

社会的実践力を高めるための健康行動スキルの 育成をめざした保健教育の実践

—小学校4年生での体の成長の単元に着目して—

岡田 祐子 鎌塚 優子

(静岡大学教育学部附属浜松小学校 静岡大学)

Implementation of Health Education Aimed at Developing Health Behavior Skills to Enhance Social Practical Abilities

Focusing on a Unit of Biological Growth in the 4th Grade Elementary School Students

Okada Yuko & Kamazuka Yuko

要旨

1986年のWHOによるオタワ憲章では、ヘルスプロモーションについて「人々が自らの健康をコントロールし、改善できるようにするプロセスである」と定義している。世界や社会の環境を地球規模で調整し向上させていくことと、自らの Well-being に向かって健康に対するエンパワーメントを高めていくことであると解釈できる。そのために、子どもが自らのライフステージにおいて、自分の心身の健康に興味をもち、健康行動目標を具体的に計画し、行動を継続する一連のプロセスである健康行動スキルを高めることが必要だと考える。本研究では、この健康行動スキルを高めるために、小学校4年生を対象とした体育科保健領域の授業において、養護教諭の専門的な知見から職能を生かした授業構成や子どもの情意や心情に迫る教材提示などを工夫し、子どもの自発的な「問い」を生起させ、保健の見方・考え方を深め、自分なりの納得解が導出されるような授業を試みた。その結果、常に子どもの体と心の両輪から子どもの健康をアセスメントしている養護教諭ならではの知見を生かし、心情に触れる教材の工夫や問いかけや意見を紡ぐことが、子どもの内面から生起される「なぜ」に対して多面的な視点から思考を促し、子どもの納得解を創出する助けになった可能性が示唆された。

キーワード： タイトル 保健学習 心情 養護教諭の専門性

1 はじめに

全世界がパンデミックに陥った新型コロナウイルス感染症をはじめ、温暖化による異常気象、戦争などの核の問題など、まさに現代社会は VUCA の時代を迎えている。また子どもを取り巻く環境においても、生活習慣病、不登校、薬物乱用、貧困、性の問題など子どもの心身の健康課題が山積し、憂慮すべき事態に直面している。経済開発協力機構(OECD)は、未来の教育とスキル 2030 プロジェクトにおいて、“Learning Compass2030”を提唱し、子どもたちが Well-being を実現していくために自ら主体的に目標を設定し、振り返りながら、責任ある行動がとれる力を身に付けることの重要性を指摘している(白井, 2020)。これまでの日本型学校教育は、学習指導のみならず、生徒指導の面でも重要な役割を担い、子どもの状況を総合的に把握して指導を行うことで、子どもたちの「知・徳・体」を一体的に育む全人的教育の実践を続けて成果を上げている。このような日本の教育のよさを保ちつつ、現代的な喫緊の課題を踏まえて、VUCA の時代を生きる子どもが、自らの強みを生かし、Well-being を目指

し、主体的に自他の健康を保持増進していく意識と行動が必要である。そのために、学校保健は、健康に対する科学的な知識と、子どもの健康行動が社会で実践できるように系統的・段階的に構造化する時期にきていると言えるだろう。また、養護教諭は、学校保健活動において中枢的役割を担う存在であり、職務の1つである健康教育においては、保健室は、体の手当てのみならず、主訴に個々の背景や潜在的な心理面での課題を心身関連の視点からアセスメントする専門性を備えているという(鎌塚, 2010)専門性を生かすことができる重要な役割である。養護教諭が参画する場面としては、体育科の保健領域、道徳などの教科としての保健教育と、総合的な学習の時間、学活や特活で指導する保健教育、集団の保健教育、個別の保健指導などに分類される。これまでの養護教諭が実践した先行研究では、齋藤ら(2016)は、健康によい行動を起こすためには段階があり、その段階に応じた支援を行うことで効果的に行動変容を進めることができるという理論から、養護教諭の特性を生かした保健の授業で課題に応

じた行動変容ステージモデルを作成し、子どもの行動変容を促す効果を報告している。このことから、子どもの健康行動スキルを育成するためには、子どもの体と心の素朴な疑問や問いから思考を深め、健康に関する興味や関心から内発的に動機づけられた目標を自ら掲げ、実生活の中で汎用的に実践できるプロセスが必要だと考える。健康教育で得た理論と生活の中で実践された健康行動を往還することで実践的な健康行動スキルの獲得につながると推測される。また、渡邊ら(2017)は、養護教諭の専門性を生かして保健と他教科の横断的学習をすることにより、子どもたちの健康に対する意識が深まったことを報告している。中村ら(2021)は、5年生体育科保健領域の「心の健康」の単元で体験等を取り入れた授業を行うことで、子どもが健康行動スキルを日常生活の場面で活用できるようになったことを報告している。また、小野ら(2023)は、教科として学ぶ保健授業に関わる養護教諭の専門性と役割について、保健指導的な立場からの関わりを意図して、授業にチームティーチングで介入することで、子どもが保健に対する見方・考え方を深め、実生活に結びつけて考えた実践を報告している。また、学校全体の子ども達の心身の状態を把握していることを強みとしている養護教諭だからこそその専門性を生かした授業づくりが重要である。本研究では、小学校4年児童を研究対象とし、心身相関の視点に着目した授業を試みることにした。

具体的には、4年生体育科保健領域の体の成長の単元計画を立てるに当たり、「第二性徴」と「思春期初期の心」を取り入れて学習構想をした。授業構成に当たっては、国際セクシュアリティ教育ガイダンス(ユネスコ, 2020)の8つのキーコンセプトを参考にした。心の健康については、小学校5年生の保健の授業で学習するが、4年生を対象とした理由は、児童の発達心理学では、道徳性の発達について、10歳を節目に結果を重視する客観的責任判断から意図を重視する主観的責任判断が発達するといわれている。渡辺(2020)では、役割取得能力の発達段階において、8歳~10歳は、二人称相応的役割取得の段階に相当し、物事や相手の意図を推察することができるようになってくる段階と述べている。小学校4年生で体と心を同時に学習することは、心身相関の視点においても、健康の知識と経験が結びつき、健康を自分事と捉え、より自分の生活につなげやすくなると考えた。そして体と心の学習を連続的、系統的に行うことで、社会で生きて働く個々の健康行動スキルの育成の一助になると推察される。本研究では、体育科の保健領域の授業において、養護教諭が心身の相関を図る専門的な視点で授業づくりに関わることで、子どもが主体的に健康の本質について思考を深め、保健の授業で得た知識を自分の生活に汎用的に活用し、健康行動スキルを育むことができるよう

に授業を構想した。

2 研究仮説

RQ1 保健の授業において体の学習と同時に心について学ぶことは、子どもが自分の心身の変化を肯定的に捉え健康に対する関心を高めるか。

RQ2 保健の授業において情意や心情に触れる教材で本質に迫る納得解を導出できるか。

本研究では、小学校4年生の第二性徴と思春期の心の変化について単元を通して連続して学ぶことで、思春期の初期の心身の変化を自分事として肯定的に捉えることができ、自分の健康に関して興味や関心の意識が高まるかを検証する。また、第二性徴や思春期初期の心の学習の中で、情意や心情に触れる教材を使用することで、子どもの「なぜそうなるのか」という問いから生じられた探究心を、対話を通して、保健の見方・考え方を働かせながら、本質に迫る自分なりの納得解を導出できるかを検証する。

3 研究方法

①授業実践の時期：2023年7~12月

②授業実践の対象

<授業者>養護教諭(第1筆者)

<学習者>国立大学附属小学校4年生($n=34$)

4年生を対象とした本実践では、2023年7月に第1筆者が直接、子どもに調査内容の説明と回答依頼を口頭で行った。子どもが記入した質問紙、ワークシート、授業実践の映像や音声等のデータを収集した。本研究で収集したデータにおいて、個人が特定できる情報を公表しないという研究に関する倫理的な説明を口頭にて行い、校長、対象学級担任教師、対象児童から同意を得た。その場で学級全員の同意を得て質問紙調査を行い、4年生の子ども34名に実施して全員から回答が得られた。

4 実践

(1)単元構想

小学校4年生の体育科保健領域「体の発育・発達」の単元の学習で、体の発育と同時に、思春期に遭遇する心の葛藤場面について話し合う内容と男女尊重・理解について考える内容を取り入れた。さらに、「思春期の体と心の発達」の単元から、「思春期の成長とはどういうことか」を子どもに考えさせるような展開を第1筆者と第2筆者が共同で構想した(表1)。

導入段階は、自分のこれまでの身長伸び幅を調べ、2つのグラフの読み取りから、思春期の成長や男女差などを読み取らせた。

展開段階は、第二性徴は知識の伝達だけになってしまう恐れがあるために、「なぜ」という問いかけや

生命の尊厳についての教材を取り入れる工夫をすることで、子どもの情動に触れ、自分の健康を守ろうという内発的動機づけになっていくと考え、授業を構想した。第二性徴は体の変化を科学的に捉える単元であるが、抽象的な概念を捉えることは、個々の認識や不安に差があるため、一番身近な家族の協力が不可欠だと考えた。そこで授業前に「授業後、子どもから疑問や相談があった場合は、男女の性について話してほしい」という旨を保護者に文書で依頼した。2学期の始めの質問紙調査では「思春期の体の学習後に誰かに相談または話題にしたか」との質問に37%の子どもが「話題にした」と回答した。「その相手は誰か」との質問には「母」が84%だった。体の学習や性については、家庭と連携して進めることが、子どもの不安や心配を払拭し、いざというときに身近な人に相談できるような環境づくりが不可欠であることを示している。

終末段階は、「夢を叶えるための曼荼羅シート」を活用した。このシートは、自分の夢を実現するために自分で決めた健康的な生活行動を具体的に決め、毎日続けていく手段の1つとした。今後は、自分の決めた行動目標と実生活が合っているかを定期的に振り返り、自己モニタリングすることが必要である。自分の計画した行動目標が継続することで自己実現という結果に反映される達成感が、子どもの自己効力感を育み、さらに生活に汎用的に転用させていくというプロセスが、健康行動スキルを高めることにつながると考えられる。

表1 単元計画

	学習活動
1	自分の身長伸び幅を調べたり、男女別平均身長伸び幅のグラフから思春期の身長の特徴を読み取ったりする。
2	第二性徴を科学的に捉え、命のつながりについて考える。
3	思春期に起こる出来事に対する心の葛藤場面を設定しポジティブに考える。
4	ジェンダーの事例を考えたり、交流ワークをしたりすることで自他の理解や多様性について考える。
5	思春期の生活習慣について具体的な行動目標を立てる。

(2)第1時

初めに、1年生から4年生のこれまでの身長測定の結果を個別に配付して、自分の身長の変化を調べさせた。次に、学校保健統計調査の小学校1年から高校3年までの男女別身長の平均値から1年間の伸び幅を算出してグラフに表した。4年生の算数科のグラフの読み方の既習も参考にし、学級担任の助言を得ながら、

子どもの理解に即したグラフを作成した。グラフから「男女の伸び方の違い」、「年齢による伸び幅の違い」などを読み取っていた。授業後の振り返りの記述には、「今までの身長伸び幅は小さいけれど、これからの自分の身長はぐんと伸びてくることがわかった」と自分の今後の身長変化を推測して、「成長が楽しみ」という感想が見られた。「平均身長伸び幅」を教材にすることで、子どもの一般的な成長の特徴を可視化し、自分の成長と重ねることで子どもが成長を自分事として捉えていたようだった。また、「スキヤモンの発育曲線」から「一般型(身長・体重・筋肉量・血液量)」と「生殖型(男女の生殖)」の2つの曲線と、曲線の傾きの場所に年齢を記すことで、「4年生くらいまではなだらかな曲線で、4年生以降は傾きが急になってくる」など「思春期の成長」のねらいに沿ったグラフの読み取りを促した。また、次時の第二性徴の「体の生殖器の変化」につながる提示にもなった。教材自体は中学校の保健の教科書に記載されているグラフだが、提示の仕方を工夫することで、グラフの意味の理解が促進されたようだった。子どもが身長伸び幅のグラフから読み取った年齢による違いや比較などから、自分の成長に重ね合わせ自分事として推測できたことは、自分の体についての興味や関心をもたせることに繋がったと考えられる。

(3)第2時

ここでは第二性徴についての学習をした。単に第二性徴の変化の知識を理解するのみではなく、生命の尊厳について触れることで「なぜ」という問いを生起させ、第二性徴の意味を考えることを目標として教材提示に3つの工夫をした。1つ目は、教科書には、女子の体の変化については詳細に記載があるが、男子の変化については、簡略化されているところを思春期の男女の生殖器の発育について、同じように科学的に捉えさせた。2つ目は、男女ともに「命のもと」が作られる場所であるという認識をもたせた。3つ目は、「命のまつり」の絵本を朗読し、先祖代々から続く命のつながりについての認識をもたせた。授業後の学習の振り返りには、「月経については知っていたが、男子にも変化があることを初めて知った」、「女子には赤ちゃんの部屋があるけれど、男子に部屋はないけれど同じ作りになっている」など男女の性徴の理解や「男女共に命のもとがあること」、「受け継がれた命を大切にしたい」などの人間や命の尊厳について思考したことで自分の体に対する意識が醸成された記述が見られた。体の変化を自分の命や自分と周りとのつながりについて関連付けて考えることで、子どもの思考が深まった様子が見られた。次に教師は「なぜ思春期には男女ともに変化が起きるのか」という、情意に触れる問いについて考えさせた。子どもは「大人になるため」

「子孫を残すため」、「赤ちゃんを産み育てるため」、と発言するなど、思春期の成長を感じていたようだった。また、「子孫を残すことには関係がないのに、ひげや体毛はどうしてあるのだろう」と他の体の変化にも関連付けた問いが子どもから出された。授業後の振り返りの記述には、一部の子どもに、この問いに対する解として「汗の調節」、「寒さをしのぐ」など、生きるための知恵について考えたり、「思春期は、自分の体は自分で守ることができるようになる」など、自立について考えたりしたものがあった。このような表れからも分かるように、情意や心情に触れる教材や問いから、子どもは「思春期の変化はなぜ起こるのか」について、保健の見方・考え方を駆使し、思考が深まることにより、個々の考える納得解に繋がったと考えられる。

(4)第3時

思春期になると異性への意識が芽生え、生活の中で意見の対立や否定的な見方が出てくる。そのため、思春期の心について学ぶ時間を2時間に設定した。

本時は、体の学習で思春期の男女の形態や機能の変化は理解できたが、子どもが抱く思春期のイメージである「反抗期」、「大変そう」、「忙しそう」、などの心の葛藤について授業実践をした。周囲との出来事において生じる自分の心の葛藤（ここではマイナスの感情とした）を、プラスの感情に変えるにはどうしたらよいか、身近な事例を挙げて友達と話し合うことで考えを深めさせた。思春期初期に起こりそうな「親とけんか」、「友達と点数を比べる」、「仲のよい友達の悪口を聞いた」の3つの葛藤場面を想定させ、それぞれ4～5人の班で話し合わせた。「親とけんか」の事例では、「謝る」、「話し合う」、「悪いところを素直に直す」、「自分の意見をはっきり言う」といった考えが出された。「友達と点数を比べる」の事例では、「人と比べない」、「次にがんばる」、「まだのびしろがある」といった考えが出された。「仲のよい友達の悪口を聞いた」の事例では、「誰かに相談する」、「かわいそうだから自分は悪口をいわない」という考えが出された。子どもから出された意見の中から、「自分の意見が言える（自己主張）」、「比較することで自分の足りないところが分かる（他者比較）」、「気持ちが分かる（共感）」に分類し、子どもの思考の整理を行った。子どもの意見を分離・整理することで、心の変化は、小さい頃はなかったが、思春期になると表れてくることを心の成長の具体として捉えさせた。子どもの振り返りでは、「思春期は自分の気持ち（心）をコントロールするための練習の時期なのだと思います」、「思春期は別名成長期と聞いたことがあります。今日その意味が初めて分かってうれしかったです」、「今日の授業で、思春期は悪いイメージだったのが、よいイメージに変

わり成長していることが分かりました」、「嫌だなと思ったことも、別の見方で考えると勇気ができることが分かりました」など、初めに抱いていた思春期のネガティブなイメージが、成長というポジティブなイメージに変化する表れが見られた。第二次性徴の学習において体の変化と合わせて身近な心の葛藤場面を他者対話的に学ぶことは、心と体の繋がりを包括的に考え、自己の変化を肯定的に捉えるきっかけになったと考えられる。しかし、まだ10歳は、相手の気持ちを理解することはできるが、第三者の視点から客観的に物事を捉えることは難しい年齢であるため、能動的に問いを生起させるのは難しい様子だった。本時は、発達段階を考慮した場合、子どもにとって経験値の高そうな「親とけんか」の事例について時間をかけて考え、話し合うことで「どういうことが成長なのか」という能動的に問いを生起できたのではないかと考えた。

(5)第4時

思春期の心についての2時間目は、ジェンダーを題材に、心の多様性と自他の気持ちの理解をねらいとした。子どもに「周りの経験や自分の経験の中で男だから〇〇、女だから〇〇ということと言われたことがあったか」と問うた際に、「男だから髪の毛が短い。女だから髪の毛が長い」、「男は強い。女は弱い」などと述べた。外見の差についての印象が強いようで、現代は以前ほど生活の中で男女の隔たりを体験した経験は少ないようであった。そこで、「女子だからといって好きなサッカーに入れてもらえない」、「男子は雑だからと実験に入れてもらえない」という身近な具体的な事例を提示すると、言われた側の気持ちに共感したり、言った側の見方を変えたり、色々な立場から客観的に考えたりした発言が聞かれた。前時の心の葛藤をプラスの感情に変えるリフレーミング的な見方をする意見も出て、既習が生かされたようだった。子どもの振り返りの記述から「男女差別はよくない」、「自分の好きなことややりたいことをもっと大事にすればいい」という意見から自他の気持ちについて理解しようとしていたことが分かった。後半は、10パターンの色と柄の絵から自分のお気に入りを選び、その理由を伝え合う活動をした。また、伝え合う相手を同性と異性で行うように意図的に指示した。子どもの振り返りの記述には、「女子は黄色の柄が多いと思ったが、違った」、「みんなそれぞれ好きなものが違う」、「同じ絵を選んでも理由が違った」など、言語化して伝え合う活動を通して、男女という概念で峻別するのではなく、個性や価値観について学ぶことができた様子が窺われた。本時は道徳的価値の要素が占める内容であったが、思春期初期の心考えた時に、先に述べた包括的セクシュアリティ教育の8つのキーコンセプトの①人間関係②価値観③ジェンダーに相当し、体と心の変化や男女の性

差を学習するセンシティブな思春期の学習だからこそ、子どもの心情を鑑みながら包括的な視点で授業を行った。男女の葛藤場面について、対話を通して考えさせたり、自分の好きな絵柄を選び理由を伝えさせたりしことにより、思春期の心の変化の多様性や男女の理解について考える姿が見られた。

(6)第5時

前時までに子どもはこれまでに、思春期の体と心の急激な変化と成長について学習を終えている。本時では、思春期の発育・発達に必要な生活習慣について考えるために、心身の健康的な発育のためには、運動・食事・睡眠の3つの生活習慣が密接にかかわり健康を支えていることを理解し、自分の生活習慣について振り返り具体的な行動目標を考えることをねらいとした。健康な生活については、3年生で既習の内容だが、実際の自分の生活については、家族の援助があり、受け身である子どもが多いのが現状である。自分の生活習慣について振り返り、課題意識をもって主体的に行動していくには、自ら生起される内発的動機づけが必要である。そこで、自分の夢を叶えるためには、日々の生活習慣の積み重ねが大切だと気づき、甲子園出場という夢を叶えた高校生の体験を教材に取り上げた。子どもは、年齢が近い身近な先輩の体験を手本にし、「自分にもできるかも」という気持ちになった様子だった。子どもの様子から心情に響くような教材を提示することで、子どもの内発的動機づけにつながった可能性がある。次に、実際に自分の生活習慣の行動目標を具体的に作成するために、プロ野球選手が高校時代に作成した曼陀羅シートを参考にし、子どもが自分の健康生活の具体的な行動目標を考えた。授業後の振り返りの記述から、「運動・食事・睡眠のバランスがよいことが健康につながるということが分かった」、「夜、就寝が遅いと朝起きられないし食欲がない。運動しないとお腹が空かない、睡眠不足だと気持ちが元気でなくなる」といった記述から3つの生活習慣がそれぞれ影響し合って健康につながることをイメージできたようだった。子どもが作成した曼陀羅シートには、自分の生活を振り返り、3つの生活習慣である運動・食事・睡眠に関して具体的な行動目標が記述されていた。

第5時の授業前後に「運動・食事・睡眠は体と心の発育のためにどのくらい大切だと思うか」との質問をした(表2)。「大事だ」と思う子どもが、授業前後を比較すると、運動では65.6%から87.1%、食事では81.3%から90.3%、睡眠では71.9%から90.3%とすべての項目で上がっていた。また、授業前の意識について、3つの項目を比較すると、運動65.6%、食事81.3%、睡眠71.9%で食事の項目が一番高かった。この結果から、子どもが体の発育には食べることが発育に繋がると直接的に考えている可能性がある。子ども

が自発的に、健康行動スキルを身につけていくためには、運動、睡眠が体と心の成長に「なぜ」大切なのかを保健の見方・考え方を働かせて思考を深めていくことが大事だと考える。また、運動、食事、睡眠が私たちの健康において独立しているわけではなく、3つの習慣がバランスをとって心身の健康を支えていることを概念として認知させることが大切ではないかと考える。

次に、授業前にそれぞれの項目において、「そう思う」以外の項目につけた16名の子どもの授業後の意識の変化を調べた結果、14名の子どもに項目の数字が上がり、「運動」、「食事」、「睡眠」の3つの生活習慣が心身の発育に大切だと思う子どもの意識が向上した。この結果から、保健の授業において、心情に迫る教材を工夫したり、子どもの「なぜ」の問いを生起させたり、指導の工夫をしたりすることで、子どもの健康の本質について思考を深めるための手立ての1つとして有効であったことが推察された。

表2 生活習慣と心身の発育に関する意識調査(%)

項目	授業	全く 思わ ない	少 し 思わ ない	ど ち ら だ も な い	少 し 思 う	そ う 思 う	合計 (人)
運動	前	0	3.1	12.5	18.8	65.6	32
	後	0	0	3.2	9.7	87.1	31
食事	前	0	0	0	18.8	81.3	32
	後	0	0	0	9.7	90.3	31
睡眠	前	0	0	6.3	21.9	71.9	32
	後	0	0	3.2	6.5	90.3	31

5 まとめ

本研究は、授業内で子どもの問いやつぶやきを丁寧に取り扱い、指導の工夫と授業後の振り返りや意識調査を検証することで、子どもの健康の意識が高まったか、また健康を自分事として捉えることができていたかを検証した。

RQ1の保健の授業において体の学習と同時に心について学ぶことは、子どもが自分の心身の変化を肯定的に捉え健康に対する関心を高めたかについては、次に述べる。学習指導要領において、4年生の心については、異性への意識の芽生えのみであるが、「内容の取扱い」について「自分や他の人を大切にす気持ちを育てる観点から…」という主旨を発展させ、思春期の体と心を同時に学習することで、子どもが自分の体の変化という近い未来を予測することが可能になり、合わせて環境とのかかわりの中でイメージしていた思春期に対するネガティブなイメージが子どもの様子から、払拭できたことが見取れた。

RQ2の保健の授業において情意や心情に触れる教

材で本質に迫る納得解を導出できるかについては、常に子どもの体と心の両輪から子どもの健康をアセスメントしている養護教諭ならではの知見を生かし、心情に触れる教材の工夫や問い掛けをした。このような工夫から、子どもの内面から生じられた「なぜか」の問いを、丁寧につなぎながら話し合いをさせることで、子どもが保健の見方・考え方を働かせて思考を深め、健康について子どもの納得解を創出する助けになったことが推測される。

今後の課題としては、子どもの健康に対する興味や関心、価値観は数値で表すことができないため、本研究が子どもの健康行動スキルを高められたかについては、すぐに結果に表すことはできないが、発達段階を考慮しながら経年的に継続して学習させることと、途中で具体的な行動目標を自己モニタリングさせ、自分の生活習慣の行動を振り返る時間が必要になってくると考える。体と心は常に一体であり、行動を起こし継続させる動機づけには、子どもの心情や情意を揺さぶる体験の積み重ねが不可欠である。保健教育がその一助となるようさらに研究を重ねていく必要がある。

【引用文献】

- 小野生吹, 勝野由志雄, 鎌塚優子, 野津一浩 (2023) 教科として学ぶ保健授業に係る養護教諭の専門性と役割—保健指導的な立場からのかかわりを意図して—. 静岡大学教育実践総合センター紀要, p.246-253.
- 鎌塚優子, 岡田加奈子 (2010) 子どもに心の問題が存在する可能性があるかと判断するときの養護教諭の視点—フォーカス・グループ・インタビューによる小学校, 中学校, 高等学校の視点の抽出. 日本健康相談活動学会誌 Vol. 5 No.1 . p.40-65.
- 齋藤久美, 戸部秀之 (2016) 行動変容を促す健康教育プログラムの作成と健康教育への活用—養護教諭の特性に焦点を当てて—. 埼玉大学附属教育実践総合センター紀要, 15, p.23-30.
- 白井俊 (2020) OECD Education2030 プロジェクトが描く教育の未来: エージェンシー, 資質・能力とカリキュラム. ミネルヴァ書房.
- 中村安里, 鎌塚優子 (2021) 中学校の保健授業に関する実態調査を活かした小学校での保健教育の試み. 静岡大学教育実践総合センター紀要, 31, p.351-358.
- 文部科学省 (2017) 小学校学習指導要領.
- 文部科学省 (2021) 「令和の日本型学校教育」の構築を目指して—全ての子供たちの可能性を引き出し, 個別最適な学びと, 協働的な学びの実現—中教審答申.
- ユネスコ (2020) 国際セクシュアリティ教育ガイドライン. P.68-70. 明石書店
- 渡邊睦美, 鎌塚優子 (2017) 養護教諭の専門性を活かした保健と社会科の横断的学習の試み. 静岡大学教育実践総合センター紀要, 26, p.291-300.

渡辺弥生 (2020) ひと目でわかる発達—誕生から高齢期までの発達心理学—. 福村出版, p110.