

第1章

総説

第1章 総説

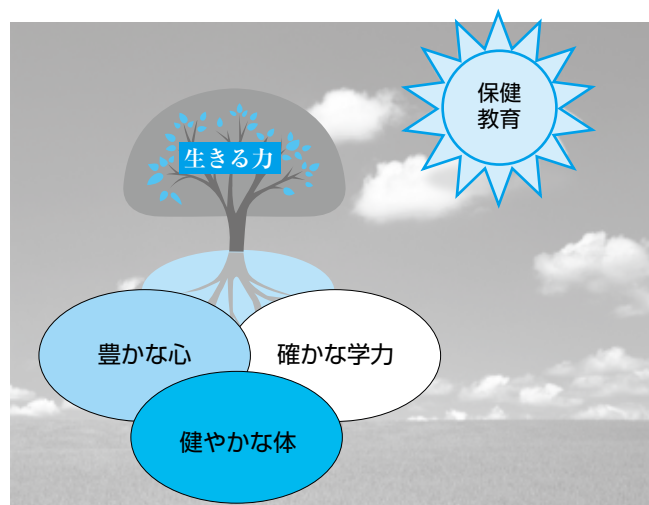
第1節 学校における保健教育の意義

1) 「生きる力」を育む保健教育

変化の激しい社会を担う子供たちに必要な力として示された「生きる力」を育むことは、学習指導要領の基本的な理念となっている。そして、その「生きる力」を支える「確かな学力」、「豊かな心」及び「健やかな体」の三つをバランスよく子供たちに育むことが大切であると、中央教育審議会答申などで述べられている。

学校における保健教育では、「健康の価値を認識し、自ら課題を見付け、健康に関する知識を理解し、主体的に考え、判断し、行動し、よりよく課題を解決する」資質や能力の育成が重視されている（保健体育審議会答申、平成9年）。こうした保健教育は、「生きる力」を子供たちに身に付けるための強力なアプローチの一つとなる。つまり、保健教育は、子供の「健やかな体」の向上それ自体に貢献するばかりでなく、子供自身が、保健教育で身に付けた資質や能力を活用して、生涯を通じて主体的に健康や体力を保持増進するために、自らの課題について考え、行動することができる「確かな学力」の育成を目指している。また、保健教育では、年齢に伴う心の発達への理解、良好な人間関係の構築等の心の健康、けがや病気のある他者を思いやる心の醸成など、「豊かな心」の育成につながる指導の実践も求められる。

したがって、充実した保健教育を着実に推進することが、「生きる力」を育むことにつながるのである。



2) 子供たちの健康課題の解決を図る保健教育

今日、子供を取り巻く状況は、都市化、少子高齢化、情報化、国際化などにより社会環境や生活環境が急激に変化している。こうした変化は、子供たちの心身の健康状態や健康にかかわる行動に大きく影響を与えている。

そして、子供たちにおいても、夜ふかし、朝食欠食、睡眠不足、運動不足等の生活習慣の乱れ、メンタルヘルスに関する問題、暴力、交通事故、アレルギー疾患、性の逸脱行動、喫煙、飲酒、薬物乱用、感染症（新興・再興感染症）などの様々な健康課題が顕在化している。

これらの多様で喫緊の健康課題を解決するには、学校、家庭、地域が連携し、多面的な対策に取り組んでいくことが不可欠である。その中で、学校での保健教育が果たす役割は極めて大きい。近年、子供のむし歯のり患率、喫煙や飲酒及び薬物乱用は減少傾向を示しているが、これらの改善には、社会全体での積極的な対策の取組とともに、学校での着実な保健教育が大きく寄与しているものといえよう。

こうした保健教育の果たす役割は、今後一層期待される場所である。



3) 心身ともに健康な国民の育成を目指して、教育活動全体を通じて進める 高等学校の保健教育

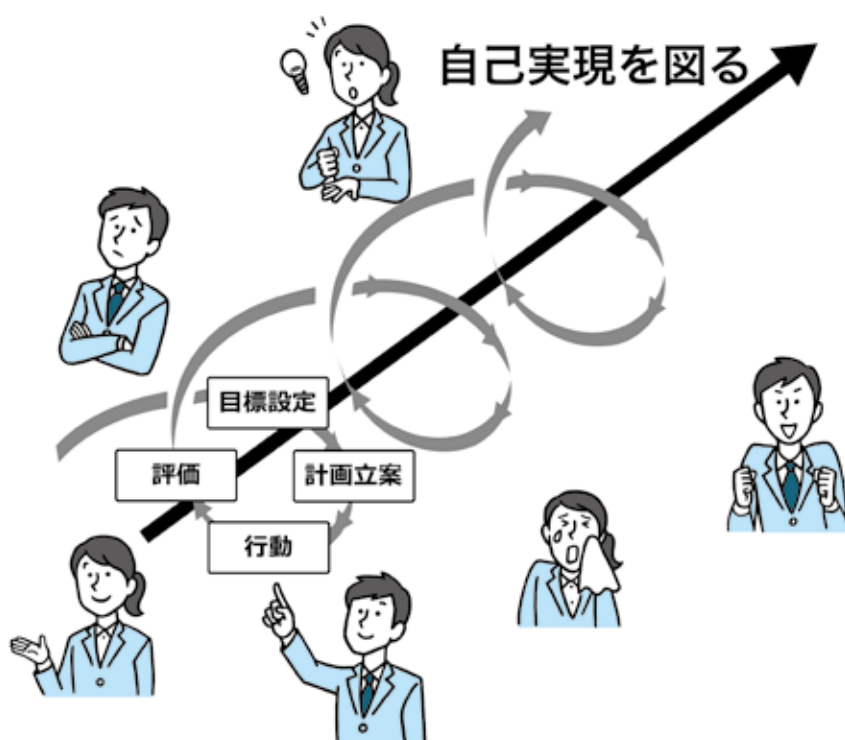
学校教育に対する社会的な要望は多種多様である。その中で、子供たちの健康及び健全な発育・発達、そして社会に出てからも自他の健康を保持増進していくための資質や能力を培うことは、いつの時代にあっても保護者の願いであり、国民から強く期待されているところである。約60年ぶりに改訂された教育基本法（平成18年公布・施行）においても、第1条（教育の目的）に「心身ともに健康な国民の育成」が引き続き明示されており、その意義は大きい。

そのような観点から、保健教育は、心身ともに健康な国民の育成を期するために極めて重要であり、小学校における保健教育がその基礎を築き、さらに中学校及び高等学校での保健教育を通して積み重ねていくことで、より確かなものにしていくことが求められている。

特に、高等学校においては、発達の段階からみて、自分なりの目標をもって進む自己実現の過程を通して、その人らしさが形づくられる時期であることから、それらに適切に対応できるようにするための保健教育が期待されている。その際、高等学校では教科担任制を原則としているために、保健教育の指導が保健体育科等の特定の教員に任されてしまうおそれがある。しかし、保健教育の効果を上げるためには、学校の教育活動全体を通じて適切に行われる必要がある。そのため、全教職員の理解と協力が得られるよう、学校の実態に応じて保健教育の指導体制の工夫改善に努めるなど、組織的に進めていくことが大切である。

そこで改めて、すべての教職員が高等学校のこうした保健教育の重要性を認識し、一人一人がその責任をしっかりと自覚して実践を推進していかなければならないことを強調しておきたい。

教育基本法（第1条）：教育は、人格の完成を目指し、平和で民主的な国家及び社会の形成者として必要な資質を備えた心身ともに健康な国民の育成を期して行われなければならない。



第2節 指導の基本的な考え方

1) 高校生期の心身の発育・発達や健康上の特性を踏まえる

高校生期は、身体、生理面はもちろん、心身の全面にわたる発達が急激に進む時期である。また高校生期は、中学生より更に、親の依存から離れ、自らの行動は自ら選択決定したいという独立や自律の要求が高まる時期である。また、集団の規律や社会のルールに従い、互いに協力しながら各自の責任を果たすことによって、集団や社会が成り立っていることを客観的に理解できる段階にある。保健教育では、以上のような発育・発達や健康上の特性を踏まえることが重要となる。以下では、高校生期の心身の発達及び健康上の特性を例示する。

表 1-1 高校生期の心身の発育・発達及び健康上の特性

心身の発育・発達及び健康

高校生期の心身の発育・発達は目覚ましい。中学生期に比べ落ち着いてきてはいるが、身体的な発育・発達に心理的な発達が十分に伴わず、心身のバランスを崩し不適応に陥ってしまうこともある。そのことから、自己の心身の健康状態や生活態度についての理解と関心を深め、生涯を通じて積極的に健康の保持増進を目指すような態度や規律ある習慣の確立に努める時期である。また高校生期は、身体的にほぼ成熟し、男女それぞれの性的な特徴が明確になってくる。それにつれて、異性への関心も高まり、意識する異性の対象がかなり特定化させる傾向も強まってくるが、そのことがかえって男女における身体面・精神面の違いの理解や、異性と人間関係を築くことに当たってのルールやマナーについての理解の妨げとなる場合もある。このため、男女相互の理解を一層深めるとともに、人間として互いに協力し尊重し合う態度を養い、適切な行動をとれるようにすることが大切である。さらに高校生期の、飲酒や喫煙、薬物乱用の問題も指摘されている。

これらから、心の健康や体力の向上、生活習慣病とその予防、望ましい食習慣の確立、運動・休養と余暇の利用、性情報への対処や性の逸脱行動に関すること、性感染症の予防、喫煙・飲酒・薬物乱用の防止などの理解と関心を深め、望ましい生活習慣の確立を生徒自らが図っていくことが望まれる。

自己確立と社会的自立

高校生期になると、自らの行動は自ら選択決定したいという独立や自律の要求が高まる。その一方で、集団の規律や社会のルールに従い、互いに協力しながら各自の責任を果たすことによって、集団や社会が成り立っていることを客観的に理解できる段階にあり、人間関係に広がりが見られるとともに所属する集団や地域の中で責任や役割を担う機会が一層増えてくる。社会の一員としてその行為に自己責任が求められることの自覚と社会的な自立を促すとともに、主体的に社会の形成に参画し、その発展に寄与することが求められる。

生命の尊重と安全な生活態度

いじめや暴力行為、凶悪化する青少年の非行など、最近では生命の軽視という傾向が見られる。また生徒が種々の事故や災害にあったり、犯罪等の被害を受けたりすることも多くなっている。自他の生命をかけたえのないものとして尊重する態度や規律ある習慣を確立するとともに、危険を予測できる力や危険を回避し的確に行動できる力、さらに、自己の安全を確保するのみならず、身の回りの人の安全を確保する態度を育むことも求められる。

2) 各教科等の特質を生かす

保健教育における指導は、保健体育科科目「保健」、家庭科や理科などの関連教科、特別活動、総

総合的な学習の時間など様々な機会に行われる。指導は各教科等の特質に応じて行われるが、教育は「心身ともに健康な国民の育成」を目指しており、保健教育が目標とする健康にかかわる資質や能力の育成には、教科等が、個々に、あるいは相互に関連させて、貢献できると考えられる。各教科等によりアプローチは異なるものの、健康という共通の目標を目指した効果的な連携が可能である。

以下では、各教科等の特質を示すために、保健体育科科目「保健」、特別活動、総合的な学習の時間について、目標を中心に述べる。

なお、健康課題に関する生徒の個性が大きい場合、全校や学級を単位とした集団指導では不十分であったり、個別指導の方がより有効であったりする場合がある。保健教育では、有効性を高めるために、集団指導と個別指導の役割を明確にし、連携を密にして行うことが重要である。

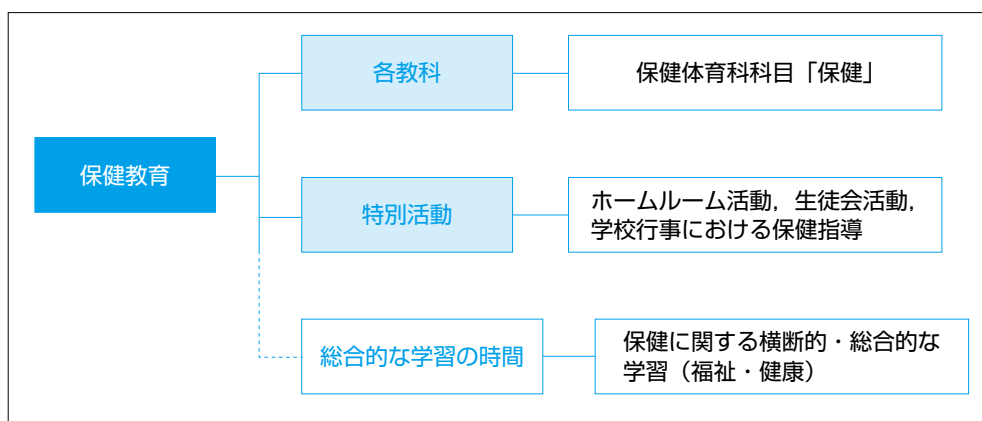


図 1-1 本書において取り上げている保健教育（青字）

（1）保健体育科科目「保健」

保健体育科科目「保健」は、健康・安全に関する包括的な内容について 合計 70 単位時間指導される。その内容は、すべての生徒がもれなく習得すべきものである。したがって、保健体育科科目「保健」の指導は、質的にも量的にも、保健教育において中心的役割を担うものと言える。

高等学校保健体育科の目標は、「心と体を一体としてとらえ、健康・安全や運動についての理解と運動の合理的、計画的な実践を通して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てるとともに健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図り、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を育てる」である（高等学校学習指導要領解説 保健体育編）。

このうち、保健体育科科目「保健」が特にかかわる「健康・安全についての理解」は、健康に関する個人の適切な意志決定や行動選択及び健康的な社会環境づくり、思春期から高齢者までの生涯の各段階における健康課題、保健・医療制度や地域の保健・医療機関の適切な活用、環境と食品の保健・労働と健康などの社会生活における健康の保持増進について、個人生活のみならず社会生活とのかかわりを含めて総合的に理解することを示されている。また、「生涯にわたる健康の保持増進のための実践力の育成」とは、個人生活及び社会生活における健康・安全について総合的に理解することで、現在及び将来の生活において健康・安全の課題に直面した場合に、的確な思考・判断に基づいて適切な意志決定を行い、自らの健康の管理や健康的な生活行動の選択及び健康的な社会環境づくりなどが実践できるようになるための基礎としての資質や能力を育成することを示したものである（高等学校学習指導要領解説 保健体育編）。

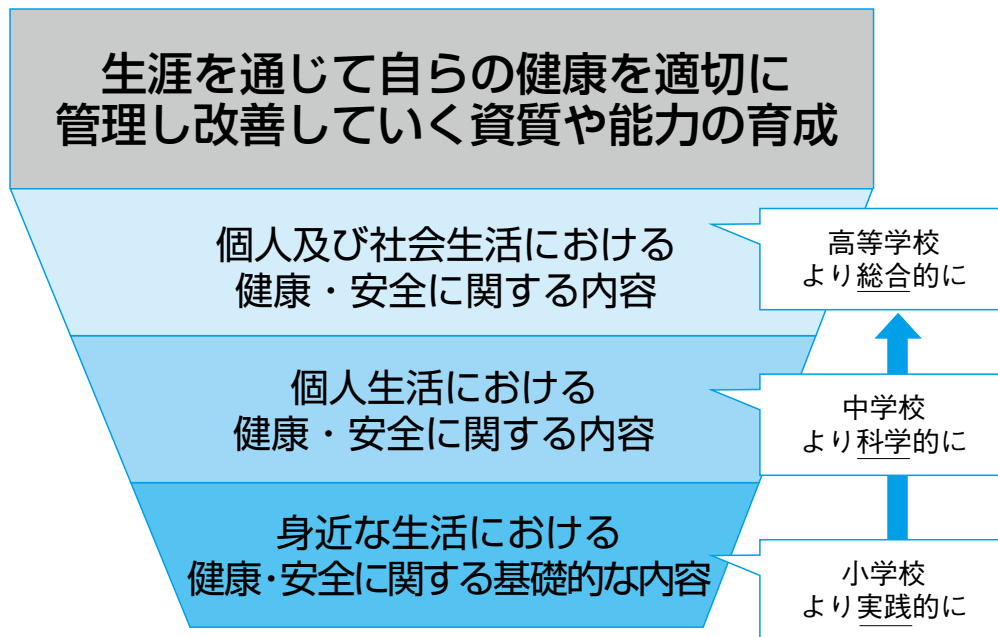


図1-2 保健学習の体系イメージ

さらに、保健体育科科目「保健」の目標は、次のように設定されている。「個人及び社会生活」及び上記の「総合的に理解する」は高等学校の特徴と言える。

個人及び社会生活における健康・安全について理解を深めるようにし、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していく資質や能力を育てる。

保健体育科科目「保健」は、原則として入学年次及びその次の年次の2か年にわたる履修となっているが、内容のまとまりは次のとおりである。

- | | |
|--------------|----------------|
| (1) 現代社会と健康 | } 2単位 (70単位時間) |
| (2) 生涯を通じる健康 | |
| (3) 社会生活と健康 | |

保健体育科科目「保健」の効果的な指導のためには、現行の高等学校学習指導要領の改訂の要点を踏まえることが必要である。要点は以下のとおりである。

- ①個人生活及び社会生活における健康・安全に関する内容を重視し、指導内容を改善すること
- ②ヘルスプロモーションの考え方を生かし、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し改善していく思考力・判断力などの資質や能力を育成する観点から、系統性のある指導ができるよう内容を明確にすること

上記の「個人生活及び社会生活」の「社会生活」は、高等学校の特徴である。また、系統性が強調されていることから、保健体育科科目「保健」は、小学校における「身近な生活における健康・安全に関する基礎的な内容を実践的に理解」、中学校における「個人生活における健康・安全に関する内

容を科学的に理解」を踏まえ、高等学校においては、「個人生活や社会生活における健康・安全に関する事項に興味・関心をもち、科学的に思考・判断し、総合的にとらえることができるようにすること」が期待される。

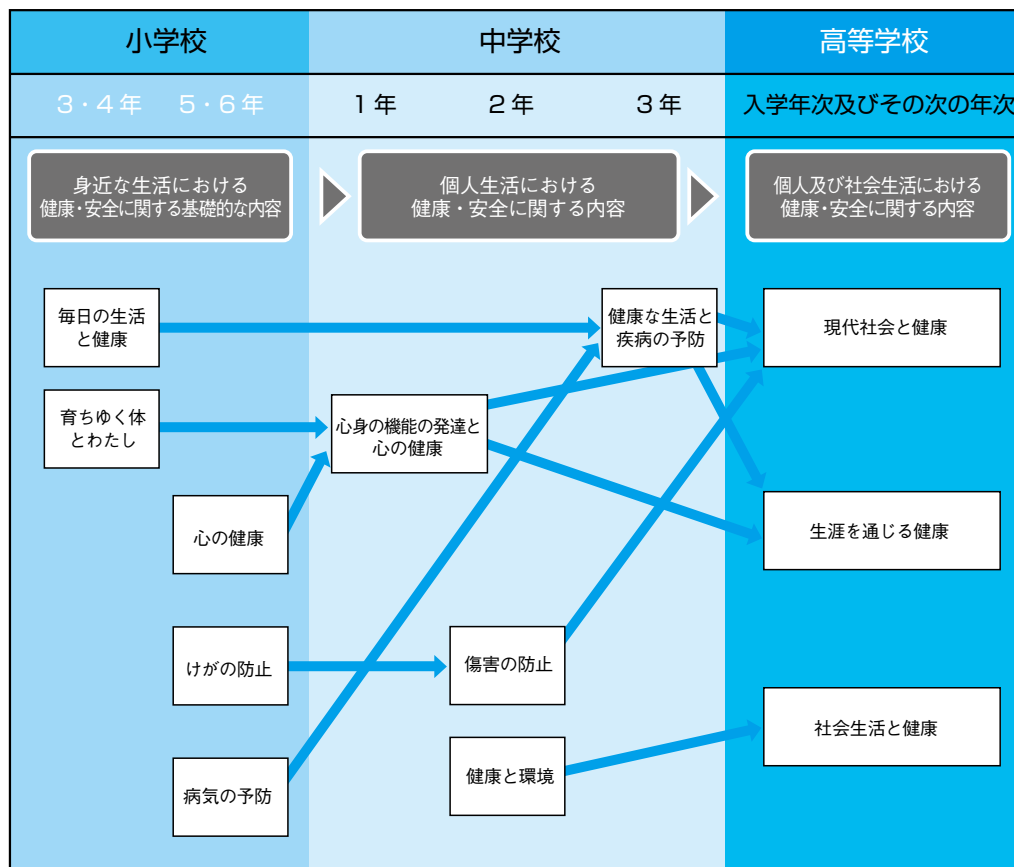


図 1-3 保健学習の内容の系統性

(2) 特別活動

特別活動の目標は、「望ましい集団活動を通して、心身の調和のとれた発達と個性の伸長を図り、集団や社会の一員としてよりよい生活や人間関係を築こうとする自主的、実践的な態度を育てるとともに、人間としての在り方生き方についての自覚を深め、自己を生かす能力を養う」である（高等学校学習指導要領第5章 特別活動 第1「目標」）。

特別活動の教育的意義には次の点が挙げられる。（高等学校学習指導要領解説 特別活動編）

- ア 集団や社会の一員として、なすことによって学ぶ活動を通して、自主的、実践的な態度を身に付ける活動である。
- イ 教師と生徒及び生徒相互の人間的な触れ合いを基盤とする活動である。
- ウ 生徒の個性や能力の伸長、協力の精神などの育成を図る活動である。
- エ 各教科、道徳、総合的な学習の時間などの学習に対して、興味や関心を高める活動である。また、逆に、各教科等で培われた能力などが総合・発展される活動でもある。
- オ 知、徳、体の調和のとれた豊かな人間性や社会性の育成を図る活動である。

①ホームルーム活動

ホームルーム活動の目標は、「ホームルーム活動を通して、望ましい人間関係を形成し、集団の一員としてホームルームや学校におけるよりよい生活づくりに参画し、諸問題を解決しようとする自主的、実践的な態度や健全な生活態度を育てる」である（高等学校学習指導要領第5章 特別活動 第2〔ホームルーム活動〕）。

学習指導要領では、ホームルーム活動の内容として、「(1) ホームルームや学校の生活づくり」「(2) 適応と成長及び健康安全」「(3) 学業と進路」があるが、「(2) 適応と成長及び健康安全」は保健教育とかがわりが強い。「適応と成長」に関しては、生徒が直面している問題とのかかわりの中で、人間としての生き方を探求させることにより、健全な生活態度を育成しようとするものである。また「健康安全」に関しては、現在及び将来に生徒が当面する課題に対応するとともに、自ら健全な生活態度や習慣の形成を図っていく資質や能力を育成しようとするものである。

「(2) 適応と成長及び健康安全」にはア～ケの内容がある。そのうち、「エ 男女相互の理解と協力」「ク 心身の健康と健全な生活態度や規律ある習慣の確立」「ケ 生命の尊重と安全な生活態度や規律ある習慣の確立」には、保健教育で取り上げられる多様な内容が含まれている。

(2) 適応と成長及び健康安全

- ア 青年期の悩みや課題とその解決
- イ 自己及び他者の個性の理解と尊重
- ウ 社会生活における役割の自覚と自己責任
- エ 男女相互の理解と協力
- オ コミュニケーション能力の育成と人間関係の確立
- カ ボランティア活動の意義の理解と参画
- キ 国際理解と国際交流
- ク 心身の健康と健全な生活態度や規律ある習慣の確立
- ケ 生命の尊重と安全な生活態度や規律ある習慣の確立

上記のエ、ク、ケは、特に保健体育科科目「保健」とのかかわりが深く、次のようなことが目指されている。

エ 男女相互の理解と協力

「男女相互の理解と協力」については、性に関する指導との関連を図ることが大切である。性に関する指導については、特別活動全体を通して行う人間としての在り方生き方に関する指導との関連を重視するとともに、特に、保健体育科の「保健」との関連を図り、心身の発育・発達における個人差にも留意して、生徒の実態に基づいた指導を行うことが大切である。

ク 心身の健康と健全な生活態度や規律ある習慣の確立

自己の心身の健康状態や生活態度についての理解と関心を深め、生涯を通じて積極的に健康の保持増進を目指すような態度や規律ある習慣の育成に努めることが大切である。

具体的には、心の健康や体力の向上に関すること、口腔^{こうくう}の衛生、生活習慣病とその予防、

望ましい食習慣の確立など食育に関すること、運動・休養の効用と余暇の活用、喫煙、飲酒、薬物乱用などの害や対処方法に関すること、性情報への対応や性の逸脱行動に関すること、エイズや性感染症などの予防に関すること、ストレスへの対処と自己管理や規律ある習慣などについて生徒の発達の段階やホームルームの実態を踏まえて題材を設定し、身近な視点からこれらの問題を考え意見を交換できるような話合いや討論、実践力の育成につながるロールプレイングなどの方法を活用して展開していくことや、専門家の講和やビデオ視聴を通しての話合いなどの活動の展開も考えられる。こうした活動を通して、自らの健康状態についての理解と関心を深め、望ましい生活態度や規律ある習慣の確立を生徒自らが図っていくことが望まれる。

なお、心身の健康と健全な生活態度や規律ある習慣の確立にかかわる指導は、保健体育科の「保健」をはじめとした各教科・科目の学習との関連、ホームルーム活動の他の活動内容との関連について学校全体で共通理解を図ることが大切である。また、個々の生徒の状況に応じた個別指導が必要となる場合もあることを踏まえ、指導内容によっては集団指導と個別指導との内容を区別しておくなど計画性をもつとともに、保護者の理解を得ながら実施することも必要である。さらに、指導の効果を高めるため養護教諭などの協力を得ながら指導することも大切である。

ケ 生命の尊重と安全な生活態度や規律ある習慣の確立

人間尊重の精神と生命に対する畏敬の念をもって自他の生命をかけがえのないものとして尊重する精神と態度や規律ある習慣を確立するとともに、学校内外を含めた自分の生活行動を見直し、自ら安全に配慮するとともに、危険を予測できる力や危険を回避し的確に行動できる力を高めていくよう日ごろからの注意の喚起や指導が必要である。また、日ごろの備えを含め自然災害等に対しての心構えや適切な行動がとれる力を育てることも大切である。さらに、高校生としての自覚に立って自己の安全を確保するのみならず、身の回りの人の安全を確保する態度をはぐくむことが重要である。

取り上げる題材としては、生命の尊重に関すること、防犯を含めた生活安全や交通安全に関すること、種々の災害時の安全に関すること、環境整備に関すること、規律ある習慣に関することなどが考えられる。特に、交通安全については、高校生の年齢では自転車や自動二輪車による事故が多いこと、自動車の運転や同乗者の事故が少ないことを踏まえ、社会の一員としての自覚と社会的責任の意識を高める指導を行うことが重要である。また、種々の事故の原因となる生活環境や生活行動を自ら見直し、安全の確保や環境の整備について考えさせ、危険を除去できる自主的、実践的な態度を養うことも必要である。

生命の尊重と安全な生活態度や規律ある習慣の確立にかかわる指導は学校教育全体を通じて行われる保健指導や安全指導等との関連を密にする必要があり、教職員の共通理解を図るとともに、保護者の理解と協力を得て、地域と連携しながら実施することも必要である。また、内容によっては、養護教諭や関係団体などの協力を得ながら指導することも大切である。

②生徒会活動

生徒会活動の目標は、「生徒会活動を通して、望ましい人間関係を形成し、集団や社会の一員としてよりよい学校生活づくりに参画し、協力して諸問題を解決しようとする自主的、実践的な態度を育

てる」である（高等学校学習指導要領第5章 特別活動 第2〔生徒会活動〕1〔目標〕）。生徒会活動は、「全生徒を会員として組織し、学校における自分たちの生活の充実・発展や学校生活の改善・向上を目指すために、生徒の立場から自発的、自治的に行われる活動」とされる。その内容としては、「(1) 生徒会の計画や運営」「(2) 異年齢集団による交流」「(3) 生徒の諸活動についての連絡調整」「(4) 学校行事への協力」「(5) ボランティア活動などの社会参加」が挙げられている（高等学校学習指導要領第5章 特別活動 第2〔生徒会活動〕2〔内容〕）。

③学校行事

学校行事の目標は、「学校行事を通して、望ましい人間関係を形成し、集団への所属感や連帯感を深め、公共の精神を養い、協力してよりよい学校生活や社会生活を築こうとする自主的、実践的な態度を育てる」である（高等学校学習指導要領第5章 特別活動 第2〔学校行事〕1〔目標〕）。また、内容としては、「全校若しくは学年又はそれらに準ずる集団を単位として、学校生活に秩序と変化を与え、学校生活の充実と発展に資する体験的な活動を行うこと」とあり、五つの行事が示されている（高等学校学習指導要領第5章 特別活動 第2〔学校行事〕2〔内容〕）。

このうち保健教育とのかかわりが強いのは、「(3) 健康安全・体育的行事」である。健康安全・体育的行事については、「心身の健全な発達や健康の保持増進などについての理解を深め、安全な行動や規律ある集団行動の体得、運動に親しむ態度の育成、責任感や連帯感の涵養^{かんよう}、体力の向上などに資するような活動を行うこと」とある。

健康安全・体育的行事のねらいは、「健康を保持増進するためには、食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活をするのが重要であることを自覚し、生徒が自己の発育、発達や健康の状態などを知り、それらの結果に基づいて、実際の生活の中で自主的、自律的に健康で安全な生活を送る意欲や態度を育成する。同時に、自他の生命の尊重を自覚し、心身の健康や安全を確保するための適正な判断や対処をする能力を培う。また、体力・気力の充実など、心身の健全な発達に資するとともに、スポーツや運動に親しむ資質や能力を育て、生涯にわたって実践する習慣を身に付ける契機とするとともに、競争や協同の経験を通して、公正に行動し、進んで規則を守り、互いに協力して責任を果たすことなど、社会生活に必要な態度を養う」である。

健康安全・体育的行事の健康安全にかかわる内容としては、健康診断、疾病予防、交通安全を含む安全指導、薬物乱用防止指導、非常災害の際に備えての避難訓練や防災訓練、健康・安全に関する意識や実践意欲を高める行事が例示されている。そして、「これらの行事の中には、学校保健安全法や消防法の規定に従って実施されるものもあるが、いずれも学校教育の内容として取り上げる以上、それぞれのねらいを明らかにし、教育的な価値を十分に生かすように配慮することが大切である」ことが示されている。

(3) 総合的な学習の時間

総合的な学習の時間の目標は、「横断的・総合的な学習や探究的な学習を通して、自ら課題を見付け、自ら学び、自ら考え、主体的に判断し、よりよく問題を解決する資質や能力を育成するとともに、学び方やものの考え方を身に付け、問題の解決や探究活動に主体的、創造的、協同的に取り組む態度を育て、自己の生き方を考えることができるようにする」である（高等学校学習指導要領第4章 総合的な学習の時間 第1〔目標〕）。具体的な目標と内容は、各学校において定めるとされている。

総合的な学習の時間における学習課題の例として、

- 国際理解、情報、環境、福祉・健康などの横断的・総合的な課題
- 生徒の興味・関心に基づく課題
- 地域や学校の特色に応じた課題
- 職業や自己の将来にかかわる課題

などが示されており、その中には、保健教育とかがわりが強い課題として「福祉・健康」がある。

横断的・総合的な課題とは、社会の変化に伴って切実に意識されるようになってきた現代社会の諸課題のことであり、そのいずれもが、持続可能な社会の実現にかかわる課題である。現代社会に生きるすべての人が、これらの課題を自分のこととして受け止め、よりよい解決に向けて行動することが望まれる。また、これらの課題については正解や答えが一つに定まっているものではなく、従来の各教科等の枠組みでは必ずしも適切に扱うことができないとされている。

なお、道徳教育も保健教育にかかわる。高等学校においては小・中学校とは異なり道徳の時間が設けられていないが、人間としての在り方生き方に関する教育を学校の教育活動の全体を通じて行うことにより道徳教育の充実を図ることが大切であるとされている。

3) 指導計画の立案を通じ、教職員の共通理解を図る

保健教育は、多様な目標、内容、指導方法により様々な教科等において行われるため、教育課程上の位置付け、指導の目標、内容、指導方法、実施等に関する共通理解、すなわち、指導計画に関する共通理解が不可欠である。学習指導要領の総則第1の3の「体育・健康に関する指導」においても、「学校の教育活動全体を通じて適切に行うもの」とされており、「年間にわたる学習指導計画の作成に当たっては、学習指導要領に基づきながら、地域、学校及び生徒の実態を考慮して、これに即応するように計画を作成することが必要である」とある（高等学校学習指導要領解説 保健体育編、第3章 各科目にわたる指導計画の作成と内容の取扱い）。

保健教育の指導計画には、保健教育の全体計画、学校・学年・学級等における年間指導計画、単元や単位時間の指導計画等、様々なものがあるが、いずれも複数の意義をもっている。例えば、指導計画は、それ自体が保健教育実施に対する教職員の共通理解を促す。また、指導計画の立案過程においても全教職員や当該学年の教職員などがかわるため、教職員の共通理解に役立つだけでなく、指導計画の質も高まる。したがって、立案の段階から多くの教職員の関与を図る必要がある。

4) 家庭や地域との連携により効果を高める

健康課題の特性、学校教育や学校保健の動向を踏まえると、保健教育の効果を高めるためには、家庭や地域との連携が不可欠であることが理解される。

健康課題によっては、課題の背景や要因に家庭や地域が関連している場合があり、その解決のためには家庭や地域、さらには保健医療機関等の関係機関などの協力が欠かせない場合がある。学校保健の動向にかかわっては、「子どもの現代的な健康課題に適切に対応していくためには、学校が、学校内でできること、なすべきことを明確化し、すべての教職員間で共通理解を図るとともに、家庭、関係行政機関、医療機関などにもその内容を伝え、理解を求めることによって、適切な役割分担に基づく活動を行っていくことが求められる」とある（中央教育審議会答申、平成20年1月）。

学校教育にかかわっても、以下のように、連携の必要性が述べられている。

家庭や地域の実態の多様性、個別の事情等を考慮しつつ、連携を進める必要がある。

各学校において、体育・健康に関する指導を効果的に進めるためには、地域や学校の実態及び新体力テストなどを用いて生徒の体力や健康状態等を的確に把握し、それにふさわしい学校の全体計画を作成し、地域の関係機関・団体の協力を得つつ、計画的、継続的に指導することが重要である。

また、体育・健康に関する指導を通して、学校生活はもちろんのこと、家庭や地域社会における日常生活においても、自ら進んで運動を適切に実践する習慣を形成し、生涯を通じて運動に親しむための基礎を培うとともに、生徒が積極的に心身の健康の保持増進を図っていく資質や能力を身に付け、生涯を通じて健康・安全で活力ある生活を送るための基礎が培われるよう配慮することが大切である（学習指導要領解説総則編第3章第1節）。

とりわけ、心の健康、薬物乱用、生活習慣病、感染症など深刻化している生徒の心身の健康課題に適切に対応するために、学校における食育の推進、安全に関する指導及び心身の健康の保持増進に関する指導との関連を図り、学校の全体計画を作成し、家庭や地域社会と連携しながら、計画的、継続的に指導を進める必要がある（学習指導要領解説 保健体育編 各科目にわたる指導計画の作成と内容の取扱い）。

第3節 目標、内容及び指導方法

1. 保健教育の目標

高等学校学習指導要領第1章総則「第1款 教育課程編成の一般方針3」において、学校における体育・健康に関する指導は、生徒の発達の段階を考慮して、学校の教育活動全体を通じて適切に行うものとされ、特に、健康に関する指導については、生徒が個人生活や社会生活における健康に関する知識を身に付けることや活動を通じて自主的に健康な生活を実践することのできる資質や能力を育成することが大切であることを示している。こうした指導については、学校段階に応じて、小学校や中学校の学習指導要領総則にも示している。

その趣旨に基づき、小学校、中学校、高等学校を通じて、学校における保健教育の目標は、生活環境の変化に伴う新たな健康課題を踏まえつつ、生涯にわたって自分や周りの人の健康課題を自覚し、その課題を解決するために必要な意志決定や行動選択、さらに健康な環境づくりを行うことができるように、児童生徒の発達の段階に応じた実践力等の資質や能力及び態度を育成することである。

特に、高等学校教育においては、義務教育としての小学校並びに中学校教育との円滑な接続を図る必要があること、家庭や地域社会との連携を深め、学校内外を通じた生徒の生活の充実と活性化を図ることが大切であること等から、発達の段階の特徴を考慮して、個人生活や社会生活における健康課題に気づき、その課題解決に向けて自ら取り組み、健康な家庭や学校、そして社会づくりに貢献するための資質や能力の基礎を育成することが大切である。

保健教育で育てる資質や能力等

内容例	(1) 現代社会と健康 ア 健康の考え方 (7) 国民の健康水準と疾病構造の変化 (4) 健康の考え方と成り立ち (9) 健康に関する意志決定や行動選択 (1) 健康に関する環境づくり イ 健康の保持増進と疾病の予防 (7) 生活習慣病と日常の生活行動 (4) 喫煙、飲酒と健康 (9) 薬物乱用と健康 (1) 感染症とその予防 ウ 精神の健康 (7) 欲求と適応機制 (4) 心身の相関 (9) ストレスへの対処 (1) 自己実現 エ 交通安全 (7) 交通事故の現状 (4) 交通社会に必要な資質と責任 (9) 安全な社会づくり オ 応急手当 (7) 応急手当の意義 (4) 日常的な応急手当 (9) 心肺蘇生法	(2) 生涯を通じる健康 ア 生涯の各段階における健康 (7) 思春期と健康 (4) 結婚生活と健康 (9) 加齢と健康 イ 保健・医療制度及び地域の保健・医療機関 (7) 我が国の保健・医療制度 (4) 地域の保健・医療機関の活用 ウ 様々な保健活動や対策 (3) 社会生活と健康社会 ア 環境と健康 (7) 環境の汚染と健康 (4) 環境と健康にかかわる対策 イ 環境と食品の保健 (7) 環境保健にかかわる活動 (4) 食品保健にかかわる活動 (9) 健康の保持増進のための環境と食品の保健 ウ 労働と健康 (7) 労働災害と健康 (4) 働く人の健康の保持増進	(例) 男女相互の理解と協力、人間の尊重と男女の平等、異性交友の望ましい在り方、男女共同参画社会と自分の意識、心の健康や体力の向上に関すること、 口腔の衛生、生活習慣病とその予防、望ましい食習慣の確立など食育に関すること、運動・休養の効用と余暇の活用、喫煙、飲酒、薬物乱用などの害や対処方法に関すること、性情報への対応や性の逸脱行動に関すること、エイズや性感染症などの予防に関すること、ストレスへの対処と自己管理や規律ある習慣、生命の尊重に関すること、防犯を含めた生活安全や交通安全に関すること、種々の災害時の安全に関すること、環境整備に関すること、規律ある習慣に関すること	(例) 毎日の健康な生活とストレスのある社会等
	教科等	<保健体育> ・体育（体ほぐしの運動） ・保健	<特別活動> ・ホームルーム活動 (2) 適応と成長及び健康安全 エ 男女相互の理解と協力 ク 心身の健康と健全な生活態度や規律ある習慣の確立 ケ 生命の尊重と安全な生活態度や規律ある習慣の確立	<総合的な学習の時間> ・福祉や健康等

図 1-4 保健教育の内容の全体イメージ

2. 保健教育の内容

ここでは、指導すべき内容を明示している科目「保健」の項目に沿って、保健教育の内容を概観する。科目「保健」は、原則として入学年次及びその次の年次の2か年にわたり履修させることとなっており、指導すべき内容については、学年ごとに定めていない。また、総合的な学習の時間については、各学校が目標の実現のためにふさわしい内容を定めることとなっており、各教科等のように、どの学年で何を指導するのかという内容を学習指導要領に明示していない。学習課題の例としては、毎日の健康な生活とストレスのある社会といった福祉・健康等の横断的・総合的な課題が挙げられている。

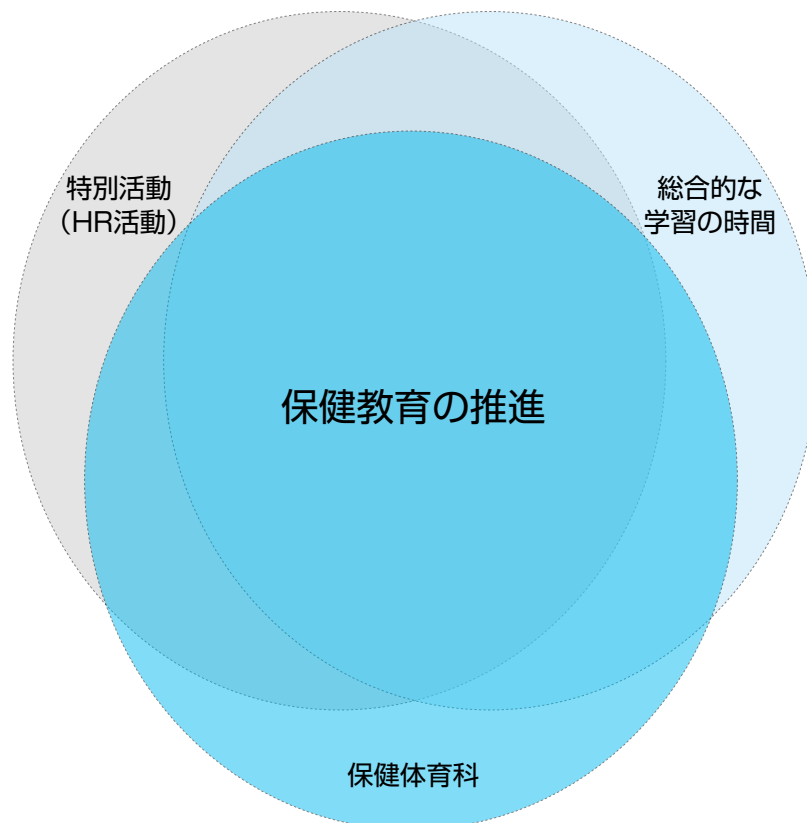


図 1-5 保健教育にかかわる内容例

(1) 現代社会と健康

科目「保健」では、我が国の疾病構造や社会の変化に対応して、健康の考え方も変化するとともに、様々な健康への対策、健康増進の在り方が求められており、健康を保持増進するためには、一人一人が健康に関して深い認識をもち、自らの健康を適切に管理すること及び環境を改善していくことが重要であること、また、個人の行動選択やそれを支える社会環境づくりなどが大切であるというヘルスプロモーションの考え方に基づいて現代社会の様々な健康問題に関して理解できるようにすることをねらいとしている。そのため、健康の考え方が変化してきていること、健康の保持増進には健康に関する個人の適切な意志決定や行動選択及び環境づくりがかかわること、生活習慣病の予防には調和のとれた生活を実践する必要があること、喫煙、飲酒、薬物乱用などは健康や社会に大きな影響を与えるので、個人や社会環境への対策が必要であること、感染症の発生や流行には時代や地域によって違いが見られ、それに対応した対策が必要であること、ストレスに適切に対処することや自己実現を図る努力が重要であること、交通事故を防止するには適切な行動や交通環境の整備などが必要であること、及び適切な応急手当により傷害や疾病の悪化を軽減できること等を示している。

特別活動におけるホームルーム活動では、いずれの学年でも取り扱う内容である「(2) 適応と成長及び健康安全」において、「ク心身の健康と健全な生活態度や規律ある習慣の確立」の中で、科目「保健」の「イ健康の保持増進と疾病の予防」に関連して、「^{こうくう}口腔の衛生」、「生活習慣病とその予防」、「望ましい食習慣の確立など食育に関すること」、「運動・休養の効用と余暇の活用」、「喫煙、飲酒、薬物乱用などの害や対処方法に関すること」、「エイズや性感染症などの予防に関すること」を、「ウ精神の健康」に関連して、「心の健康や体力の向上に関すること」、「ストレスへの対処と自己管理や規律ある習慣」をそれぞれ例示している。同様に、「ケ生命の尊重と安全な生活態度や規律ある習慣の確立」の中で、科目「保健」の「エ交通安全」に関連して、「生命の尊重に関すること」、「防犯を含めた生活安全や交通安全に関すること」、「種々の災害時の安全に関すること」、「環境整備に関すること」、「規律ある習慣に関すること」を、「オ応急手当」に関連して、「生命の尊重に関すること」をそれぞれ例示している。

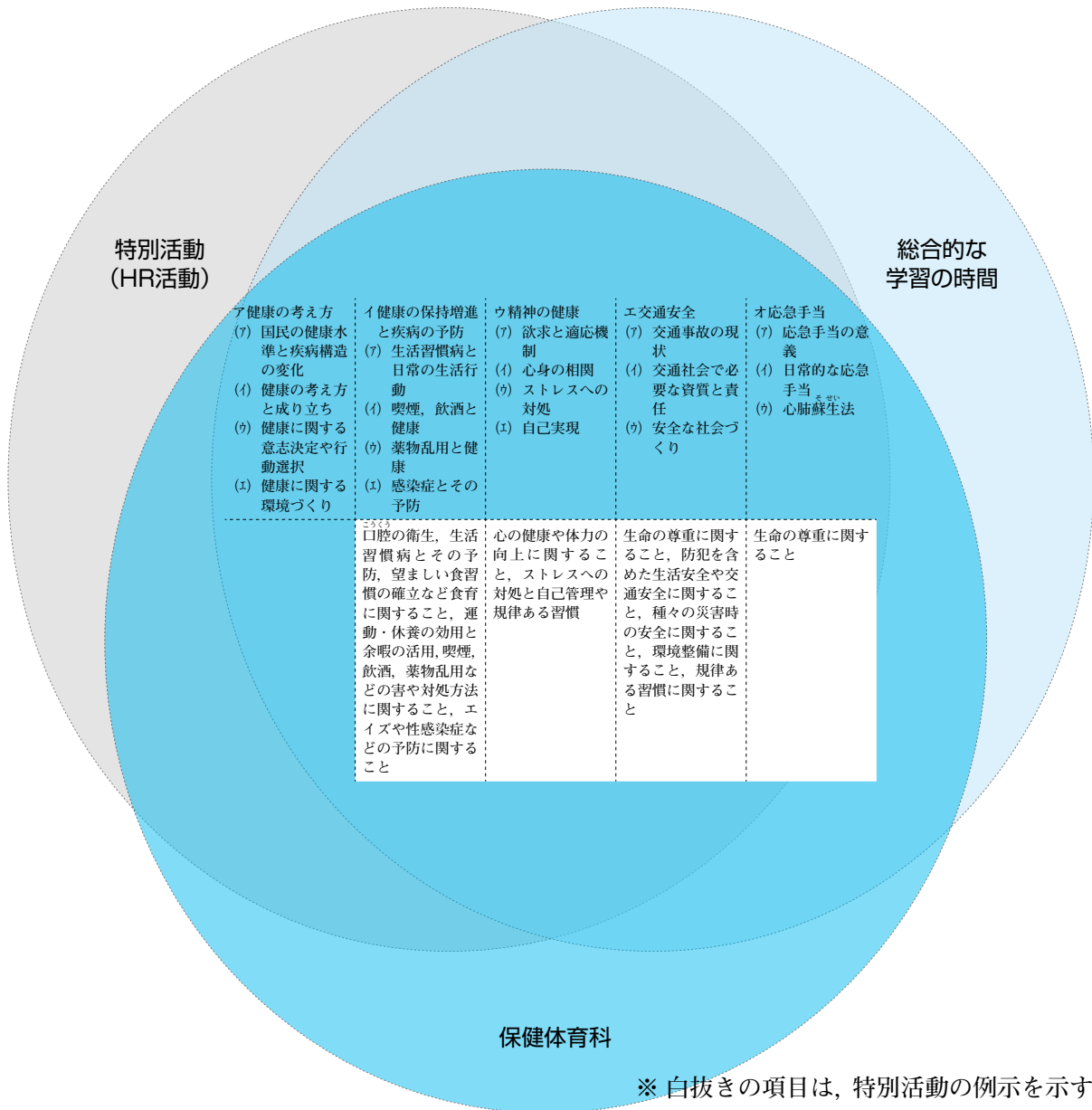


図 1-6 科目「保健」の現代社会と健康にかかわる内容例

(2) 生涯を通じる健康

科目「保健」では、生涯の各段階においては、健康にかかわる様々な課題があり、それに対応して、個人や社会に求められる能力や機能なども異なり、生涯にわたって健康に生きていくためには、生涯の各段階と健康とのかかわりを踏まえて、場面に応じた適切な意志決定や行動選択が不可欠であることを理解できるようにすること、また、すべての段階において、保健・医療制度などの社会的資源を適切に活用することは極めて重要であり、それらの仕組みや活用の仕方などに関して理解できるようにすることをねらいとしている。そのため、生涯の各段階における健康課題に応じた自己の健康管理及び環境づくりを行う必要があること、保健・医療の制度及び地域の保健・医療機関を適切に活用すること及び医薬品は有効性及び安全性が審査されており、正しく使用することが有効であること、我が国や世界では様々な保健活動や対策が行われていること等を示している。

特別活動におけるホームルーム活動では、いずれの学年でも取り扱う内容である「(2) 適応と成長及び健康安全」において、「エ男女相互の理解と協力」の中で、科目「保健」の「ア生涯の各段階における健康」に関連して、「男女相互の理解と協力」、「人間の尊重と男女の平等」、「異性交友の望ましい在り方」、「男女共同参画社会と自分の意識」を、「ク心身の健康と健全な生活態度や規律ある習慣の確立」の中で、科目「保健」の「ア生涯の各段階における健康」に関連して、「性情報への対応や性の逸脱行動に関すること」をそれぞれ例示している。

(3) 社会生活と健康

科目「保健」では、社会生活における健康の保持増進には、個人の力だけではなく、個人を取り巻く自然環境や社会の制度、活動などが深くかかわっており、すべての人が健康に生きていくには、環境と健康、環境と食品の保健、労働と健康にかかわる活動や対策の整備などに関して理解できるようにすることをねらいとしている。そのため、自然環境の汚染が社会生活における健康に影響を及ぼすこともあること、その防止には、汚染の防止及び改善の対策をとる必要があること、環境と食品を健康に適したものにすることや安全が確保できるように環境衛生活動や食品衛生活動が行われていること、労働における作業環境などの変化に起因する傷害や職業病などを踏まえた健康管理及び安全管理をすること等を示している。

特別活動におけるホームルーム活動では、科目「保健」の内容である社会生活と健康に関連して、特に例示していないが、キャリア教育等の視点から、特別活動と関連させることも考えられる。

3. 保健教育の指導と評価

(1) 指導する際の留意事項

科目「保健」の指導に当たっては、ホームルーム活動や学校行事などの特別活動及び総合的な学習の時間などにおいて、「保健」で身に付けた資質や能力を生かして課題解決などに取り組むことができるようにする必要がある。そのためには、「保健」の指導を進める過程で、健康に関する興味・関心や課題解決への意欲を高めるとともに、知識を活用する学習活動を重視して、思考力・判断力等を育成することが重要である。

また、ホームルーム活動は、具体的な活動のねらいに沿って展開される生徒の自主的、実践的な活動である。そのため、可能な限り生徒自らの発案、創意を大切にして、活動計画の作成や実践を進めていくことがホームルーム活動の特質である。このような特質を十分に生かし教育的な効果を高めるためには、それぞれのホームルームの実態に即した組織を設け、生徒一人一人が役割を分担し、活動計画を立てて責任をもって実践する機会を豊富に用意する必要がある。特に、「(2) 適応と成長及び健康安全」では、生徒の家庭での生活との関連が深く、家庭と連携・協力することによって、より効果的なホームルーム活動を展開していくことが可能となる。その際、保護者や家庭などの個人情報やプライバシーなどの問題に十分留意して指導計画を作成したりする必要がある。また、指導内容によっては、関係機関等の専門家などから話を聞くなど積極的に地域の人材を活用することは、望ましい工夫の例である。

さらに、科目「保健」、特別活動、総合的な学習の時間等、各時間で身に付けた資質や能力等は、各時間の特質に応じた役割を明確にした上で、相互に生かすことができる。例えば、特別活動では、指導内容の特質に応じて、教員の適切な指導の下に、生徒の自発的、自治的な活動を展開する中で、科目「保健」で学んだ知識を生かしたり、総合的な学習の時間では、問題の解決や探究活動の過程の中で科目「保健」で学んだ思考力や判断力等を生かしたりすることができる。

そうした様々な場面の中でも、健康安全・体育的行事は、学校全体が一丸となって展開する活動であり、保健教育を推進する大きな契機となる。健康安全・体育的行事は、健康を保持増進するためには、食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活をするのが重要であることを自覚し、生徒が自己の発育、発達や健康の状態などを知り、それらの結果に基づいて、実際の生活の中で自主的、自律的に健康で安全な生活を送る意欲や態度を育成するとともに、自他の生命の尊重を自覚し、心身の健康や安全を確保するための適正な判断や対処をする能力を培うことをねらいとしている。健康安全・体育的行事としては、健康診断、疾病予防、交通安全を含む安全指導、薬物乱用防止指導、非常災害の際に備えての避難訓練や防災訓練などが考えられる。例えば、健康診断を実施する場合には、健康診断や健康な生活のもつ意義、人間の生命の尊さ、異性の尊重、健康と環境との関連などについて、ホームルーム活動、生徒会活動及び各教科・科目などの内容との密接な関連を図り、健康・安全に関する指導の一環としてその充実を期することが重要である。その際、参加の心構えなどについて

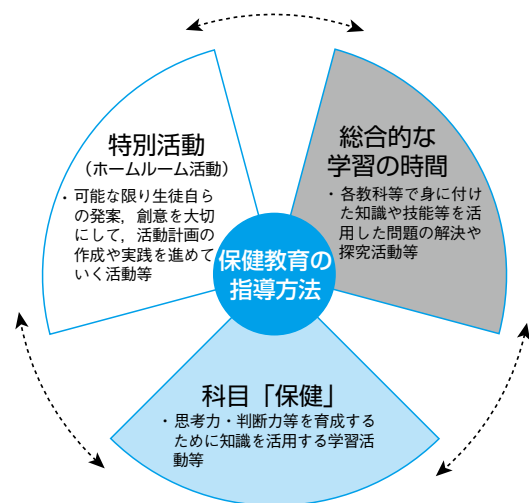


図 1-7 保健教育の指導のイメージ

て理解させ、関心をもたせるようにするとともに、事後においては、例えば、体に疾病などが発見された生徒の措置、事故や災害から自他の安全を守ることの意義などの指導について十分配慮することが大切である。

なお、生徒が心身の成長発達に関して適切に理解し、行動することができるようにする指導、すなわち、性に関する指導に当たっては、学習指導要領総則において、学校の教育活動全体で共通理解を図り、家庭の理解を得ることに配慮するとともに、関連する教科、特別活動等において、発達の段階を考慮して、指導することが重要であることを示している。それに伴い、科目「保健」において、「(2)生涯を通じる健康 ア生涯の各段階における健康 (7) 思春期と健康」についての指導に当たっては、発達の段階を踏まえること、学校全体で共通理解を図ること、保護者の理解を得ること等に配慮することが大切である。詳細については、58 ページから 59 ページを参照されたい。

(2) 指導方法の工夫

具体的な方法については、例えば、科目「保健」では、ディスカッション、ブレインストーミング、ロールプレイング（役割演技法）、心肺蘇生法そせいなどの実習や実験、課題学習等を示している。こうした方法は、特別活動や総合的な学習の時間等でも活用することができる。また、各時間の目標を踏まえて、ゲストティーチャーとして外部の専門家を招く等、学校内外の専門性を有する人材を活用することも有効である（表 1-2）。指導方法を選ぶ際には、該当する指導内容を理解できるようにするために最も効果的であるかを吟味するとともに、選んだ指導方法の効果を発揮させるために必要な時間配分が可能かを考慮すべきである。また、その指導方法を実際に用いる場面では、教員の意図を明確にした方向で生徒が活動できるように留意することが大切である。

表 1-2 保健教育で用いられる指導方法の例

指導方法	健康課題やその解決方法に関する具体的な活動	期待される資質や能力等の育成	内容例
ディスカッション等の事例を用いた活動	日常生活で起こりやすい場面を設定し、そのときの心理状態や対処の仕方等を考える	<ul style="list-style-type: none"> 思考力や判断力等の育成 知識の習得 	<ul style="list-style-type: none"> 交通安全 ストレスへの対処
ブレインストーミング	様々なアイデアや意見を出していく	<ul style="list-style-type: none"> 思考力や判断力等の育成 知識の習得 	<ul style="list-style-type: none"> 健康の考え方 自己実現
ロールプレイング（役割演技法）	健康課題に直面する場面を設定し、当事者の心理状態や対処の仕方等を疑似体験する	<ul style="list-style-type: none"> 思考力や判断力等の育成 知識の深まり 	<ul style="list-style-type: none"> 喫煙と健康 医療機関の活用
実習	実物等を用いて体を動かす	<ul style="list-style-type: none"> 思考力や判断力等の育成 知識の深まり 	<ul style="list-style-type: none"> 応急手当
実験	仮説を設定し、これを検証したり、解決したりする	<ul style="list-style-type: none"> 思考力や判断力等の育成 課題解決的な態度の育成 知識の深まり 	<ul style="list-style-type: none"> 食品の保健 環境と健康
課題学習	設定された課題に対して、生徒自ら調べるなどの自主的、主体的な活動を通じて、解決方法を導き出す	<ul style="list-style-type: none"> 思考力や判断力等の育成 課題解決的な態度の育成 知識の習得 	<ul style="list-style-type: none"> 労働災害と健康 保健・医療制度、飲酒、薬物乱用防止

(3) 評価の観点

生徒一人一人の資質や能力をより確かに育むようにするためには、学習指導要領に示す目標に照らしてその実現状況をみる評価を着実に実施し、一人一人の進歩の状況や教科の目標の実現状況を的確に把握し、学習指導の改善に生かすことが重要である。またそれとともに、学習指導要領に示す内容が確実に身に付いたかどうかの評価を行うことが重要である。そのため、各学校において設定された評価規準等の評価の観点により、生徒の学習状況を判断する際の目安を明確にし、評価の結果によって後の指導を改善し、さらに新しい指導の成果を再度評価するという、指導に生かす評価を充実させることが大切である。

保健体育科、総合的な学習の時間の各評価については、国立教育政策研究所が作成した「評価規準の作成、評価方法等の工夫改善のための参考資料」（高等学校，平成24年7月）を示している。

それによると、評価の観点は、学習指導要領を踏まえ、教科等の特性に応じて、保健体育科の科目「保健」（表1-3）において、「関心・意欲・態度」、「思考・判断」、「知識・理解」の三観点でそれぞれ示している。他方、総合的な学習の時間は、観点設定の考え方として、こうした「関心・意欲・態度」等の各教科の評価の観点との関連を明確にすることが大切である。これは、具体的な学習対象や学習事項に対して評価されることから、内容とのつながりが深いものである。このほかにも、観点設定の考え方として、学習指導要領に示した総合的な学習の時間の目標、ないしは、それを踏まえて各学校で定めた目標及び内容を踏まえること、学習指導要領に示した「学習方法に関すること」、「自分自身に関すること」、「他者や社会とのかかわりに関すること」等の視点に沿って各学校で定めた、育てようとする資質や能力及び態度を踏まえることも示している。

特別活動に関する指導の記録については、「小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校等における児童生徒の学習評価及び指導要録の改善等について（通知）」（平成22年5月11日）の中で、指導要録に記載する事項として、高等学校における特別活動において行った生徒の活動の状況について、主な事実及び所見を文章で記述し、所見については生徒の長所を取り上げるよう留意することが示されている。

表 1-3 保健体育科における評価の観点

観点	保健体育科	趣旨
関心・意欲・態度	関心・意欲・態度	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、運動の合理的、計画的な実践に主体的に取り組もうとする。また、個人生活及び社会生活における健康・安全について関心をもち、意欲的に学習に取り組もうとする。
思考・判断・表現	思考・判断	生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を日指して、自己や仲間の課題に応じた運動の取組方や健康の保持及び体力を高めるための運動の計画を工夫している。また、個人生活及び社会生活における健康・安全について、課題の解決を目指して考え、判断し、それらを表している。
技能	運動の技能	運動の合理的な実践を通して、運動の特性に応じた段階的な技能を身に付けている。
知識・理解	知識・理解	運動の合理的、計画的な実践に関する具体的な事項及び生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続するための理論について理解している。また、個人生活及び社会生活における健康・安全について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。

ゴシック体：科目「保健」