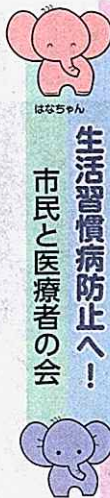


小象の「元気」で行こう



生活習慣病防止へ！
市民と医療者の会

文部科学省では、学校教育 するためです。幼稚園では2
法等に基づき、「学習指導要 019年、小学校では202
領」を示して、各学校で教育 0年、中学校では2021年
課程（カリキュラム）を編成 高等学校では2022年から
する際の基準を定めていま 完全実施となります。
す。全国どこでも、一定の水 図は文部科学省のホームペ
準の教育を受けられるよう に ージにあります。4羽の鳩は



学習指導要領の改訂

保健授業で重要な3本柱

幼稚園・小学校・中学校・高等学校において共有すること、
等学校を表します。
今回の改訂では、文部科学 社会において共有すること、
省が以下のような願いをもっ 子どもたちの実態を踏まえて
て実施します。『学校で学ん 教育の内容や時間を配分し
だことが、子どもたちの「生 物の資源の確保など創意工夫
きる力」となって、明日に、 メントをすること、学校等段 した。時代を先取りして、社会
そしてその先の人生につな 康課題の中に生活習慣の乱れ
がってほしい。これからの社 と、子ども一人一人の発達を ります。この問題の解決には、
会が、どんなに変化して予測 支える視点、さらに家庭や地 学校の中だけでなく多くの職

として発刊し、ともに千葉県 学校課題図書に選ばれまし
た。時代を先取りして、社会
す。さらに、「平成25年度体力
・運動能力調査」では、体力
論・栄養士、また学校医など
について食事や睡眠などの生
と連携して、(1)何を理解し
活習慣との関係も報告されま
てきているか・何ができるか(生
した。「平成27年度全国学力
・学習状況調査」では、生活
理解していること・できるこ
習慣の改善により、体力や学
とをどう使うか(未知の状況
力を上向きさせる可能性も示唆
にも対応できる「思考力・判
断力・表現力等の育成」、
断力・表現力等の育成)と
するとは、具体的には、保健
関わり、よりよい人生を送る
か(学びを人生や社会に生か
そうとする学びに向かう力・
人間性等)を育成すべき資質
能力の3本柱として、これか
らの保健や体育の授業をして
いくことが重要であると考え
ます。

困難になっても、自らの課 領域との連携・協働にポイント
題を見つけ自ら学び、自ら考 が置かれています。
え、判断して行動し、それぞ 小象の会では、これまで小
れに思い描く幸せを実現し 中学生に「あなたたちは素晴
てほしい。そして、明るい未 らしい心と身体を持って生ま
来を、共に創っていききたい。 れてきた」という講話を続け
2020年度から始まる新 ており、生きるうえで最も大
しい「学習指導要領」は、そ 切な自尊感情を呼び起こして
うした願いが込められていま きました。その内容を啓発童
話「未来マシーン」に「つなげ
学校のカリキュラムを広く と「はるかなる絆のバトン」
した。②は、家庭教育でやる
運動、食事、休養及び睡眠
の調和のとれた生活を実践
することによって予防できる
こと」

保健体育の教師が、養護教
育の教師が科学的に保健の
関わり、よりよい人生を送る
か(学びを人生や社会に生か
そうとする学びに向かう力・
人間性等)を育成すべき資質
能力の3本柱として、これか
らの保健や体育の授業をして
いくことが重要であると考え
ます。

中学校の保健分野、高等学
校の教科保健では、生活習
慣病について次のように指導
することが示されています。
『生活習慣病などは、運動
不足、食事の量や質の偏り、
休養や睡眠の不足などの生
活習慣の乱れが主な要因と
なっていること。また生活
習慣などの多くは、適切な
運動、食事、休養及び睡眠



(小象の会 理事・東京 女子体育大 学教授 高 柳佐土美)