

令和5年度 幸区 研究経過報告書

1. 研究主題

「心とからだの健康づくり」

2. 研究経過

前年度に引き続き、ゲームやスマホ等のメディア機器による子どもたちの健康への影響やそれに対する具体的な健康教育について研究を進めている。

前年度は「目」と「睡眠」への影響のみに焦点を当てて取り組んできたが、メディア機器は他にも様々な影響を子どもたちの健康に及ぼしていると考えられる。そのため、今年度は「姿勢」や「生活習慣」等にも焦点を当て、各学校の実態や取組について情報交換を行っている。

3. 研究内容

実施日		研究内容	会場
1	4 / 19 (水)	研究推進内容・年間計画の確認、グループ分け	日吉小学校
2	5 / 17 (水)	情報交換・各グループ別での研究①	小倉小学校
3	6 / 21 (水)	情報交換・各グループ別での研究②	御幸小学校
4	7 / 12 (水)	薬剤師：金子弘之先生のご講演 テーマ「デジタルメディアの影響」	戸手小学校
5	9 / 20 (水)	情報交換・各グループ別での研究③	東小倉小学校
6	10 / 4 (水)	情報交換・各グループ別での研究④	小倉小学校
7	11 / 15 (水)	情報交換・各グループ別での研究⑤	東小倉小学校
8	12 / 20 (水)	グループ研究（実践等）の成果報告	日吉小学校
9	2 / 21 (水)	今年度の振り返り、来年度の研究に向けて意見交換	御幸小学校
10	3 / 6 (水)	来年度の研究の方向性の検討	戸手小学校

4. 研究成果

これまで幸区では「心とからだの健康づくり」を主題に、特にテレビやゲーム、スマホ等のメディア機器が子どもたちの健康に及ぼす影響について研究を行ってきた。「目の健康・姿勢」グループと「睡眠・生活習慣」のグループに分かれて、各学校の実態やこれまでの取組を情報共有し、まとめることができた。

5. 今後の課題

今後は、共有した各学校の実態や取組、講演での学びの内容を踏まえ、より効果的な健康教育を具体的に検討し、実践していく。