

「こころ」と「からだ」の健康を主体的に考える子供の育成

I はじめに

世界保健機構（WHO）によれば、健康は「病気ではないとか、弱っていないということではなく、肉体的にも、精神的にもそして社会的にもすべてが満たされた状態にあること」と定義されている。ひとえに健康といってもそのさし示す範囲は広いが、“健康な状態”で生活を送ることは、体と心の両面を考慮すること、かつ動的な状態像であり、日々の充実の基盤としてあらゆる活動に好影響を与えることは明白である。

だが一方、健康な状態を維持していくための行動は、子供の頃からの環境や文化、習慣に大きく左右される面がある。そのため、子供の頃から健康にかかわる知識や態度、習慣を身に付けていくことは重要な意味をもっている。そこで弘前大学教育学部附属学校園では、平成30年8月から「幼児、児童生徒の健康的自立をサポートする健康教育の実践研究」をテーマに、教育学部と附属学校園が連携しながら健康教育の教育プログラムを研究・開発することを目的とした附属学校園健康教育推進事業に取り組んでいる。

特別支援学校の多くでは、これまでも健康にかかわる衛生面等の習慣の定着や、肥満傾向にある児童生徒への食事や運動習慣の見直しなど様々な健康課題に対応した取組を行ってきた。しかしながら、成人期の知的障害者の健康問題に関する様々な調査研究からは、知的障害者は一般群と比較して生活習慣病や精神疾患などの罹患率が高いことが報告されている（光村・菅野，2009，岩佐，2017）。知的障害者の抱える健康課題の背景には様々な要因が推測できるが、障害特性が大きく関わっていることが考えられる。例えば知的障害者の多くは、自分で生活を管理したり、学習したことを自分のこととして生活に結び付け、取り入れたりすることが難しいことや、それまでの生活習慣に依存しがちで問題（病）が顕在化してからでないと習慣改善の必要性に気付きにくいことである。健康課題の解決には予防的取組みが大切であることはよく知られており、メタ認知や状況理解の弱さが指摘されている知的障害者にとっては、日頃から自分の健康への関心や生活習慣改善の意識喚起を促す支援がより一層必要となってくるといえよう。

このような現状から従来の取組に加え、実質的で予防的な内容を含んだ健康教育について学校教育段階で取り組んでいくことが必要であるといえる。現在そして将来、児童生徒が学校教育で身に付けた力を存分に発揮し地域社会で活躍していくための健康教育の在り方が求められている。そこで本校でも健康教育推進は特に重要な課題であるにとらえ、「健康教育」をテーマに4年間の校内研究に取り組むこととした。

Ⅱ 研究の目的

一人一人の健康課題に応じた授業実践を通して、効果的な支援方法を検討し整理することで、本校における健康教育の在り方を明らかにする。

まずは本研究の4年間の目的を設定した後、前期（2年間）と後期（2年間）に期間を分けてそれぞれ取り組むこととした。

前期は「一人一人の健康課題への効果的な支援方法を明らかにする」ことを目的とし、取組方針として、実践の中で児童生徒一人一人の健康課題への介入効果を客観的に示すことができるように尺度や基準、機器などを取り入れ効果検証を行うこととした。後期研究については前期研究2年の成果を土台にして更に発展させることができるようにすることを前提に、十分に成果検証し、改めて目的や手続きの見直しをすることとした。

【参考・引用文献】

- ・国立大学法人弘前大学教育学部（2019）『健康教育推進事業報告書Ⅰ』.
- ・光村まり，菅野敦（2009）『成人期知的障害者の健康問題に関する調査研究～生活習慣病と精神科疾患から見る年齢群別特徴と加齢の影響について～』東京学芸大学紀要総合教育学系, 60, 515-522.
- ・岩佐和典（2017）『知的障害に併存する重篤な精神疾患と心理療法の役割について』就実大学大学院教育学研究科紀要, 2, 17-29.