出が可能である。また、調べながら作成したり、じっくり考えたりする時間的余裕がある。更に、提出された順に評価を進めることができる。

③ ロイロノートを使用した授業プリント等の提出

紙で配付したプリントを、記入後に各自の端末からカメラで撮影し、データで提出させる。提出期限を設定することができる。また、グーグルウェアと同じく、提出された順に評価を進めることができる。

IV 評価方法の見直し

① 知識・技能

単元テストや、再テストの結果修正、心肺蘇生法等の実技など、多くの場面で評価を行い、生徒の成長を継続してみることができるようにしたい。

② 思考力・判断力・表現力

授業プリントやワークシート、レポート課題は定期的に評価を行う。その他に、諸活動の観察や、授業における成果物など、様々な活動を実施し、評価していきたい。

③ 主体的に学習に取り組む態度

授業中の発言頻度や保健ノートの取り組み状況は、評価に含むべきではないと考える。代わりに、自己評価シートでPDCAを具体的に自己認識させたり、再テストの受験状況や結果をみて、積極的に成績を向上させようとしているかなどを評価させたりする。

4 今後に向けて

- ・各取り組みの成果を検証する。
- ・効果的だった取り組みのシステムとして確立させる。
- ・「主体的・対話的で深い学び」の実施内容をブラッシュアップさせる。
- ・外部の機関や人材と連携した、社会とのつながりを実感できる活動を計画する。

● 質疑応答・意見

[質問]

- ・授業後の確認テストを行う際はどれくらい時間を使うのか。
 - 5分程度
- ・確認テストを口頭で行うとのことだが、その際に上手く話せない、答えられない生徒に対して何かアプローチをするのか。
 - 確認テストに関しては、教員から干渉はしない。
自分が答えられなかったという事実や、それに対するペアの生徒の対応も含めて、エピソードとして記憶の手がかりになればよいと考えている。
また、これらの経験を経て口頭でのコミュニケーション活動の経験を積んでいくことで生徒が徐々に成長できればよい。
- ・単元テストの実施による労力は、これまでの定期考査と比べてどうか。

→ 単元テストは基本的な知識を問う問題に絞っているため、作題の労力は小さい。
また、CBT 方式で採点も自動化しているので、定期考査での採点業務も含めてと比較すると楽であると感じている。成績への反映方法も、一度関数を組み込んだ評価シートを作成してしまえばほぼ自動化できるため、都度の作業負担は小さくなると考えられる。

〔意見〕

・先に知識を身につけさせてから生徒の活動へという考えもあるが、逆に生徒が活動の中で自ら知識を身につけていくことも重要である。特定のやり方に固執し過ぎず、様々なバランスを考えて授業を作っていければいいのではないか。

○助言者より

教科の特性や勤務校の実態を踏まえながら試行錯誤して指導されていた。保健の授業では、目標に掲げられている生徒に身に付けさせたい学力のみではなく、心身の問題や健康に関する社会生活に直結する知識を身に付けなければならない中で、工夫されて指導されている様子が伺えた。今後、この取り組みを継続していく中で、生徒の取り組みを評価する、「アセスメントシート」を導入すれば、途中の経過であったり、様々なテストの成果をまとめることによって、最終的な観点別の評価に落とし込むことができると考える。

養 護 教 諭 分 科 会 研 修

「養護教諭の職務の振り返りと工夫」

発表者	青森県立大間高等学校	養護教諭	小林 智美
	青森県立大湊高等学校	養護教諭	小田切紀子
助言者	青森県教育庁スポーツ健康課	指導主事	原 トモ子
進行者	青森県立田名部高等学校（定）	養護教諭	岩渕しおり
記録者	青森県立十和田工業高等学校	養護教諭	小田留美子

1 はじめに

生徒の心身の健康を守り、安全・安心を確保し、学校全体として取組を進めるため、養護教諭の職務は中教審答申（平成20年1月）によると、大きく5つ「保健管理」「保健教育」「健康相談活動」「保健室経営」「保健組織活動」に分けられている。

社会環境や生活環境の変化は、生活習慣の乱れによる身体の不調、メンタルヘルスに関する課題（例えば、不登校、いじめなど）の増加など、生徒の心身の健康に大きく影響している。このことは、体調の優れない生徒と関わる機会の多い養護教諭が、切に感じるところではないだろうか。養護教諭が生徒の健康を願い、生徒一人一人と向き合い、生徒から教わりつつ、養護教諭自身も健康を学び続け、その後の経過を見届ける、一連の教育活動は容易なことではないと考える。さらに、学校によっては管理職より養護教諭が衛生管理者または衛生推進者に任命され、教職員の健康管理も求められる学校もある。ほとんどの養護教諭は教科担当ではなく授業はないものの、多岐にわたる職務によって時間に追われていると感じている方もいらっしゃると思う。

生徒が健康課題を解決するために必要な指導内容は何か、その指導方法はどうか、養護教諭には生徒一人一人と向き合う中で見えてくるものがある。そのためには時間的なゆとり、余白があることによって、創造力（発想やアイディアのひらめき）、原動力（意欲の維持）が生まれやすくなると思う。普段の勤務において、何にどれくらいの時間を費やしているのか自身で振り返り、養護教諭同士で共有するための一手段として職務別チェックリストを作成し、集計及び分析を行った。数値化した結果をこの後お知らせする。

協議（グループワーク）においては、自身の振り返りとグループ・全体での共有を行い、養護教諭同士で実態の把握（日常の勤務において何に時間がかかっているか）、理想の確認（力を入れたいことは何か）をしたい。

最後に、職務の工夫についてICTを活用した保健調査、生徒複合健診の実践を紹介する。

2 チェックシートを用いた職務の振り返り

本日の配付資料に下北地区で作成したチェックシート（1週間の記録）の結果の詳細を掲載しているが、今回は結果の概要だけを紹介する。

本地区の養護教諭が最も時間を要しているのは「保健管理」で、1週間のうち（36%）を占めている。具体的にはチェックした時期柄、コロナウイルス感染症に関する仕事、健康診断の準備に関する仕事等に時間を要しており、次に保健組織活動、健康相談活動と続いている。その他としては、他分掌（渉外部）の仕事、雑務（事務的な仕事）等があった。

3 協議（グループワーク）

協議ワークシートにあるように、「自身の振り返り」→「グループでの共有」→「全体で共有」の順で協議し、最後の全体での共有では、担当になっている先生から発表していただく。

（1）自身の振り返り

①Q1 普段の勤務において、時間を要する仕事や負担に感じる職務を1つ記入する。

②Q2 時間をかけたい、力を入れたいと思う職務を1つ記入する。

（2）グループでの共有

自己紹介した後、学校事情や経緯、養護教諭としての想いも踏まえてグループ内で共有する。

（3）全体での共有（発表内容）

①Q1、Q2についてどんな意見が出たか。 ②Q1、Q2が一致していない人はどれくらいいたか。

【A班】①Q1 主に健康相談、健診結果等の記入。来室生徒が多い学校では、健康相談活動に時間をかけて対応することが多い。また、健診結果や保健日誌の記入が手書きの学校もあり時間がかかる。

Q2 日本スポーツ振興センターの事務処理。来室する生徒が多く、健康相談にも時間がかかる学

校では複数配置でも事務処理が追いつかない。健康相談は、中学からの不登校生徒が半数以上いたり、メンタルヘルスの面で来室する生徒が多かったりして、もっと時間をかけたい。

② 4名全員が一致していない。

【B班】① Q 1 工業高校では、ケガが多くスポーツ振興センターへの事務処理に時間がかかる。進学校は生徒数が多く、健康相談や健康診断準備に時間がかかる。

Q 2 先生方の授業が入っていて養護教諭と話をしている時間がなかなかない。メンタルヘルスの面で一人一人に対応することに時間がかかり、その分先生方との情報共有の時間がない。

② 4名全員が一致していない。

【C班】① Q 1 生徒対応や健康相談、検診結果の入力や記入・統計調査、年間通して日本スポーツ振興センターの事務処理。進路指導、衛生委員会の充実を求められることもある。

Q 2 生徒対応にかかる時間を増やしたい。衛生委員会の充実のため資料作成等にも時間をかけたい。先生方と情報共有することに時間をかけたい。

② 4名中3名が一致していない。

【D班】① Q 1 健診準備や事後措置を集中して行うことができない。健康相談の後、先生方と情報を共有する時間がなかなかとれない。全体的に大変なこと、時間をとられることが多く、1つだけをあげることは難しい。

Q 2 健康相談後、先生方との情報共有の時間に力を入れたい。また物品購入にも時間をかけ、ゆっくり考えた上で必要な物を購入したい。

② 4名全員が一致していない。

【E班】① Q 1 生徒の健康相談。学校の特性上、生徒の健康相談件数が多くそれに時間を多く割いている。また、生徒数が少ない学校では先生方との情報交換に時間を割いている。

Q 2 生徒数が多い学校は先生方との情報交換の時間がほしい。話せる時間がない、保健室に生徒がいつもいる、放課後は部活で先生方と話ができない等で緊急を要する話しかできない。

② 3名全員が一致していない。

自身の振り返り、グループ・全体での共有から、本日参加の19名中18名がQ1とQ2が一致していないこと、また下北地区でも6名中6名が一致せず、力を入れたいことに時間をかけられていないことが分かった。

養護教諭の専門性を発揮し、それぞれが力を入れたいことに時間をかけられることが理想だが、現実には事務作業や組織だからこその仕事も少なからずある。効率的に職務をこなすため、私たち養護教諭ができる工夫は何かということについて部会で話し合った。下北地区の職務の工夫に関する実践を2校から紹介する。

4 職務の工夫に関する実践紹介

(1) ICTを活用した保健調査の実態（青森県立大間高等学校 小林 智美 先生）

① 学校紹介・・・全校生徒123名（男女比1：1）、各学年2クラスの小規模校である。

② 目的（なぜICTを活用した保健調査を実施しようと思ったのか）

・本校の健康診断は4月から6月にかけて行っている。令和4年度は6月に行われる内科検診の保健調査を、4月提出の保健調査を基に実施した。4月から時間が経過していることで、症状が変化している生徒（例えば4月にあった症状が6月には消失しているなど）が見受けられた。生徒によっては、記入したことすら覚えていない人もいた。

・「健康診断前の保健調査は、実施する時期により、より円滑で的確な健康診断となる」と、日本学校保健会「児童生徒等の健康診断マニュアル」に示されている。健康診断の実施日に間隔がある場合（本校のように4～6月実施の場合）、健診の度に紙媒体で保健調査を行うことは紙資源も必要となり、終了後はシュレッター処分の手間もかかる。一方、健診が網羅された同一の保健調査を使用する場合、健診毎に紙資源を使用しないが、健診の度に配付や回収といった事務的な作業が必要になる。そこで、事務作業や紙資源の負担が少ないICT（今回はGoogle フォーム）を活用し保健調査を実施した。

③ 方法

・まず手始めに養護教諭は、4/28実施の耳鼻科検診の2週間前、ICT担当教諭の力をお借りして30分程度かけてGoogle フォームを学んだ。

・検診5日前、職員朝会時に養護教諭から先生方へICTを活用した保健調査について目的や方法を伝えた。生徒に対しては、担任を通じてクラスコードをお知らせし参加すること、課題として保健調査（耳鼻科）を検診2日前の13：00までに提出するようお知らせしていただいた。

・検診2日前、養護教諭は耳鼻科の保健調査の一覧を作成した。耳鼻科の保健調査一覧は、2クリックするとExcel データのように変換できる。集まったデータを再度入力する必要なく、小規模校だからか2日前の提出でも時間的には問題なかった。

④結果

生徒、養護教諭、学級担任等の立場から結果の振り返りを行った。事務的な作業の軽減やペーパーレス化といった利点があるが、強調したい利点はより簡単に生徒の直近の健康状態を医師に伝えることができ、よりの確な健康診断ができることが一番の利点だと考えている。

⑤養護教諭の立場から

事務作業（例えば保健調査の印刷、配付準備、保健調査結果の入力）の負担が減り、時間にゆとり、余白が生まれた。Google のクラスルームであれば予約投稿という機能もあり、余裕のあるときに作業して投稿を予約しておけば、こちらの設定したちょうど良いタイミングで生徒へ送信してくれる。「この日に送信しなくては」という心配もない。これについては、今のところ課題になるところは見当たらない。

(2) 生徒の複合健診について（青森県立大湊高等学校 小田切 紀子 先生）

①学校紹介・・・総合学科 13 クラス 415 名，男女比 2：3 の学校である。

令和 4 年 12 月から保健室複数配置（もう 1 人は生徒指導部と兼務）。

②目的・経緯

第一に確実な授業時間の確保のためである。また総合学科は系列にて分かれて勉強しているため、時間割や授業の教室の把握や調整、授業変更も多く、要項を出しても直前でまた変更と困難が多くある。よって、健康診断を 1 日で実施すれば授業との関係も解決するのではないかという考えから複合健診を計画した。

③日程及び日程調整

令和 4 年度までは 4 月から 6 月にかけて実施していた。今年度尿検査以外は 1 日での実施を目指したが、内科と歯科は時間の関係上どうしても調整することができず、1 学年だけ 2 日目を設定して実施した。

日程調整は令和 4 年 12 月からスタートした。教務部（学校行事や授業関係）、学校医や外部検査機関等と密に連絡を取り合い、2 月上旬までには全ての日程が決まった。当初終日授業なしを想定していて、わずかな空き時間を生徒との面談などに活用する案もあったが、最終的に授業数確保のため 3～6 校時は授業となった。

④準備、校内体制づくりについて

養護教諭がすべての現場につけないため、養護教諭→生徒指導部→職員→生徒のイメージで体制作りをした。まず生徒指導部で役割分担とその内容の打ち合わせをし、次に職員全体に年度初めに 1 冊の要項を配付し概要のみ説明した。さらに職員担当別に資料を作成し、健診の流れや誘導方法などを個別に打合せした。

生徒配布資料について、複合健診を行うにあたって重要となる「健康診断カード」は日程調整の時期と同時進行で作成した。問診票も兼ねており、作成にあたりその内容については学校医に監修していただいた。当日は、生徒各自で「健康診断カード」を持って健診を受けた。

⑤実施後の感想

実施後、全職員対象にアンケートをとった。分掌主任に反省点などを伺ったところ、ほとんどの方が「1 日で実施する形が良かった」という感想だった。授業担当者からも「1 日実施の方が助かる」という意見が多数だった。学年にとっても「健診の合間の空き時間を活用できるので良い」とのことだった。教務からは「健診日授業なしにするためには他行事との調整が必要」とのこと。さらに「今年は新年度開始 2 週目に実施したが、1 週目なら年度初めのオリエンテーションの時期でもあり、担任もクラス把握の時間がとれ、本格的に授業が始まる前でお良いのではないか」との意見が出された。この他にも保健委員からは肯定的な意見が 100% だった。学校歯科医からは「何度も来校するよりまとめて検診できて良かった」という感想をいただいた。

⑦ 1 日に集約することのメリット・デメリット

8 つのメリット、3 つのデメリットがあげられた。メリットはかなりの作業削減につながったことである。計画から準備までは大変だったが、実施後の 4 月、5 月は精神的にもかなり楽だった。また複数配置ということもあるが、健診日前後以外はほとんど残業なしで帰宅することができた。

⑧次年度へ向けての課題

- ・体育館の明るさが均一でない点、聴力検査時の騒がしさや職員配置の点は計画段階で改善したい。
- ・職員の動きや生徒への指示の方法について、よりスムーズにいくよう生徒指導部で検討したい。
- ・健診カードの情報を事後処理のために入力する作業の軽減に向けて、身長体重等のデータをフォームで送信してもらうなど検討中である。

5 まとめ

大間高校では職務の工夫（ICT を活用した保健調査の実施）により、事務作業が軽減され、ゆとりや時間を確保することができた。それにより校内巡視による生徒観察、その場での健康相談、不登校傾向の生徒に対する支援計画の作成（教職員との情報交換を含め）、生徒の健康課題に向き合う時間に充てることができた。

大湊高校では複合健診や ICT の活用により、年度初めの忙しい時期もゆとりをもって過ごすことができ、事

後措置にも力を入れることができた。

6 助言者より

(1) 養護教諭の職務～ICTの活用～

・健康相談の教職員間での情報共有については、関係職員が一堂に会する機会の設定が難しいのであれば、校務支援システム等を活用して、教育相談記録について閲覧権限を設定して共有することも1つの方法である。校務支援システムについては、養護教諭に使用権限がないものもあるので、各校のシステム管理者に確認し、使用したい機能について権限を与えてもらい活用してほしい。

・実践発表にあった保健調査について、Google フォーム等で行うのは集計等も楽になり、よい方法である。ただし生徒本人の自覚症状だけでなく、保護者の見立てが必要になる疾病もあることから、実施に関しては必ず保護者に伝え、同意を得る。また保護者の最終確認を行うシステムにする必要があるので注意すること。

・健康相談等、日々多くの業務を抱えていることが協議でも話題になっていた。健康相談や来室対応においては、予防教育も重要である。Google クラウドスプレッドシートを活用した健康観察により、自己管理能力を育成することで、不定愁訴等が少なくなるなどの効果も期待できると思う。また、ストレスマネジメントやレジリエンスについて保健教育を行うことで、健康相談の事案も減っていくことも期待できると思う。

・養護教諭の職務については、ICTの活用を含めて、昨年からの養護教諭及び栄養教諭の資質能力の向上に関する調査研究協力者会議が行われ、令和5年1月に議論の取りまとめが公表されたので確認していただきたい。養護教諭に求められる役割が整理され、「養護教諭が校内の中心的な役割を果たすべきもの」(救急処置、健康診断、疾病の管理・予防、健康相談及び保健指導、保健室経営、保健組織活動)、「他の教職員との役割分担の中で適切な役割を果たすべきもの」(健康観察、保健教育)に明確化されている。

・健康診断について、実践発表にもあったが一斉に行う場合でも目的等を確認し、児童生徒にも理解してもらった上で実施することが大切である。実施等の対応については、文科省からの通知等にしっかり目を通していただき、年度末までに実施すること、脱衣を伴う検査における留意点を確認して実施すること。また、脊柱側弯症に関して前屈による健診を行うこと、保健調査票に月経随伴症状の項目を入れること、健康診断でのICT活用のためのシステム構築を進めていくことについて検討をお願いしたい。

・アレルギーについて、児童生徒のアレルギー疾患有病率は、喘息を除き平成25年に比べて増加している。食物依存性運動誘発アナフィラキシーは初発年齢が10～15歳が最も多いことからエピペン処方、救急対応等年1回は職員で確認してほしい。

・健康相談活動について、養護教諭が時間を割けないとなかなか相談できない子どもたちもいると思う。ICT活用が進めば、SOSを出しやすくなることも考えられる。資料の健康相談及び保健指導の手引きを参考にしてほしい。

・質問「ボタン付けは養護教諭の仕事か？」について、「ボタンがとれているなど、服装について観察するから健康観察?」「ボタンの付け方指導など、自立のための指導だから保健指導?」「ボタン付けを通して、色々な話をするから健康相談活動?」・・・、きっと皆さんは「ボタン付けがその子に必要なから」ボタン付けを行っていると思う。このボタンを付けるという行為を通じて、養護教諭の「育てる」専門家としての判断と実践があるのだと思う。「自分は大切な、かけがえのない人間である」といったことを子ども自身に実感させる機会になる。このようなボタン付けのような行為を通して子どもたちを「育てる」ことを続けてほしい。

(2) 養護教諭の資質能力の向上のために

・県教育委員会から出されている教育の育成指標、養護教諭のスキルラダーの資料があるので、若い先生方のみの地区でもこちらを参考にしながら執務に取り組んでほしい。また、千葉大学 岡田加奈子教授の著書『養護教諭ってなんだろう?』は、養護教諭の仕事を見つめ直す機会になり、養護教諭を目指す生徒への進路指導の際にも役立つと思うのでぜひ活用してほしい。

・本題から逸れるかもしれないが、仕事の優先順位の付け方について紹介したい。まず自分の行っている仕事、行うべき仕事を書き出し、“仕事の見える化”をする。次に書き出した仕事を、「緊急度」と「重要度」から整理する。緊急で重要が仕事(A)、緊急ではない重要な仕事(B)、緊急だが重要ではない仕事(C)、緊急でも重要でもない仕事(D)となる。優先すべきはA、後回しにして良いものはD、ではBとCの優先順位はどうすればいいか。秘策はBの仕事をする「日時を決めておく」こと、そしてCの仕事を進めながら、Bの仕事に「ちょっとずつ手をつける」ことである。仕事のイメージが意識づけられ、その後の本格的な着手がスムーズになる。

・最後に「皆さん、頑張りすぎていませんか」ということで、「学校という場合は、生徒、教師、そして学校に関わる様々な人々が、ケアシケアされる場である」と言われるように、ケアする養護教諭自身もまたケアされている。「生徒に癒される」「生徒とともに成長している」と感じられているか?それを感じられない時は、養護教諭の皆さん自身、息が切れてしまっているかもしれないので、いったん肩の力を抜いてみて、それからまた子どもたち

と向き合ってほしい。子どもたちと同様、養護教諭自身も「あなたが大切」という存在なので、頑張りすぎず仕事に励んでいただきたい。

部 会 の 動 き

◇令和5年度 保健体育部会 第1回役員会
 期 日 令和5年 5月16日(火) 10:00～
 場 所 青森県男女共同参画センター 大研修室2
 案 件 1 令和5年度役員改選(案)について
 2 令和4年度庶務報告(案)について
 3 令和4年度決算報告(案)について
 4 令和5年度事業計画(案)について
 5 令和5年度予算(案)について
 6 令和5年度研究大会(案)について
 7 規約について
 8 次年度以降の研究大会について

◇令和5年度 保健体育部会 第2回役員会
 期 日 令和5年 8月16日(水) 15:30～
 場 所 青森県立田名部高等学校
 案 件 1 令和4年度庶務報告について
 2 令和4年度決算報告について
 3 令和5年度事業計画(案)について
 4 令和5年度予算(案)について
 5 次年度開催地区・開催校について
 6 規約について
 7 令和5年度研究大会について

◇令和5年度 保健体育部会研究大会
 期 日 令和5年 8月17日(木)
 場 所 プラザホテルむつ

◇令和5年度 保健体育部会 総会
 期 日 令和5年 8月17日(木)
 場 所 プラザホテルむつ
 案 件 1 令和4年度庶務報告について
 2 令和4年度決算報告について
 3 令和5年度事業計画(案)について
 4 令和5年度予算(案)について
 5 次年度開催地区・開催校について
 6 規約について

◇令和5年度 保健体育部会 第3回役員会
 期 日 令和6年 2月 日()
 場 所 未定
 案 件 1 令和5年度研究大会について
 2 令和5年度決算中間報告について
 3 令和6年度研究大会(案)について
 4 次年度役員について

研 究 テ ー マ

年度	研究テーマ	講師	会員数	参加者
28	〈あおりの未来を担う心身ともにたくましい子どもの育成を目指して〉 ＊健康教育の実践と課題 ＊学校と教師に求められていることと保健体育 ＊職域としての学校における健康づくり ～専門職として養護教諭ができること～	中路 重之（弘前大学大学院医学研究科 教授） 上野 秀人（弘前大学教育学部 教授） 中路 重之	322	153
29	〈あおりの未来を担う心身ともにたくましい子どもの育成を目指して〉 ＊子どものスポーツ・体力づくりのあり方を考える ～心身ともにたくましい子どもを育むために～ ＊新学習指導要領へ向けたより良い授業づくりのあり方 ＊高校スポーツ選手の整形外科的外傷・障害	内藤 久士（順天堂大学大学院スポーツ科学科 教授） 清水 将（岩手大学教育学部 准教授） 小松 尚（青森厚生病院 整形外科部長）	315	117
30	〈あおりの未来を担う心身ともにたくましい子どもの育成を目指して〉 ＊指導に大事な指示と支援のバランス ～スポーツ心理学に学ぶ～ ＊2030年を生きる子どもたちの資質・能力を育む授業づくりの在り方 ＊スクールソーシャルワーカーとの連携事業	辻 秀一（（株）エミネクロス代表取締役） 清水 将（岩手大学教育学部 准教授） 三和 明久（教育庁学校教育課 主任指導主事） 三上富士子（尾上総合高等学校SSW） 三浦 和之（障害福祉施設ハートランドさくら 主任）	316	144
1	〈あおりの未来を担う心身ともにたくましい子どもの育成を目指して〉 ＊メンタルタフネスへの道 ～心身の健やかさをめざして～ ＊スポーツとの関わりを豊かにする保健体育授業 ＊特別な支援を要する生徒への対応について ～養護教諭の視点とは～	三好 良子（人材育成コンサルタント） 上野 秀人（弘前大学教育学部 教授） 鈴木 徹（秋田大学教育文化学部 准教授）	316	152
2	新型コロナウイルス感染症予防のため中止		—	—
3	〈あおりの未来を担う心身ともにたくましい子どもの育成を目指して〉※紙面開催 ＊木の上に立ってみましょう ＊女子選手を指導する際に知っておきたい女性の体について ＊女子選手におけるスポーツ障害と応急処置 ＊理想の養護教諭を目指して ～必要な資質を考える～	阿久根謙司（東京ガスケミカル（株）取締役執行役員） 海老名杏奈（大館市総合病院 産婦人科） 木村 由佳（弘前大学大学院医学研究科 助教） 小林 央美（弘前大学大学院 教授）	—	—
4	〈あおりの未来を担う心身ともにたくましい子どもの育成を目指して〉 ＊東京オリンピック・パラリンピックに参加して ＊体育における評価基準を作成する際の手順について ＊保健における評価基準を作成する際の手順について ＊性の多様性を理解し共生していくために	成田 敦夫（教育庁スポーツ健康課 指導主事） 吉田 理子（青森中央高等学校 教諭） 伊藤 良太（教育庁スポーツ健康課 指導主事） 畑山 紘輔（青森県総合学校教育センター 指導主事） 蓮尾 豊（あおり女性ヘルスケア研究所）	290	126
5	〈あおりの未来を担う心身ともにたくましい子どもの育成を目指して〉 ＊笑って走れば福来たるー私が笑顔で走り続けてきた理由 ＊「指導と評価の一体化」の実現を目指すために ＊「わたし」ってどんな人間なんだろう？ —交流分析で自己理解を深めてみませんか！—	富士加代子（ワコール陸上競技部アドバイザー） 畑山 紘輔（青森県総合学校教育センター 指導主事） 櫻本 和也（青森明の星短期大学 専任講師）	281	83