



埼玉県マスコット
「コバトン」「さいたまっち」

令和8年度

埼玉県学校健康教育推進研修会

期 日 令和8年7月31日(金)
会 場 埼玉県県民健康センター

埼玉県教育委員会 埼玉県学校保健会

目 次

開催要項	2
班別研究協議内容・役員等一覧	5
各分科会資料	
◇健康教育Ⅰ（指導法）	6
◇健康教育Ⅱ（保健管理等）	13
アンケート（編集用リンク）	18

令和 8 年度埼玉県学校健康教育推進研修会開催要項

1 趣 旨

埼玉県の健康教育を推進するため、健康教育に関する課題について研究協議等を行い、教職員等の資質の向上と学校健康教育の充実を図る。

2 主 催 埼玉県教育委員会 埼玉県学校保健会

3 期 日 令和 8 年 7 月 3 1 日（金） 午後 2 時 0 0 分から 4 時 3 0 分 （受付 午後 1 時 4 5 分から）

4 会 場 県民健康センター

班	分 科 会	班 別 会 場
1 班	健康教育Ⅰ（指導法）	大会議室 B
2 班	健康教育Ⅱ（保健管理等）	大会議室 C

5 日 程

13:45 14:00 14:15 16:25 16:30

受付 (各会場)	開会 行事	実践発表・研究協議・指導助言 (グループワーク・実習等)	閉会
-------------	----------	---------------------------------	----

6 参加対象

- (1) 公立小・中学校、義務教育学校、高等学校及び特別支援学校の教職員等
※保健主事・養護教諭だけでなく、体育・保健体育担当者、栄養教諭、学校栄養職員・主幹教諭の参加も配慮する。
- (2) 学校医、学校歯科医、学校薬剤師等学校保健関係者

7 資料

- (1) 研修会資料は、7 月 2 7 日（月）～7 月 3 1 日（金）まで、以下のサイトに掲載予定です。各自でダウンロードし、ご準備ください。

<https://www.pref.saitama.lg.jp/f2211/kenshushiryou.html>

（埼玉県ホームページ＞健康・福祉＞健康＞学校保健に関すること＞各種研修会の配布資料）

- (2) 令和 8 年度「学校健康教育必携」を各自でダウンロードし、ご準備ください。

<https://www.pref.saitama.lg.jp/f2211/kennkoukyouikuhikkei.html>

- (3) 1班「健康教育Ⅰ」の出席者は、「保健教育指導参考資料 なるほど！保健の授業づくりー令和4年度発行ー」を各自持参してください。
(各校1冊配付済み。県ホームページからダウンロード可。)



- (4) 2班「健康教育Ⅱ」の出席者は、各学校で取り組んでいる個別指導に関する資料（会議資料や配布資料等）についてグループ協議用に1部持参してください。また、可能な場合は、事務局へ提供用にもう1部ご持参ください。※個人情報に掲載されている場合には削除する等ご留意願います。

【例】重度の食物アレルギーがある児童への個別対応
肥満傾向にある児童生徒への個別指導

8 分科会研究テーマ・研究協議等の内容

班	分 科 会	研 究 協 議 等 の 内 容	定員
1	健康教育Ⅰ (指導法)	○心身の健康を保持増進するための 資質・能力の育成を目指した保健教育の実践 ・講師（実践発表） 県立三郷高等学校 教諭 佐々木 智子 氏 ・具体的な指導方法の演習及び協議 ・指導助言 県教育局県立学校部保健体育課指導主事 佐野 秀行	60
2	健康教育Ⅱ (保健管理等)	○健康課題を抱える児童生徒への個別指導の在り方 ～未定～ ・講師（講義・実践発表） 深谷市立幡羅中学校 栄養教諭 向井 未来実 氏 ・演習及び協議 ・指導助言 県教育局県立学校部保健体育課指導主事 三浦 大介	60

9 司会及び記録者依頼一覧

班	分 科 会	地区保健会	依 頼 者 数
1班	健康教育Ⅰ（指導法）	埼葛北部	司会・記録各1名
2班	健康教育Ⅱ（保健管理等）	戸田市	司会・記録各1名

※R8は2分科会での実施のため、3分科会の分担はなしとしています。

今後につきましては、今年度の実施状況を踏まえ研修の進め方を検討します。

10 参加人数及び申込み方法

(1) 各地区からの推薦等

班	分 科 会	参加人数
1	健康教育Ⅰ（指導法）	分科会ごとに各地区教職員等2名まで
2	健康教育Ⅱ（保健管理等）	

※地区数28（4地区高等学校等含む）

※各地区少なくとも1名は参加いただき、研修内容を地区で共有していただくようお願いいたします。

(2) 希望者

(1)の申し込み後、各分科会の定員数を上限に追加募集を行います。

ア 申込み期間

令和8年7月6日（月）9時 ～ 7月17日（金）15時

イ 申込み方法

Formsによる事前申し込み



11 その他

- ・公共交通機関をご利用ください（県庁内駐車場は利用できません）。

令和8年度埼玉県学校健康教育推進研修会 役員表

班	分 科 会	研 究 協 議 等 の 内 容	司会・記録
1	健康教育Ⅰ (指導法)	○心身の健康を保持増進するための 資質・能力の育成を目指した保健教育の実践 ・講師（実践発表） 県立三郷高等学校 教諭 佐々木 智子 氏 ・演習及び協議 ・指導助言 県教育局県立学校部保健体育課 指導主事 佐野 秀行	久喜市立久喜中学校 松原 由香 養護教諭兼保健主事 幸手市立幸手小学校 池田 のぞみ 養護教諭
2	健康教育Ⅱ (保健管理等)	○健康課題を抱える児童生徒への 個別指導の在り方 ・講師（講義・実践発表） 深谷市立幡羅中学校 栄養教諭 向井 未来実 氏 ・演習及び協議 ・指導助言 県教育局県立学校部保健体育課 指導主事 三浦 大介	戸田市立戸田中学校 加納 明日美 養護教諭 戸田市立戸田東小学校 菅原 織恵 養護教諭

第 1 班 健 康 教 育 I

◇研究協議題及び観点

心身の健康を保持増進するための
実践力の育成を目指した保健教育の実践

◇実践発表

県立三郷高等学校

佐々木 智子 教諭

◇指導助言

県立学校部保健体育課

佐野 秀行 指導主事

◇司会・記録者

久喜市立久喜中学校

松原 由香
養護教諭兼保健主事

幸手市立幸手小学校

池田 のぞみ 養護教諭

令和8年度埼玉県学校健康教育推進研修会

心身の健康を保持増進するための
資質・能力の育成を目指した保健の教育の実践

埼玉県立三郷高等学校教諭 佐々木智子 2026.07.31



高校保健授業における「精神疾患」の 効果的な授業方法について

～スティグマの正しい理解と心の教育へのアプローチ～



【研修教員】埼玉県立三郷高等学校 教諭 佐々木智子

【指導教員】埼玉大学 教育学部 教授 七木田文彦

研究の背景 心の問題の不安と「真真正な学び」についての気づき

- ・心の不安を抱える生徒が増加し、精神疾患の知識不足や授業方法への不安があった。
- ・小中の「子ども主体」実践を目の当たりにし、9年間の学びを高校がどう受け止めるかを考えさせられた。
- ・本校生徒は素直な生徒が多い反面、学びに向かうことが難しい状況にある生徒も多く在籍している。

より根本的に授業方法そのものの見直しが必要

研究の目的

本研究は、埼玉県高等学校保健体育教員へ精神疾患授業に関するアンケートを実施し、現場で必要とされている課題から、学習指導要領を合わせた授業計画を立て、「高い課題」を提示しグループ学習による対話を通して「聴き」、「つなぎ」、「もどす」授業実践を行う

教員アンケート（一部抜粋）から見る現場の課題①

埼玉大学倫理審査委員会の承認(承認番号R7 E 10)を得て実施。回答者179名。

Q3: 生徒に身につけさせたい力は？



Q4: 授業実践で必要だと思うものは？



誰もが罹患する可能性や、ストレスの緩和、心理的耐性を重視しており、授業実践には動画教材や専門職との連携が求められていることが明らかとなった。

教員アンケート（一部抜粋）から見る現場の課題

質問10 教育活動全般において、精神面、心の問題の指導をする際に困っていることや、指導の必要を感じることなどを教えてください。

1. 授業実践上の困難

- 記簿が可能な生徒が在籍するクラスでの言動選りや内容の厳しき
- 誰が問題を抱えているか不明な中での一斉授業のリスクと不安
- 生徒のプライバシーと、周囲の生徒の理解を得ることのバランス
- 精神疾患を抱く授業に当事者の生徒が欠席する際の対応
- 「自決」後の事後の扱いや、緊急対応指導へのためらい

2. 教員自身の課題とニーズ

- 精神疾患に関する専門知識や指導スキル、適切な指導の不足
- 多忙による生徒との対話時間確保の困難
- 教員自身の価値観（例：「解らなければ振り回される」との認識との葛藤
- 具体的な授業モデルや多様なケースに対応した教材（動画等）への要望
- 教員自身のストレスケアと、共依存リスクへの懸念

3. 生徒・保護者・制度的課題

- 生徒自身が問題を認めない、または説明できないケース
- 保護者の無理解や非協力、支援への抵抗
- 個々の生徒にどこまで介入すべきかという判断の難しさ
- 専門系（SC等）との連携不足や、支援体制の限界
- 社会の偏見と生徒理解のバランスに関する教育理念の揺らぎ

生徒の個性への対応の難しさ、授業における言葉選び・内容調整の困難さ、教員自身の知識・専門性の不足、学校組織としての支援体制の不足によって、多くの教員が課題を抱えていることが明らかとなった

教員アンケート結果からの授業設計

課題	授業での対応・工夫	実施時間
①最低限の内容しかできない原因	原因を多面的に捉え、「誰もが罹患しうる」ことを理解する	1時間目
②養護教諭やスクールカウンセラーと連携した授業	養護教諭に事前相談し、スクールカウンセラー(SCC)をゲストに招く	2時間目
③体育との関連・ストレス緩和	マインドフルネスを紹介し、セルフケアの重要性を伝える	2時間目
④「意見」の指導方法	当事者の語りから「相談しにくい構造」「援助希求行動・社会環境」を理解する	3時間目
⑤動画教材の効果的活用	短時間で共通認識を図るため、文脈のある具体的事例を提示する	毎時
⑥罹患患者への配慮	罹患者がいる前座で設計。個別面談、離席許可、相談窓口の紹介など、進江・養護教諭と情報共有し、事前アンケートも実施する	毎時冒頭で配慮を提示
⑦心理的耐性に関する項目	教員アンケートで指がかったこの項目は、精神疾患単元で扱わない	「健康の維持増進のための意思決定と行動選択」の単元で実施する(教科書の順番を入れ替える)

罹患患者への配慮

- ① 文部科学省「高等学校学習指導要領 保健体育編」第3章(2)、総則編 第1章総則 第5款1(1)より 平成30年3月
- ② 改訂「生きる力」を育む 高等学校保健教育の手引 文部科学省 令和3年3月
- ③ 精神疾患に関する指導参考資料 日本学校保健会 令和3年3月
- ④ 外部講師を活用したがん教育ガイドライン 文部科学省 令和3年3月 一部改訂
- ⑤ なるほど！保健の授業づくり 埼玉県教育委員会 令和4年
- ⑥ 学校におけるメンタルヘルス教育の進め方 水野雅文 森良一 竹下君枝 令和5年9月
- ⑦ 保健教育における個別指導の考え方、進め方 日公益財団法人 日本学校保健会 令和6年3月
- ⑧ あさかホスピタル院長 水野雅文先生(精神科医)
- ⑨ 埼玉大学 教育学部 教授 石川泰成先生
- ⑩ 文部科学省初等中等教育局 健康教育調査官 岩田悟 先生

授業実践上の配慮事項について

基本姿勢

生徒の発達・実態への配慮
心身の発達段階や実態に応じた配慮が必要である。

精神疾患を持つ生徒の前提
精神疾患を持つ生徒がいることを前提に授業を準備する。

正しい知識の教育
「誰もが罹患しうる」「10代の発症率が高い」等の知識を伝える。

理解と「気づき」の促進
不安を燃やすのではなく、正しい理解と「気づき」を促す。

授業における具体的な配慮

① 事前対応
アンケートで不安を把握。個別面談で不安を取り除き、離席可能と伝える。

② 表現への配慮
「書きたくない、言いたくないことは無理に表現しなくてよい」とアナウンス。

③ 相談窓口の周知
校内外の相談窓口を紹介し、専門機関と連携できる体制を整える。

事前アンケートと事後対応

事前アンケートの発見
多くの不安は「よくわからないから不安」に起因。「自分にも起こり得るのか」「怖い」等の声があった。

事後対応と成果
正しい知識を伝える授業の重要性が再確認された。
検証授業で迷走迷走はなかったが、発生病は保健室待機・後日補習の計画。

教師の手立て①「文脈のある具体的な事例」

生徒には、今までの個々の経験(断片的な経験)がある。自分の経験を語りうる文脈をつくり、社会との接点を持てるようにすることが、学びを生み出す条件として重要。

具体的事例は、断片化された経験をつなぎ、課題に対しての共通イメージを生む。共通のイメージがあれば、グループの力(3〜4人)で対話が深まる。

→特に精神疾患は目に見えず、わかりにくい。

生徒の状況にあわせた
具体的事例によって、
共通イメージをもたせる

検証授業で使った文脈ある具体的な事例			
1時間目 NHKドラマ「シェリック」精神科医コワイ(6分)	2時間目 NHKドラマ「シェリック」精神科医コワイ(6分)	3時間目 心の健康教室サニタ「精神保健(前編)」(7分)	4時間目 公益社団法人日本精神科医学会 高校生のための精神疾患と事例「インサイド」(7分)
主人公はシングルマザーとして子育てに奮闘しているが、今回は主人公をどうにか支える仲間が現れる。症状をいかに支えるのか、という問いと向き合う。検証授業で迷走迷走はなかったが、発生病は保健室待機・後日補習の計画。	主人公はシングルマザーとして子育てに奮闘しているが、今回は主人公をどうにか支える仲間が現れる。症状をいかに支えるのか、という問いと向き合う。検証授業で迷走迷走はなかったが、発生病は保健室待機・後日補習の計画。	ストレスレベルはコントロールできている。運動、食事、休養、睡眠、人間関係、役割の分担など、心身の不調への気づきが健康であることへの理解を深める。	社会福祉士事務所の先生が、経験からの知識をもち、自分の中での葛藤や、周りの人から受けた偏見、身近な人から相談された場合の対応方法などが伝わる。活発な話し合いがもたらされた。

教師の手立て②「高い課題」

ヴィゴツキーの「発達の最近接領域(ZPD)」の考え方に基づき、学習内容は生徒の現在の発達段階より少し先に設定し(高い課題による「わからない」状況を設定し)、他者との対話によって到達が可能となる。本実践では、従来の「基礎基本から応用へ」という流れではなく、誰もわからない「高い課題」を提示し、生徒自身が必要に応じて基礎に立ち返りながら、高い課題に再度挑戦しながら課題を乗り越える往還型の授業展開を採用した。

検証授業で設定した高い課題

時間目	単元の課題「日本は先進国で自殺率が最も高い。なぜ日本は自殺が多いのか。」 本時の課題「体調を崩す一番の原因はなんだろう」
1時間目	
2時間目	このままでは自殺につながりかねないあなたの親友・雪村を不安症から救え。
3時間目	なぜDUP(精神未治療期間)は長くなるのか。

高い課題⇄基礎⇄高い課題
【往還型】

教師の手立て③「聴く・つなぐ・もどす」

佐藤学(1996)は、授業における教師の中心的活動として「聴く」「つなぐ」「もどす」を位置づけ、子どもの経験や発言を基盤に、学びを構築することの重要性を示している。

1. 聴く(Listen)
「この子は何を理解しようとしているのか」を探る

2. つなぐ(Connect)
個々の気づきを、クラス全体の学びへと広げる
(教科書、資料、他者の考え、グループの考えへ)

3. もどす(Return)
生徒の発言を教師が再提示し、問い直しや深まりにつなげる

主体的・対話的で深い学び
誰一人取り残さない学びの保障

検証授業

対象：県立高校1学年
男子14名、女子13名 計27名

実施日：①令和7年11月13日（木）
②令和7年11月18日（火）
③令和7年11月20日（木）（全3回）

単元名：「現代社会と健康」
①精神疾患の特徴 精神疾患の要因について考えを深めよう
②精神疾患の予防 精神疾患を予防するために重要なことを理解しよう
③精神疾患の回復 精神疾患の回復のためにどのような社会環境が重要であるかを理解しよう

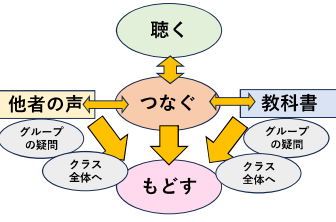
検証授業の概要（3時間）

項目	検証授業①精神疾患の特徴	項目	検証授業②精神疾患の予防	項目	検証授業③精神疾患の回復
キーワード	見えない心を知ろう	キーワード	メンヘルはサバイバー	キーワード	心の回復地図
配慮事項	資料に提示（センシティブな内容が含まれるので、配慮しながら様々な意見を聞いてみよう） ※授業時に外出帰来「ぶるすあるは」情報ステーションを紹介	配慮事項	資料に提示（センシティブな内容が含まれるので、留意しながら様々な意見を聞いてみよう）	配慮事項	資料に提示（センシティブな内容が含まれるので、留意しながら様々な意見を聞いてみよう）
めあて	精神疾患の要因を知ろう	めあて	精神疾患と予防するために必要なことを理解しよう	めあて	精神疾患の回復のためにどのような社会環境が必要であるかを理解しよう
単元の課題	日本は先進国で自殺率が最も高い。なぜ日本は自殺が多いのか。	単元の課題		単元の課題	日本は先進国で自殺率が最も高い。なぜ日本は自殺が多いのか。
本時の課題	主人公が体調を崩す一番の要因は何だろう。	本時の課題	「このままでは自殺につながりかねない」あなたの親友・雪村を不安症から救え。	本時の課題	なぜ精神科未治療者（LUD）は多くいるのか？
具体的事例	NHKドラマ「Shrink」6分を視聴。	具体的事例	1時間目と2時間目6分を視聴し、今後は登場人物の考えで話し合う。	具体的事例	公益社団法人日本精神科医学会「精神科のための精神科医向けガイドライン（第2版）」7分を視聴。
グループ活動	「聴く・つなぐ」	グループ活動	「聴く・つなぐ」	グループ活動	グループで未来の精神科医が活躍する姿を想像し、発表する。
本時のまとめ	「もどす」	本時のまとめ	「もどす」	本時のまとめ	「もどす」

検証授業① 精神疾患の特徴

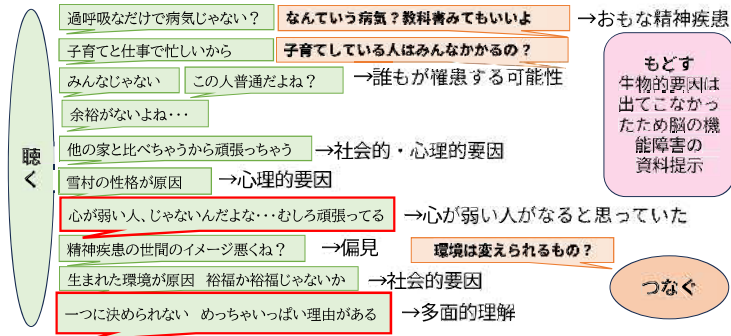
項目	検証授業① 精神疾患の特徴
キーワード	見えない心を知ろう
配慮事項	資料に提示（センシティブな内容が含まれるので、配慮しながら様々な意見を聞いてみよう） ※授業時に外出帰来「ぶるすあるは」情報ステーションを紹介
めあて	精神疾患の要因を知ろう
単元の課題	日本は先進国で自殺率が最も高い。なぜ日本は自殺が多いのか。
本時の課題	主人公が体調を崩す一番の要因は何だろう。
具体的事例	NHKドラマ「Shrink」6分を視聴。
グループ活動	「聴く・つなぐ」
本時のまとめ	「もどす」

見えない心を知ろう



「聴く・つなぐ・もどす」授業の一場面（1時間目）

本時の課題「体調を崩す一番の原因は何だろう」



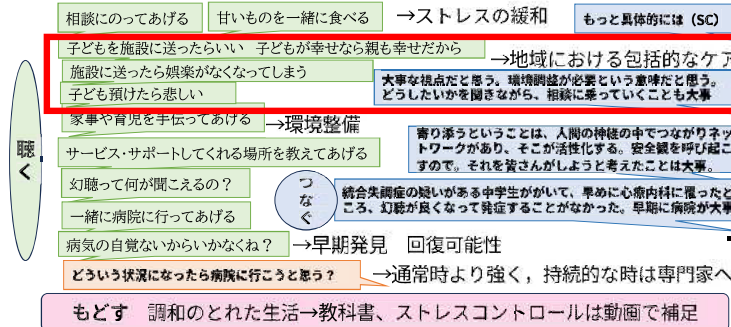
検証授業① 精神疾患の特徴

項目	検証授業① 精神疾患の特徴
キーワード	見えない心を知ろう
配慮事項	資料に提示（センシティブな内容が含まれるので、配慮しながら様々な意見を聞いてみよう） ※授業時に外出帰来「ぶるすあるは」情報ステーションを紹介
めあて	精神疾患の要因を知ろう
単元の課題	日本は先進国で自殺率が最も高い。なぜ日本は自殺が多いのか。
本時の課題	主人公が体調を崩す一番の要因は何だろう。
具体的事例	NHKドラマ「Shrink」6分を視聴。
グループ活動	「聴く・つなぐ」
本時のまとめ	「もどす」

見えない心を知ろう

「聴く・つなぐ・もどす」授業の一場面（2時間目）

本時の課題「（このままでは自殺につながりかねない）あなたの親友・雪村を不安症から救え。」



考察①教員アンケートに基づく授業内容

スティグマの正しい理解と心の教育へのアプローチの観点から

①教員が「踏み込んだ指導ができない」＝「心が弱いから罹患する」
→発症要因の理解

1時間目SDH（健康の社会的決定要因）の大きさを強調

②養護教諭やSCとの連携＝「目に見えないからわからない」
→生徒の素朴な疑問（偏見）の解消

2時間目 専門家SCによる
早期治療の重要性

③偏見の指導＝「偏見がある人に相談ができない」
→援助希求の重要性

3時間目 当事者の語りによる
無自覚の偏見への気づき

3時間を通して、社会と自分の中にある潜在的偏見に気づかせる

考察② 教師の授業観の転換

学びの成立要件

生徒の声を聴き・つなぎ・もどす学びを待導することで、普段は発言をためらい、考えを言葉にすることに慎重な生徒たちが、ある具体的な文脈の中では、ゆっくりと、自分の言葉で語り始めた。

Idea：自らの経験から導き出されるもの
Information：他者の経験を一般化したもの



検証授業から得られた知見

生徒の声を起点に学びを再構成できる教師の力量と、安心して対話できる心理的安全性が保障される授業が、対話的な学びを支える基盤であり、何より私自身の構えが変わったことで、小さな、確かな「学びの兆し」を感じることができた。「学び」の捉え方

学びを生徒の声から再構成する教師の力量と、安心して対話できる心理的安全性が重要

結論

本研究が示す最大の示唆は、
教員アンケートから見えた授業上の課題と、
授業観の転換が深く結びついていた。
偏見や誤解は、一方的な情報では伝わらない。

なぜなら、潜在的な偏見は「真正な学び」がなければ、
早期治療・援助希求行動につながらない。

精神疾患の効果的な授業方法は

社会と自分の中にある

“潜在的な偏見”に気づかせる授業構成と

「高い課題」を、

「文脈のある具体的事例」によって

生徒の中にある断片化された経験を丁寧に「聴き」

学びの文脈や他者の考えに「つなぎ」

精神疾患の基礎基本に「もどす」

アプローチが主体的で対話的な学びにつながる。

高校精神疾患授業実践者として
小中学校で身につけてほしい
「心の健康」とは

「心の健康①」
(第5学年)
心の発達①

埼玉大学 教員研修 初等教育科指導法
2020/10/17/18
2020/10/17/18

今日のミッション

しのびのモヤモヤの原因を説明せよ。

単元のめあて

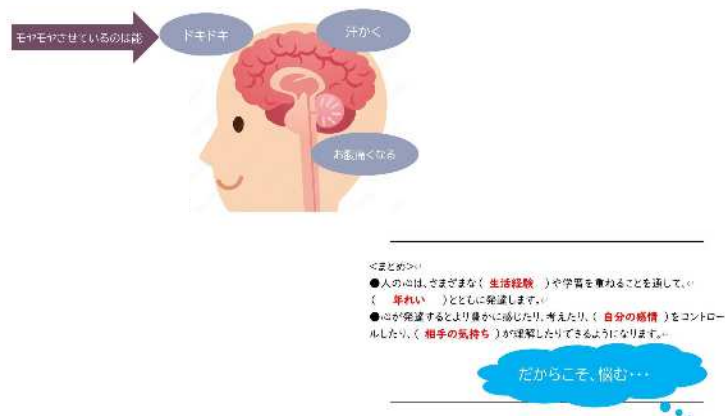
「心が健康になるために
大切なことを考えよう」

見えないココロが
成長するとは？

しのびは誰にもやられているのかな？

どれが一番の原因か？

グループによって
考えが違ふのはなぜ？

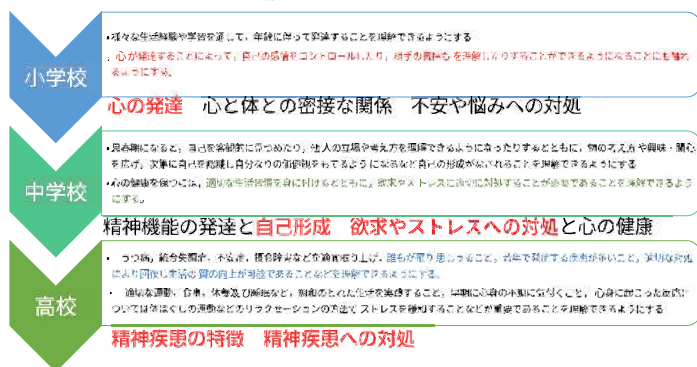


相手の気持ちがわかるようになった！

自分の心もコントロールできるようになった！！

不安やなやみ
があるのは、
成長（心が発達）
しているということ

<「心の教育」小中高の系統性>



小学校：自分を大切にできる力

中学校：ストレスを成長に変える力

高校：精神疾患を正しく理解し、早く気づく力

子どもの心を守るのは、子ども自身。
学校教育だからこそ、子どもの心の一生を支える“根っこ”を育てられる



ご清聴ありがとうございました

ご質問、感想はこちらまでお願いいたします。
sasaki.tomoko.3b@spec.ed.jp



第2班 健康教育Ⅱ

◇研究協議題及び観点

健康課題を抱える児童生徒への個別指導の在り方

◇実践発表

深谷市立幡羅中学校

向井 未来実 栄養教諭

◇指導助言

県立学校部保健体育課

三浦 大介 指導主事

◇司会・記録者

戸田市立戸田中学校

加納 明日美 養護教諭

戸田市立戸田東小学校

菅原 織恵 養護教諭

健康課題を抱える 児童生徒への個別指導の 在り方

令和 8 年度
学校健康教育推進研修会
令和 8 年 7 月 31 日(金)

令和 7 年度 食育指導者養成研修 独立行政法人教職員支援機構 主催

令和 7 年 10 月 22 日(水)～24 日(金)
リアルタイムオンライン研修 全10講

学校における食育の推進、食育を効果的に推進するためのカリキュラム・マネジメントの進め方、学校給食を活用した食育推進とリスクマネジメント、各教科における食に関する指導のポイント(総合・特活・保健体育・技術家庭科)、**個別的な相談指導**、学びの活用計画

基本的な考え方

目的：課題の改善
期間を決めて定期的、継続的に指導を進める
対象の児童生徒の行動変容を促し、改善、あるいは、より良好な生活を行うための習慣を獲得する。

利点：良好な関係性が築ければ高い成果が得られる。個人の特性にあった指導ができること

問題点：長期の時間が必要。差別感が生じやすい。指導者のスキルなどに影響を受けやすい。

想定される相談指導

極度な偏食のある
児童生徒

肥満・やせ傾向に
ある児童生徒

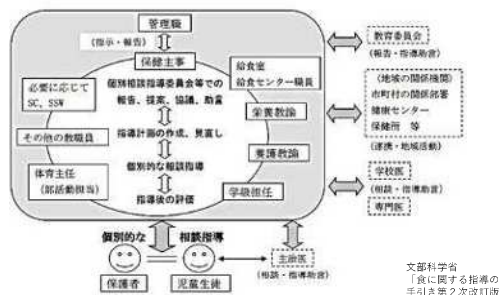
食物アレルギーを
有する児童生徒

スポーツを
している児童生徒

食行動に問題を
抱える児童生徒

栄養や食が関係
する疾患を有する
児童生徒

学校内の体制



教職員の役割

校長、教頭 (副校長)	・指導体制の整備と指導方針の決定、指導状況の把握 ・該当児童生徒及び保護者への対応
保健主事	・個別相談指導委員会等の企画・運営・総括
学級担任	・日々の学校生活における児童生徒の実態把握 ・給食の時間における児童生徒の実態把握と指導 ・個別的な相談指導が必要だとと思われる児童生徒の抽出、選定 ・個別相談指導委員会等における報告、提案 ・保護者との連絡調整
栄養教諭	・給食の時間や授業等における児童生徒の観察、実態把握、変化の確認 ・学級担任や養護教諭と連携した食に関する課題を有する児童生徒の把握 ・個別的な相談指導が必要な児童生徒の抽出、選定 ・個別相談指導委員会等における報告、提案 ・計画に沿った個別的な相談指導の実施 (必要に応じて保護者を含む) ・個別に対応した学校給食のマネジメント

文部科学省
「食に関する指導の
手引き第2次改訂版」

教職員の役割

養護教諭	- 健康診断結果や健康カードから健康問題のある児童生徒の把握 - 成長曲線を活用し、栄養教諭と連携して児童生徒の発育を評価 - 保健室利用状況から児童生徒の生活習慣や運動状況を把握 - 児童生徒の健康問題について学級担任や栄養教諭と情報共有 - 個別相談指導委員会等における報告、提案 - 栄養教諭が行う個別的な相談指導への協力、助言
体育主任 (部活動担当)	- 児童生徒への運動に関する指導 - 運動に関して健康問題のある児童生徒について、栄養教諭や養護教諭と情報共有
SC、SSW	- 児童生徒に対する生活全般に関する相談や支援 - 保護者に対する生活全般に関する相談や支援
給食室、給食センター職員	個別に対応した学校給食の実施における協力

文部科学省
「食に関する指導の
手引き第2次改訂版」

※ SC：スクールカウンセラー、SSW：スクールソーシャルワーカー

個別的な相談指導の流れ



目的・・・明確にする

- ・偏食の改善
- ・肥満・やせの傾向の改善
- ・食物アレルギーに関する課題の改善・解消
- ・スポーツ実施のためにおこる課題の改善・解消
- ・食行動の改善
- ・栄養や食が関係する疾患に関する課題の改善・解消

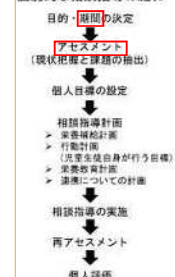
期間

目的、対象者、その団体・組織の要望に応じて設定する。

アセスメント

現状把握と課題・問題の抽出

個別的な相談指導の流れ

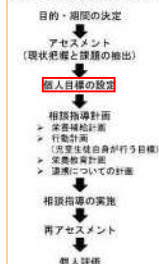


個人目標

…目的を達成した成果となる項目と
その数値目標

- ・肥満や痩せの場合は、体重と肥満度(身長)
- ・貧血な場合は、Hb値

個別的な相談指導の流れ

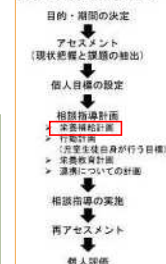


栄養補給計画

個人目標達成のために、マネジメント期間中の栄養補給をアセスメントの結果を根拠に計画を立てる。

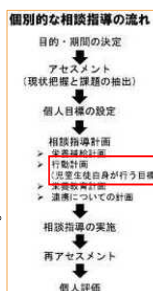
1. エネルギーや栄養素の補給の計画を立てる
2. 課題や問題点の改善・解消のための計画を立てる
3. 1と2、身体活動量、関係する根拠を踏まえた上でアセスメントから得られた栄養素等摂取量をもとに補給計画を立てる

個別的な相談指導の流れ



行動計画

栄養補給計画を根拠に、栄養補給計画を対象者が実行するための計画を立てる。
 行動計画は、対象が立てることはできない。
 対象者が、「いつ(タイミング)」、「どこで」、「なにを(種類)」、「どのように(質)」、「どうする(行動)」というように具体的に表現する。

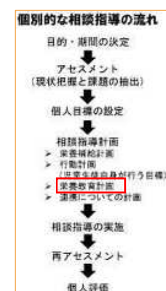


栄養教育

・・・行動計画を高い実行力をもって進めていくための最大の手段。

(内容)

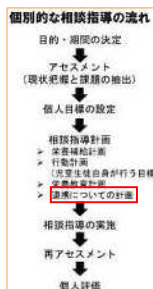
個人目標と行動計画の理解のための基本知識、アセスメントの結果の理解、行動計画の必要性と内容の理解、実行方法とそのスキル、実施中の留意点など。



連携についての計画

- ・実施前
- ・実施中
- ・実施後

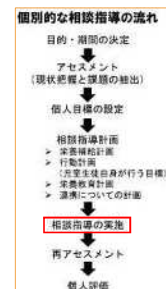
家族、担任の教諭、養護教諭、教頭、校長、学校医などの関係者との連携を計画する。



相談の指導の実施

実施中の注意点

- ・計画の進行状況
- ・対象者の個人目標の指標となる項目のデータ
- ・対象者の行動計画の実施状況
- ・対象者のさまざまな変化
- ・連携



再アセスメント

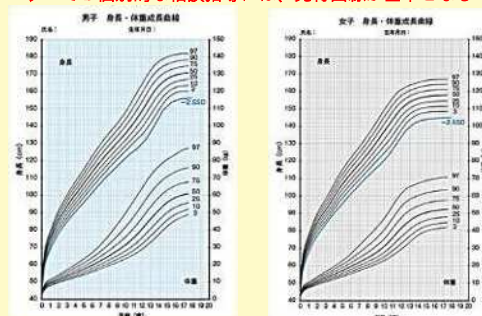
期間終了時に再アセスメントを実施し、終了時の現状把握と課題・問題の抽出を行う。

個人評価

再アセスメントの結果を用いて個人目標の達成状況の成果を示すとともに、成果を踏まえて個人のサポートの評価を行う。



すべての個別的な相談指導には、发育曲线が基準となる



指導上の注意点

- ①対象児童生徒の過大な重荷にならないようにすること。
- ②対象児童生徒以外からのいじめのきっかけにならないように、対象児童生徒の周囲の実態を踏まえた指導を行うこと。
- ③指導者として、高い倫理観とスキルをもって指導を行うこと。
- ④指導上得られた個人情報の保護を徹底すること。
- ⑤指導者側のプライバシーや個人情報の提供についても、十分に注意して指導を行うこと。

文部科学省「食に関する指導の手引き第2次改訂版」

指導上の注意点

- ⑥保護者をはじめ関係者の理解を得て、密に連携を取りながら指導を進めること。
- ⑦成果にとらわれ、対象児童生徒に過度なプレッシャーをかけないこと。
- ⑧確実に行動変容を促すことができるよう計画的に指導すること。
- ⑨安易な計画での指導は、心身の発育に支障をきたす重大な事態になる可能性があることを認識すること。

文部科学省「食に関する指導の手引き第2次改訂版」

栄養教諭が個別的な相談指導を行う際の注意点

- ①個別指導実施時には、必ず対象となる児童生徒の成長曲線を確認すること。
- ②栄養学、医学を始め、相談指導に必要なエビデンスは、日々更新されていることから、自己研鑽を継続し、質の高い指導を行うこと。
- ③発育・発達期のエビデンスや情報に限らず、幅広く知識やスキルを習得し、指導に生かすこと。
- ④児童生徒及びその保護者が満足する成果を出す指導をするためにカンファレンスなどを学校単位、市町村単位で実施すること。
- ⑤個別的な相談指導の目的、期間、計画、実施、評価を明確にすること。
- ⑥個別相談の結果は、適宜、関係する教職員又は全教職員で共有し、組織的な対応とすること。

文部科学省「食に関する指導の手引き第2次改訂版」

課題

- ・時間の確保と体制の限界
- ・保護者との連携
- ・家庭環境や心理的要因への介入
- ・専門家との連携

【アンケート】

アンケートの御協力をお願いします。

回答期間：7月31日（金）16時 ～ 8月7日（金）15時

<https://forms.cloud.microsoft/r/D07R1e3n4f>

令和8年度 埼玉県健康教育推進研
修会 アンケート



【メモ】



埼玉県マスコット

「コバトン」「さいたまっち」