

家庭教育力の強化を図る

## 家庭と学校が連携し、健やかな子どもを育てるPTA活動

—子どもたちの健康を支えるために—

常滑市立西浦北小学校PTA

### 1 はじめに

本校は、常滑市の中心部から南に位置し、校区は、西側には伊勢湾を臨む住宅地、東側は丘陵地に面しており、海と緑に囲まれた自然豊かな地域にある。

現在の校舎は、平成9年に樽水地区から現在の塩田地区へ移転されたもので、屋上には学校のシンボルである時計塔がある。また、運動場には旧校舎にもあったすもう場が地域からの熱意で設置され、毎年10月にすもう大会が開催されている。

現在は、児童数181名、学級数9（うち特別支援学級2）、PTA会員数137名の小規模校である。「よい子、つよい子、かしこい子」の校訓のもと、社会の変化に主体的に対応できる、バランスのとれた児童の育成に努めている。

### 2 研究への取組

#### (1) 研究のねらい

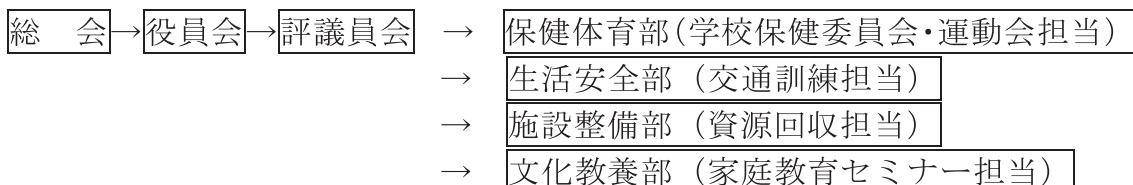
子どもたちの心身の健康を維持するためには、家庭だけ、学校だけの取り組みでは達成できない。家庭と学校が共通の課題を持ち、解決しようと協働して取り組むことが不可欠である。

そこで、学校とPTA評議員会が協力し、現在の児童が抱えている心と体の健康の問題に焦点を当て、学校保健委員会を計画することにした。

これまでは保健委員会の児童と養護教諭を中心に計画・実施をしてきた学校保健委員会であるが、PTA組織の「保健体育部」の関わりを強めて準備・運営を行っていくことにした。

#### (2) PTAの組織

以下は、西浦北小学校のPTA活動の組織図である。



【西浦北小学校の校舎】

### 3 実践活動の概要

#### (1) 学校保健委員会までの準備

##### ① 保護者アンケートの実施

令和2年度と令和3年度の学校保健委員会に向けて、保護者向けに家庭での児童の様子（心身の健康面）を調べるアンケートを行った。アンケート項目は、養護教諭とPTA保健体育部のメンバーで考えた。アンケートの結果、「ゲームの時間が長い」「睡眠時間が少ない」「ゲームのしすぎで視力が心配」「外で体を動かして遊ぶことが少ない」「スマートフォンで動画を見る時間が長い」「オンラインゲームを長時間している」等が保護者からの心配な声として挙げられた。

##### ② 児童へのアンケート

令和3年4月には、5・6年生を対象に、家庭でのメディア利用について5日間の調査を行った。内容は、自分専用のスマートフォンの所持について、平日と休日のメディア利用時間について、オンラインゲームの利用の有無と利用時間等である。

その結果、自分専用のスマートフォンの所持については、5年生は46.4%、6年生は36.8%がもっているという回答だった。

5日間合計のメディア利用時間が6時間以上の児童は、5年生が23.1%、6年生が64.9%だった。1日あたりの時間数では、休日が平日に比べて5・6年生ともに5%程度上がった。

オンラインゲームを利用している5年生は60%、6年生は68%だった。そのうち毎日オンラインゲームをしていると答えた児童は、5年生で20%、6年生では70.6%もいた。5日間のメディア利用合計時間が30時間以上の児童は、6年生で40名中4名、5年生で28名中1名だった。

上記二つのアンケート結果を受け、家庭における長時間メディア利用への対応と睡眠をはじめとする生活改善への取組を学校保健委員会のテーマとして取り上げることにした。

#### (2) 学校保健委員会の開催

##### ① 令和2年度 第1回学校保健委員会（令和2年12月3日実施）

##### ○ テーマ「メディアコントロールで元気アップ！！」

\* 4・5・6年生が参加

はじめに保健委員の児童から「メディアとは、テレビ・DVD・パソコン・タブレット・ゲーム・スマートフォンなどのことである」など、絵を提示して説明を行った。なお、この絵やプラカードは、PTA保健安全部で作成したものである。



【保健委員の発表の様子】

続いて、「メディアは便利なこともたくさんある反面、時間を忘れてのめり込んでしまう怖さがある」ことについて、以前テレビで放送された番組の動画を視聴した。

その後、専門家が勧めるメディア利用の時間とゲームの時間について、クイズ形式で考えた。そこでメディアの利用について

は、1日2時間が目安、ゲームは1日30分ということが伝えられると、児童からは「たったの30分！」と驚きの声が上がった。

ゲームをすることで体へ現れる影響としては、目が悪くなる、イライラする、勉強が後回しになる、体力が低下する、脳が興奮して眠れなくなる、頭痛、肩こり、依存症になりやすいなどが、文部科学省作成の映像から分かりやすく伝えられた。

事後、すべての保護者に学校保健委員会の内容を保健だよりで伝え、家庭での取組にも留意してもらうようにした。

## ② 令和3年度 第1回学校保健委員会（令和3年7月1日実施）

### ○ テーマ「すいみんパワーで元気になろう！」

\* 4・5・6年生が参加

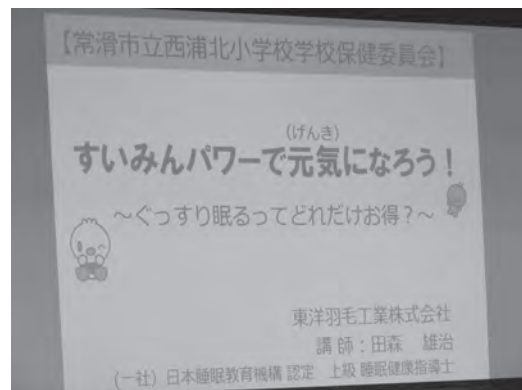
今年度の第1回学校保健委員会では、上級睡眠指導士の方を講師に迎え、「睡眠の大切さ」をテーマに実施した。はじめに、実態調査アンケートの結果を保健委員会の児童が劇で発表し、問題提起を行った。学校や家庭での様子を描いた現状に近い劇で、児童の熱演に笑いも起きる楽しい発表だった。

講師の先生からは睡眠や朝ご飯についてのクイズが出され、子どもたちは自然に自身の睡眠や朝ご飯について振り返ることができた。楽しい雰囲気の中、睡眠や朝ご飯について知ることができた。ほとんどの児童が、熱心にメモを取りながら学ぶ姿が見られた。

会の後には、「今夜から早く寝たい」「自分の生活を改めて見直すことができた」「朝ご飯を食べる意味がわかって、これからも毎朝、きっちり食べようと思った」「イライラすることと睡眠が関係していることがわかった」「朝日を浴びるといいと言われていたので、やってみようと思った」などという児童たちの感想が挙げられた。



【保健委員会からのクイズ】



【睡眠パワーで元気になろう】

当日はPTA保健安全部からはたらきかけもあり、多くの保護者の参加が見られた。参加した保護者からは、「睡眠の大切さや必要性がわかった」「科学的な説明があり難しいかな？と思ったが、子どもにも分かりやすく大変ためになるお話でした」「よく眠ることができるストレッチ体操、早寝よりも早起きの方が生活リズムを作る上で大切だという話がためになった」次回もこのようなお話を聞くことができるなら、参加したい」という感想が寄せられた。

会の内容や児童・保護者の感想の一部は、保健だよりですべての保護者に伝えた。

### (3) 学校保健委員会を終えて

保護者アンケートを取り入れたり、準備・運営にPTA保健安全部が今まで以上に関わることで、学校保健委員会に対する保護者の関心が高まったと感じた。また、児童や保護者のニーズに合ったテーマを設定したことも、関心が高まった一因だと思われる。保護者には児童の現状を知ってもらうことができ、今後の子どもたちの生活に生かしていきたいことを共通認識することもできた。

コロナウイルスの脅威が大きな社会問題になっている現状からも、自分や他者を守る点からも、子どもも大人も心と体の健康についての知識がますます必要になってくる。2学期に行われる第2回学校保健委員会では、あいち健康プラザの出前講座で、「元気な体・心でいるために～メディアの使い方を考えよう～」をテーマに行うことが決定している。会の準備や運営にPTAとしてできるだけ協力し、児童や保護者の意識向上に少しでも役立つようにしたい。



【保健委員の発表の様子】

## 4 おわりに

本校のPTA活動は、地域の方の協力とPTA評議員の意欲的な活動により進められてきた。コロナウイルス感染症対応の影響でPTA活動や学校行事にさまざまな制約が生じる状況の中、今回、PTA保健安全部を中心にPTA評議員会が学校保健委員会の準備・運営に協力できたことは幸いであった。家庭と学校が共通の問題に向かって、一緒になって子どもの心身の健康を意識し、考えるととてもよい機会になった。

これは、学校保健委員会だけの取組ではなく、さまざまなPTA活動にも良い影響を与えるように思う。今後も学校と保護者、地域との連携を深めながらPTA活動を進めていきたい。