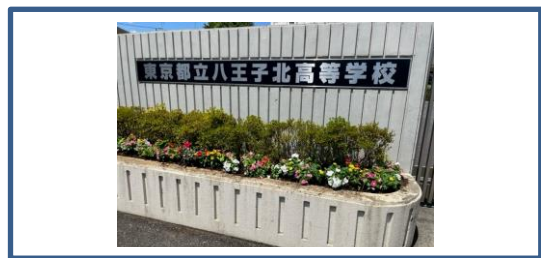


都立八王子北高等学校

【校長】 渡邊 幸盛
【生徒数】 589名
【学級数】 15学級



【実態・目標】

- スマホで動画視聴やSNSでの友人とのやりとりで夜更かしをして、朝遅刻する生徒が減らない。朝食を取らない生徒が多い。
⇒ 食事の大切さや、食事とからだの関係について理解する。
- 運動や体育が得意、好きな生徒よりもむしろ運動や体育が不得意、苦手な生徒が多い。将来の自分の健康増進や健康維持への意識は低い。
⇒ 現在の生活習慣が今後の健康にどのように結びつくかを考えると同時に、適度な運動の大切さを理解する。

目標

- ・自らの健康への意識を高め、生涯健康を保持増進できる資質能力の育成
- ・こころとからだの成長期にある高校生のライフプランの作成

【課題・改善】

- 学んだ知識を生かし、一人一人が自らの健康ライフプランを作成することには、まだ課題が残った。また、適度な運動の大切さは理解できたが、生涯スポーツの重要性を理解するまでには至らなかった。
⇒ 【今後の取組】
- 学校全体で生涯の健康教育及び性教育の充実を図る。
- 専門医派遣事業の活用や外部機関と連携して定期的に講演会を実施する。
- 体育の授業や部活動を通じて、生涯スポーツの重要性を理解する機会を確保する。

【取組】

- 保健の授業における主体的な学び
⇒ (1) 生徒が主体的に生涯の健康について考えるきっかけをつくる。(2) 自己の健康管理、健康維持のためには、適度な運動が大切ということを理解するとともに、生涯スポーツの重要性を理解する。(3) 衣食住の重要性を学び、自分自身の健康ライフプランを作成する。
- 教員の指導力を向上させるために、性教育指導セミナー及び全国性教育研究大会への参加・校内研修の実施 ⇒ 教員の指導力向上
- 産婦人科医を招へいした公開授業の実施
⇒ (1) プレコンセプションケアの理解を深める。(2) 若い世代の男女がより健康になることで、より健康的な妊娠・出産の機会を増やし、次世代の子どもをより健康にする。(3) 生徒の性に関する正しい知識を習得する。

【成果】

- 生徒の意識に関する成果
産婦人科医を招へいした公開授業を受けた生徒の事後アンケートの「本日の授業の内容は、分かりやすかったですか。」「本日の授業の内容は、今後、役に立つと思いますか。」の質問に対して、85%の生徒が「とてもそう思う」「そう思う」と肯定的な回答をした。
- 生徒の態度に関する成果
食事や適度の運動の大切さを考えるようになり、自分の生涯の健康を考える生徒が以前に比べて増えた。
- その他(教員の授業改善など)
性教育に関するセミナー及び全国研究大会へ参加した教員が校内研修で内容を還元したり、産婦人科医を招へいした授業に多くの先生が参加したりすることにより、教員全体の性教育に取り組む意識が向上した。

【取組(詳細)】

○保健の授業における主体的な学び

- (1) 生涯の健康の大切さを考える生徒用リーフレット～人生100年時代を健康に生きるために～を活用した授業
- (2) 対象…第2学年全クラス
- (3) 内容①人生100年時代を迎え、心と身体の成長期にある高校生が将来かかるリスクのある病気(感染症、生活習慣病、がん、精神疾患他)を理解し、その予防対策や健康に関する知識を習得する。②自己の健康管理、健康維持のためには、適度な運動の大切さを理解するとともに、生涯スポーツの重要性を理解する。③衣食住の重要性を学び、自分自身の健康ライフプランを作成する。



リーフレットを利用した保健の授業

○教員の指導力を向上させるために性教育指導セミナー及び全国性教育研究大会への参加・校内研修の実施

- (1) 日本産婦人科医会主催第45回性教育指導セミナー全国大会 in しずおか(7月30日) メインテーマ「多様性に寄り添った性教育」
- (2) 全国性教育研究団体連絡協議会第51回全国性教育研究大会 in 熊本(8月4日、5日) 基本テーマ「様々な性の課題を賢明に乗り越え、豊かに生きていくための性教育」

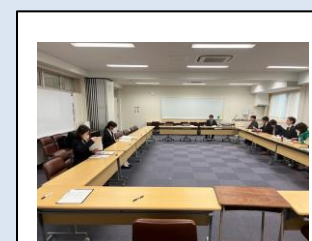
○産婦人科医を招へいした公開授業の実施

- (1) 日時 令和5年12月13日(水)
- (2) 対象 第2学年全生徒194名(男子98名、女子96名)
- (3) 授業者…長岡美樹医師
(宮益坂メリーレディースクリニック院長)

- 研究主題…こころとからだの成長期にある高校生のライフプランの作成
- 生徒の感想
 - ・生理がコントロールできることが分かったし、男子が生理痛のつらさを一緒に聞いてもらえて良かった。
 - ・産婦人科の先生が相談に乗ってくれることが分かり、今度行ってみようと思った。
 - ・今まで一人で悩んでいた事がスッキリしました。とても良い機会でした。
 - ・子宮頸がんワクチン接種は必要だということが分かった。接種を検討してみます。
 - ・女子のからだの事は良く分からないけど、生理痛のつらさは少しは理解できた。
- 研究協議会での感想・意見など
 - ・テンポの良い先生のお話しで大変興味深い話しでした。参加して良かったです。(教員)
 - ・「37歳までに子どもを産みきって。」という言葉が印象的でした。(教員)



産婦人科医による公開授業



研究協議会の様子