

平成26年度

第3回学校保健委員会



日時 : 平成27年2月18日(水) 午後1時30分～2時30分

場所 : 津具中学校 講堂

平成26年度 第3回学校保健委員会要項

< 司会進行 : 西川 >

1 議題

本年度の活動テーマ「心も体も元気、笑顔きらきら・朝からいきいき津具中生の育成
～ 深く強い自己肯定感を育む取組を基盤にして ～」のまとめ

2 内容

(1) 開会あいさつ

校長

PTA会長

(2) 報告及び協議

ア 本年度の活動について

(ア) 学校の様子

① 学校全体の様子

- ・第1回学校保健委員会(親子学習)について
- ・第2回学校保健委員会(親の学び家庭教育研修会)について
- ・生徒保健委員会の活動について
- ・教育相談及び生活改善アンケートについて

② 各学年の様子

<1年生>

<2年生>

<3年生>

③ 結果の報告

- ・生徒の自己肯定感の変化について
- ・子どもの心に関するアンケート結果について（生徒用）
- ・子どもの心と体の健康に関するアンケート結果について（保護者用）

④ 感想・質疑応答

(イ) 地域の様子

<津具小学校>

<したら保健福祉センター>

イ 来年度の活動について

(3) 御指導

(4) 閉会あいさつ

校長

○ 第1回学校保健委員会（親子学習）について

- 1 日 時 平成26年5月25日（日）
- 2 参加者 全校生徒、保護者、職員
- 3 講師 中尾 瞳 スクールカウンセラー
- 4 テーマ 「相手の気持ちを考えながら、意見を言おう」
- 5 ねらい ・自己肯定感を高めるには、自分も相手も良い気分になれるコミュニケーションをとり、より良い関係を築くことが大切であることを理解させ、よいコミュニケーションをするために自分の意見を持ち、相手の意見を考えながら、意見を言う能力を高める。



6 内 容

- (1) 生徒、保護者、職員の縦割りグループで、ゲーム「誰を選ぶか」を行い、自分の意見を持ち、周りの人の意見を聞きながら、自分の意見を述べ、最終的にグループの考えをまとめる。
- (2) グループでワークをやってみての感想を話し合う。



<感想>

- ・いろいろな考え方（視点）があることがわかり、おもしろかった。みんなが納得できる結論が出せた。
- ・話し合いの中で、相手がどう思っているのか相手の意見を聞いて、自分の意見も聞いてもらって、そこから相談し合ったりするのが大切だと思った。

○ 第2回学校保健委員会（親の学び家庭教育研修会）について

- 1 日 時 平成26年7月5日（土）
- 2 参加者 保護者、職員
- 3 講師 豊橋市ふたば助産院 助産師 川口 千秋 氏
- 4 テーマ 「子どもが大人の階段をあげるためのアドバイス」
- 5 ねらい ・「生徒の深い自己肯定感（自分の弱さや欠点も自分の一部と認め、前向きな向上心をもてる、生きているだけで価値があると思える気持ち）を育む。
・中学生の心や体の発達について大人が知ること、思春期の生徒とのかかわり方を学ぶ。



6 講演内容

「性を通して生きることを考える」

思春期の体つきの変化は、性ホルモンの影響で起こる。中学生の時期はホ

ルモンに影響されることに不慣れな時期であるために、心が不安定となる。その時期に、楽しい家庭で愛され体験をした人は、自分を大切にようになる。また、「自分を大切にしよう」「自分の体を守ろう」という気持ちは、自尊感情から生まれる。

【楽しい家庭をつくるために大切なこと】

- ① 言いたいことが言える
- ② 家族で過ごす時間がある
- ③ 家族はポジティブに子どもの話を聞く

【健全な子どもを育てるためにやってほしいこと】

- セックスのリスクを教える（性暴力・望まない妊娠・性感染症）
- ②性情報の制限（スマホ・テレビ・パソコンなど）
- 健全なホルモン分泌へ
 - ・栄養（砂糖は控える、野菜・海藻の摂取、良質のタンパク質の摂取）
 - ・起床後に太陽を浴びる
 - ・運動をする
 - ・早寝早起き

<感想>

- ・愛され体験の大切さ、それが自分を大切にしようという気持ち、自尊感情につながることをわかりました。しかるのではなく、教える、家庭での楽しさ、肯定的に話を聞くこと、ありがとう、頑張っているね、など実行できることからやっていこうと思います。子どもたちが自分を大切に、自分を好きになってほしいと思いました。
- ・なかなか口に出せないことをズバッとやってくれたおかげで、こうすればいいんだという対策がわかりました。何をするにも家庭が基本であり、どう子どもを育てていくのかがわかりました。最近、子どもと触れ合う時間がなかったので、夏休みに家庭での楽しさを味わえるようにしたい。

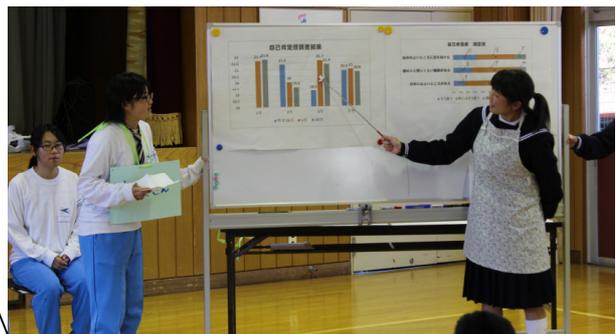
○ 生徒保健委員会の活動について

1 後期健康フェスタ

- (1) 日 時 11月27日(木) 第6校時
- (2) 参加者 全校生徒、職員
- (3) テーマ 心の健康づくり～自分のよさ、友達のよさに気づこう～
- (4) ねらい 自己肯定感について関心をもたせ、生徒の自己肯定感を高める。
- (5) 内 容

①自己肯定感チェックの結果発表

1年生はとても数値が高いです。2年生は、10月の調査で下がりましたが、3年生も一年前には同じくらいの数値だったので、下がりやすい時期かもしれません。3年生は、今年になり、数値が高くなっています。全校平均では変化はなく、全国平均よりも高いです。項目別に見ると、自分のよさに気づいていない人が5人くらいいるので、よさに目を向け、自分を大切にできるようになっていくといいと思います。



② グループワーク「良いところさがし」

5人から7人の男女別のグループにわかれ、友達の数年前と比べて、よくなったところを中心にした良いところ探しを実施した。書く時間は、一人に対して2～3分と短い時間だったが、時間いっぱい真剣に書いている姿が印象的だった。

【感想】

- ・友達に分かってほしいことを分かってもらえていて、嬉しかったし、自分が気づいていないことも書いてくれていたので、「こんな良いところがあったのか」と気づけた。
- ・意外と私のことを見てくれていると思った。こういう言葉をもらおうと自分に自信がもてて、これからも自分らしく頑張ろうと思える。
- ・友達は自分のことを見てくれている人だから、やっぱり大切にしていけないといけないなと思いました。



2 「誕生日おめでとうカード」の交換

(1) ねらい

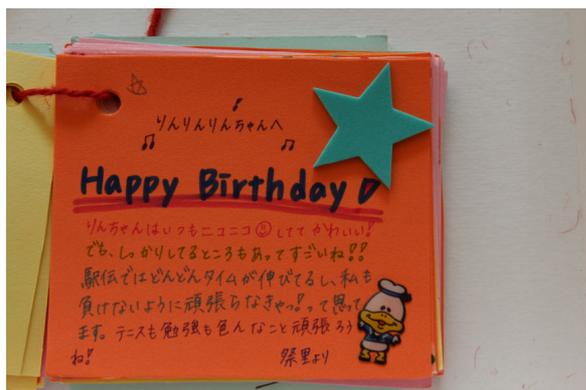
- ・誕生日を迎えた人に、その人のよさや頑張っていることに目を向けた応援メッセージを送ることを通して、お互いを認め合い、自分らしく、よりよく生きていこうとする気持ちをもつ。

(2) 内容

- ・「誕生日おめでとうカード」を保健給食委員会が手作りし、全校生徒と全職員にカードを配付して、回収し、誕生日を迎えた人に送る。

<生徒の感想>

一人一人にメッセージを書くことで、相手の良いところを見つける事ができて、絆が深まると思います。また、同級生だけではなく他学年の友達や先生にもお祝いしてもらえるので、学校全体がつながるとても良い活動だと思います。



生徒の自己肯定感の変化について

平成27年 2月

自己肯定感（自分を好きになり、自信をもつ気持ち）を測定する方法の一つである「ローゼンバーグの質問紙法」を使って、生徒の自己肯定感の変化を見てみた。（5月、10月、12月の3回実施した。）

- ※ 全国平均値はJ K Y B研究会の調査結果によるものである。
- △ 全国平均値よりも高い。 ▼ 全国平均値よりも低い。
- ↑ 5月よりもアップ。 → 5月と同じ。 ↓ 5月よりもダウン。
- ※ 得点の範囲は10点～30点である。

<男子>

	全国平均値 (点)	本 校								
		5 月			10 月			1 月		
		平均値 (点)	以 上	未 満	平均値 (点)	以 上	未 満	平均値 (点)	以 上	未 満
1年生	20.6	△22.8	3	3	△↓20.8	3	3	▼↓20.5	3	3
2年生	20.1	▼19.5	1	1	▼↓19.0	0	2	△↑21.0	1	1
3年生	20.3	△22.3	2	1	△↑22.7	2	1	△↑22.7	2	1

- ・1年生の5月、10月の平均値は全国平均値以上だが、徐々に低下している。
- ・2年生の平均値は、2人の平均値なので判断が難しいが、ほぼ全国平均値である。
- ・3年生はいずれの月も全国平均値以上だった。（なお、過去2年間も常に平均値以上）

<女子>

	全国平均値 (点)	本 校								
		5 月			10 月			1 月		
		平均値 (点)	以 上	未 満	平均値 (点)	以 上	未 満	平均値 (点)	以 上	未 満
1年生	19.2	△21.0	4	0	△↑23.2	4	0	△↑22.8	4	0
2年生	19.0	△20.7	6	4	△↓19.9	6	4	△↓19.7	5	1
3年生	18.8	△21.3	4	2	△↓20.8	4	2	△↓20.3	4	2

- ・全学年とも、いずれの月も全国平均値以上だった。これは、この調査を始めてから、3年間で初めてだった。
- ・1年生は4月よりも1月に数値が高くなっているが、2・3年生は徐々に下がっている。

<得点が5月よりもアップした生徒>

	10 月	1 月	10月、1月ともに
1年生 (10人)	7人	6人	5人
2年生 (12人)	7人	7人	6人
3年生 (9人)	6人	4人	5人
全校生徒 (31人)	20人	17人	16人

<得点が5月よりもダウンした生徒>

	10 月	1 月	10月、1月ともに
1年生 (10人)	3人	4人	2人
2年生 (12人)	5人	5人	4人
3年生 (9人)	3人	5人	3人
全校生徒 (31人)	11人	14人	9人

【 考 察 】

- ・全体的に全国平均よりも高いところが多く、生徒の自己肯定感は高いと言える。
- ・個人の得点が10月、1月ともに5月よりも上がった生徒は全校で16人（約52%）であり、よい変化が見られた。しかし、10月、1月ともに5月よりも下がった生徒は全校で9人（約29%）であり、よい変化が見られなかった。
- ・個別に見ると、1月の調査で、低い生徒は13点、高い生徒は28点と大きな差がある。低い生徒が少しでも高くなるような取組が必要だと感じる。
- ・思春期は不安定であることから、そのときの心の状態で結果も違ってくるため、下がってみたり、上がってみたりとすぐには大きく上がらず、判断も難しい。生徒の生活の様子や記述などいろいろな面から把握することが大切である。
- ・この自己肯定感調査から、自分の心の状態や変化を知る目安になるので、この結果を生かして、振り返りを行い、自分の心を見つめる時間をもたせたい。

○教育相談及び生活改善アンケートについて

生徒へ毎月末に行うアンケート結果

学校生活は楽しいか

月	◎	○	△	×
	とても楽しい	まあまあ楽しい	あまり楽しくない	ぜんぜん楽しくない
4	15	16	0	0
5	17	14	0	0
6	15	15	1	0
9	16	14	1	0
10	19	11	1	0
11	17	13	1	0
12	19	11	1	0
1	16	14	0	0

いじめがあったか

月	あり	なし
	4	0
5	0	31
6	0	31
9	0	31
10	0	31
11	0	31
12	0	31
1	0	31

アンケート結果を見て

○落ち着いた学校生活ができており、ほとんどの生徒が年間を通じて、学校を楽しんでいると感じている。いじめの発生件数も0件である。

○生徒会が中心となって、あいさつ運動や時間を守る活動を行ってきた結果、規則正しい生活を送ることができている。生徒指導上の問題も0件であった。

○学校行事では、目標をもって、全校で一丸となって取り組むことができている。その結果、全校の仲がよい学校になっている。

△学校をあまり楽しくないと感じている生徒の理由は、「いそがしい」である。相談活動を通して、担任や職員が個別面談等行うことで、情報を収集し指導している。これからも、情報収集や生徒とのコミュニケーションを深めること、目標をもって活動できるように支援していき、全員が学校が楽しいと感じるようにしていきたい。