

群 教 セ	G03 - 02
	平25.251集
	高・体

# 日常生活に知識を活用できる保健授業の工夫

— 学び合い活動を通して —

特別研修員 黒巖 賢

## I 主題設定の理由

高等学校における保健の授業では、講義形式による教員からの一方的な授業展開となる傾向があり「思考力・判断力・表現力」の育成という面に乏しい。そのような実態に対して、県立学校教育指導の重点にも「一方的な講義や抽象的な説明等に終始することなく思考・判断・表現の過程を重視した指導を心掛けるとともに、言語活動や体験活動等を充実させる」とある。

そこで、保健の領域では日常生活に身近な内容を学ぶことができるため、実際の生活に活かせる知識を習得し、その知識を活用できるように「学び合い」活動を行うことで「思考力・判断力・表現力」の向上につながると考え、本主題を設定した。

## II 研究内容

### 1 研究構想図

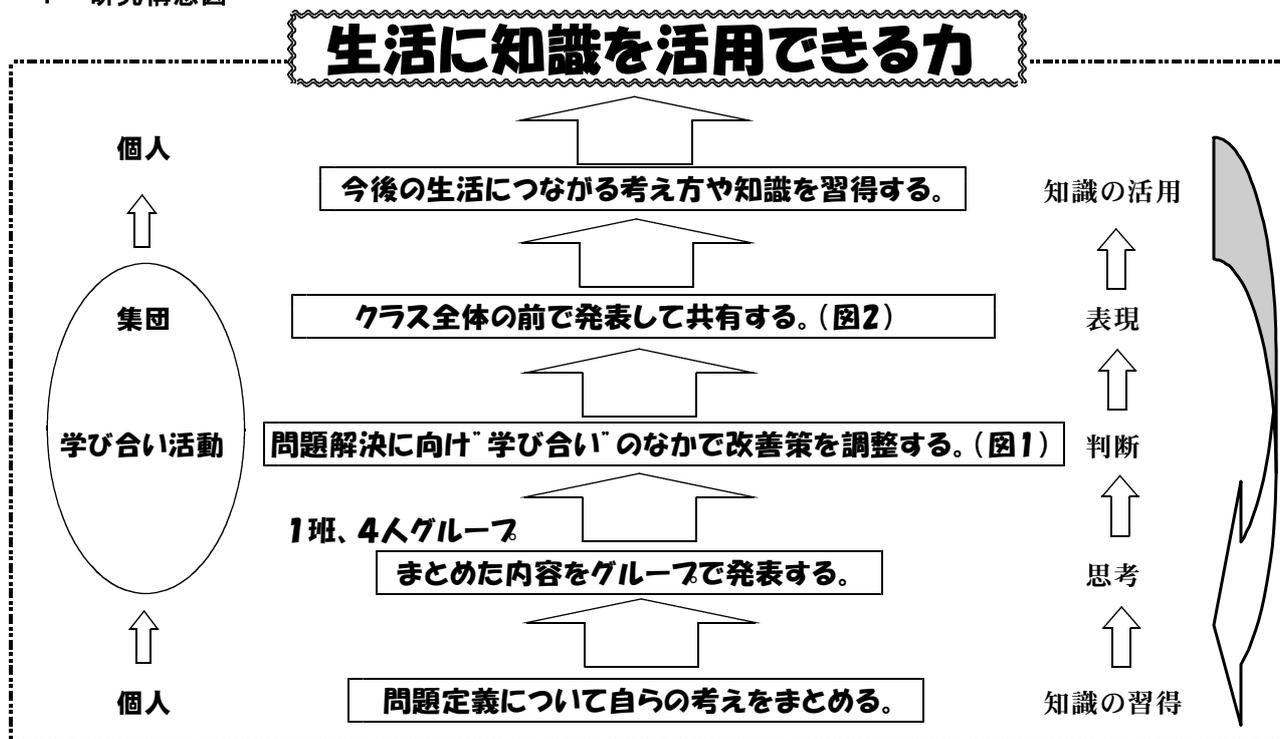


図 1 学び合い



図 2 全体の前での発表

## 2 授業改善に向けた手だて

単元「妊娠・出産と健康」（第2学年・1学期）において、妊娠中の健康管理について妊婦の立場と周囲の立場でどのような点に気を付けなければならないか、自らの考えをまとめグループで話し合う活動を以下の点に留意して実践を試みた。

— 実践1における研究上の手だて —

- 自分の考えをまとめ、グループで話し合う時お互いの意見のよいところを調整する。
  - ・ 妊婦の立場としては、経験がないので現時点でもっている知識を膨らませてまとめさせる。
  - ・ 周囲の立場としては、家族や知り合いなどの妊婦に対する気遣いや対応をまとめさせる。
  - ・ グループでの話し合いでは、他者の意見から新しい考え方などに気付き改善策を与える。

近い将来、妊娠を経験する世代において、正しい知識を習得しておくことはとても大切なことである。妊婦として胎児を守るために何ができるのか。妊婦に対して周囲の者は何ができるのかという身近な課題についての話し合いであれば、意見交換が比較的容易にできると考えた。しかし、妊娠については、生徒自身が経験していないため一般的な浅い意見の解答が多く、グループでの話し合いでは新しい知識に気付くような意見は少なかった。また、周囲の意見に流されやすく自らの考えをすぐに変えてしまう生徒がいたことが課題となった。

そこで、実践2の単元「健康で安全な社会づくり」（第2学年・2学期）では、問題提起をより身近な事柄にして全員の意見を出しやすいように手だてを改善した。

— 実践2における研究上の手だて —

- 話し合いの中で、何かよい点と問題点を挙げさせながらお互いに改善策の調整をおこなう。
  - ・ 意見に班員全員がよい点と問題点を挙げ、課題に対しては全員で意見交換をおこなう。
  - ・ 他者の意見に対しては、否定から入るのではなく、よい点を指摘するように心掛ける。

すべての人が暮らしやすい環境づくりをするために、日常生活の障壁（バリア）は何か。9カ所の身近な施設を提示したことにより自らの知識を多いに活用することができた。また、すり合わせの段階でもそれぞれの障壁（バリア）に対する改善策についてお互いに意見を交換し、良い点を見付けながら改善策を見付け出そうとする様子が見えた。

## Ⅲ 研究のまとめ

### 1 成果

- 今までに得た知識を学び合いで活用することで、自分自身も再確認することができた。また自分の知らない新しい知識や、現時点でもっている知識をさらに広げることができた。
- 学び合いの中でお互いの意見を折り合いを付けて調整することや自らの考え、意見を相手に伝えることで、自己主張や他者の考えを受け入れる力などのコミュニケーション能力を向上させることができた。
- 人と話をする時に、相手の考えや意見のよいところを見付けることは、コミュニケーションする上で必要であることを理解することができた。

### 2 課題

- 学び合いを行う時に、特定の少数の意見に偏った調整にならないように、班の中での役割分担や班編成での工夫が必要である。
- お互いに話し合いをする際に、習得した知識を活用する機会を設け、新しい知識や改善点に気付かせることが必要であると感じた。

### 3 知識をさらに活用できるような授業に向けて

- 自らの知識が本当に正しいかどうかは判断しづらい。一人の固執した考え方だけではなく多くに人の考えや意見を取り入れ、気付くことにより更なる改善策や正しい知識を習得することへつなげる授業の工夫が必要である。

## IV 実践及び改善の実際

### 実践 1

#### 1 単元名 「妊娠・出産と健康」(第2学年・1学期)

#### 2 本単元及び本時について

私たちはいずれ、新しい生命が誕生する受精・妊娠・出産という一連の過程にかかわる可能性をもっている。特に女性の場合は、体内で胎児を育て妊娠を経て出産をするという体験は、精神的身体的ともに非常に負担のかかる体験でもある。

本単元では、妊娠・出産にかかわる妊婦の心身の健康問題や正しい生活行動についての問題をどのように防止していけばよいか、また、妊娠した人への周囲の人々がどのようにかかわりがもてるか。そして、その過程での行政サービスや支援活動の利用について学ぶことが目的である。

#### 3 授業の実際

本時は、人生において妊娠・出産が、とても大きなライフイベントであることを理解させ、妊婦の心身の健康問題について考えるとともに家族や周りの人々ができる支援は何があるかを考え、自らの考えをまとめ、グループで話し合いを行う。

まずは、性周期(図3) 排卵・受精(図4)・妊娠・出産という一連の過程を説明をするとともに出産のストレス(図5) や産後にかかわる行政サービス(図6)を説明する。

[課題]各段階で妊婦が精神的・身体的にどのような健康問題が生じるか。また、妊婦の周囲の人々がどのような支援ができるか、それを解消するためにはどのようなことが必要であるか。

上記の課題について、自らの考えをまとめ、グループでの話し合いで折り合いを付けて調整を行い、改善策を考える。



図3 女性の性周期の説明

- ・排卵日、低体温期、高体温期
  - ・卵胞ホルモン(エストロゲン)
  - ・黄体ホルモン(プロゲステロン)
- それぞれ分泌する時期やそれにとりなう精神状態。

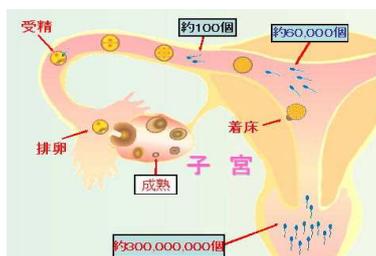


図4 排卵から受精、着床の説明

- ・卵巣、卵管、子宮など女性の生殖器
- ・着床した受精卵が成長して母体の胎盤から胎児のへその緒へと栄養分や酸素を供給する。



図5 出産後の精神の不安定

- ・出産・育児による重圧
- ・ホルモンバランスの変化
- ・育児によるストレス

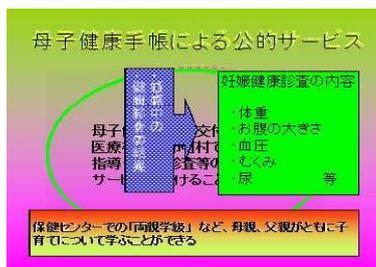


図6 妊娠・出産に関わる行政サービス

- ・妊娠届、母子健康手帳、出生届
- ・健康診査、保健指導、両親学級

グループで学び合い（調整）の様子 [妊婦編]

- T：まず、妊婦が気を付ける点として精神的な面、身体的な面で何があるか話合ってみましょう。
- S①：歩くときに転がらないようにヒールやサンダルは履かないようにする。
- S②：でも、底の低いサンダルなら履きやすいし大丈夫じゃないかな。
- S①：そうだね。それなら大丈夫かな。
- S④：私、膝の手術した時、患者は靴を履くように指示されたよ。サンダルの裏側は、滑りやすくなっているので靴を履くように助言された。
- S③：妊娠中は、栄養のある食べ物を摂取した方がいいよね。
- S④：栄養のある物って何かな？
- S①：肉とか魚でしょう。
- S④：栄養バランスのよい食べ物を摂取することだよ。
- T：家庭科で習った栄養素について思い出して、どのような食事がバランスが良いか、また、どの食材にどんな栄養があるか考えて摂取することが大切だね。
- S②：タバコは吸わない。お酒は飲まない。
- S③：それと薬も飲んではいけないよね。
- T：妊娠したときには、胎児にどんな影響を与えるか知っておかなければならないことが多いね。
- S④：ストレスを溜めないように気分転換（カラオケや買い物）した方がいいよね。
- S①：そうだね。絶対必要だね。

このように、お互いの意見の折り合いを付けているときに、あまり進展しない班には、中に入って助言したり話しやすいような話題を投げかけて、お互いに話合いができるような環境づくりをすることを心掛けた。

グループで学び合い（調整）の様子 [周囲の支援編]

- T：次は、周囲の家族や夫が妊婦に対してどのような支援ができるか話合ってみましょう。
- S②：重たい荷物は、持ってあげる。
- S④：重たなくても持つべきだよ。
- S③：確かに買い物に行って妊婦に重い荷物を持たせ、夫が手ぶらで一緒に歩いていたらちょっと優しさがいいよね！
- S①：精神的なストレスはどうしたら溜まらないのかな？
- S③：ストレスを溜めないように周囲にいる人が、話を聞いてあげることが大切だと思う。
- S②：一緒にいてあげるだけでいいんじゃない。
- S③：人によって何が気分転換になるか分からないので、妊婦のわがままを聞くというのではなく、少しでもストレス解消になるように接することが大切だよ！
- S④：やっぱりすべてにおいて、優しく接することが必要だね。

以上のように、今までの生活の中で得た知識を話し合うことで知らなかったことや思っていたけれど口にはしていなかったことなどを再確認でき、これからの妊娠・出産に向けて正しい知識を身に付けさせることをまとめとした。

#### 4 考察

- 知識を活用するという点では、周囲の支援について多く意見が出たが、逆に妊婦の立場では、経験がないため知識が浅く、新しい知識の習得という点で課題が見えた。
- 自由に話合いをさせてしまうと自己主張の強い生徒の意見に偏ってしまうので、全員が意見交換ができる工夫が必要である。
- 問題定義について内容があまりにも簡単すぎたり、難しすぎたりすると話合いが進展しないので知識を活用でき意見を出しやすい設定をすることが必要である。

## 実践 2

### 1 単元名 健康で安全な社会づくり

### 2 本単元及び本時について

わが国では、高齢化社会が急速に進んでいる。高齢化社会が抱えている問題は、社会、経済、政治など全般にわたり、様々な変化をもたらしている。具体的には、老人医療、年金問題、定年退職や再就職という雇用問題、老人施設など幅広い問題が多くある。

本単元では、高齢者や障害を抱える人々が保健と医療だけではなく、すべての人が健康で安全に暮らすために必要な制度と環境づくりについて考えさせ、これからの健康・安全づくりの担い手として積極的に活動できる態度を養うことが目的である。

### 3 授業の実際

本時は、全ての人々が暮らしやすい環境づくりをするために日常生活のなかにある障壁を取り除いて皆が平等、同等に生活が送れるようにするためにはどうしたらよいかを考え、自らの考えをまとめグループで話し合いを行う。

まずは、9箇所の施設を提示し、その施設の障壁は何かを考え、障壁を解消する方法を見付ける。

〔課題〕 日常生活のなかでの障壁を取り除き、障壁を解消するために必要な工夫をする。

まず、自らの考えをまとめ四人グループの中で必ず一人1項目以上、障壁を解消する方法を出してそれについて話し合いにより改善できるように調整する。バリアフリーの考え方とユニバーサルデザインの違い（図7）や介護保険制度の内容（図8、9）についても理解する。

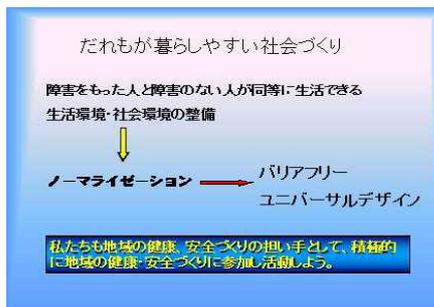


図7 バリアフリーとユニバーサルデザインの違い

- ・高齢者や障害者が対象（バリアフリー）
- ・すべての人に使いやすいデザイン（ユニバーサルデザイン）
- ・ノーマライゼーションの考え方。（福祉の理念）

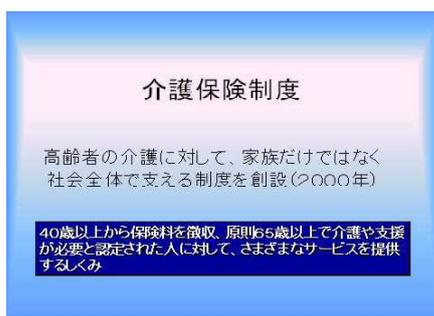


図8 介護保険制度

- ・介護保険制度のしくみ
- ・介護保険制度の仕組み

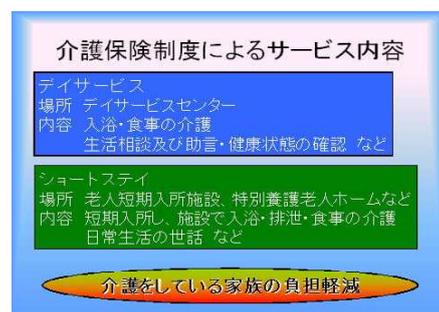


図9 介護保険制度の内容

- ・実際に受けられるサービス
- ・家族の負担軽減

表1 9箇所の障壁

1. 公園	2. 駅構内	3. 点字ブロック（図10）
4. 横断歩道（図11）	5. 駐車場（図12）	6. 自動販売機
7. レストラン	8. バス（公共交通機関）	9. 多目的トイレ&ルーム



図10 点字ブロック



図11 横断歩道



図12 駐車場

グループでの学び合いの様子

T : 9箇所の障壁（バリア）があります。それぞれ障壁（バリア）は何か、解消アイテムを考えたことを班で話し合ってみましょう。

S① : 交通量の多い交差点では、歩行者用の信号機が絶対に必要だね。

S② : 確かに必要だね。そういえば、音声で案内してくれる信号機があるよね。あれって、音声の違いで横断できる方向が決まっているらしいよ。

S③ : 聞いたことある。主道路・従道路横断用や東西・南北などで音声に分かれているんだよね。

S② : 信号機も分かりづらい所もあるから歩道橋を設置したらどうだろう？

S④ : 車による事故は避けられるけど、階段が障壁だよ。スロープにしたら大丈夫だけど。逆に危ないような気がする。

S③ : あと、自転車など車両が進入してきたら危険だね。

S① : 歩道橋と信号機のある横断歩道では、どちらが使用されるかといえば、間違いなく近道になる横断歩道を選択するでしょう。

S② : そうだね。間違いないね。

S① : では、班のまとめとしては、安全で誰もが使いやすいように信号機の整備と歩道を確保することが必要ということにしよう。

以上のように、生徒に問題提起をしグループで話し合いをおこなうことにより何気なく生活をしている環境の中で、どこが障壁（バリア）でどこに使いやすい工夫がされていて、誰が優先的に使用するべきなのかを気付かせ、再確認し、正しい知識を認識させることをまとめとした。

#### 4 考察

- 互いの意見や考えをグループ内で話し合うことで、より良い改善策や考え方、知識を習得しようとする意識が出てくるようになった。
- 意見をまとめて互いに出し合うことで、個々がしっかりとした明確な考えをもつようになり人前での発表も自信をもてるようになった。
- 暮らしやすい環境づくりという点で、比較的話しやすく生活の中で身近な知識もあるので活発的に意見交換をすることができた。しかし、実現には難しい解消アイテムや現状では、全ての施設に配置するには困難な解消アイテムも話し合いで出てきたので、それを解消するアイテムまで話し合うことを次の課題としたい。
- 高校生が習得している知識の活用だけでは限界があり、内容が薄くなってしまいう項目もあるので、事前に調べ学習などを設定してから学び合いができるように工夫をすることが必要であった。