

# 令和6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

幸区では、ゲームやスマートフォンなどのメディア機器が、子どもたちに与える影響について研究を進め、健康教育に活かすための取り組みを進めている。昨年度は「目と姿勢」「睡眠と生活習慣」への影響についての研究を行った。今年度は、昨年度の研究内容をさらに深め、より具体的な健康教育の内容を検討し、実践することを目指している。

## 3. 研究内容

実施日		研究内容	会場
1	4 / 17 (水)	研究の方向性・内容の検討と確認	東小倉小学校
2	5 / 15 (水)	各グループで日常感じている健康課題について	小倉小学校
3	6 / 19 (水)	各グループの健康課題に迫る手立て・実態の情報交換	日吉小学校
4	7 / 17 (水)	各グループの取組・実践の経過報告	南河原小学校
5	9 / 18 (水)	各グループの取組・実践の経過報告	西御幸小学校
6	10 / 2 (水)	各グループの取組・実践の経過報告	戸手小学校
7	11 / 20 (水)	各グループの取組・実践の経過報告	古川小学校
8	12 / 18 (水)	各グループの取組・実践の経過報告	幸町小学校
9	2 / 26 (水)	各グループの取組・実践の経過報告	南加瀬小学校
10	3 / 5 (水)	研究の振り返りと今後の研究推進について	夢見ヶ崎小学校

## 4. 研究成果

「目と姿勢」「睡眠と生活習慣」の2グループに分かれ、各学校の実態や取り組み状況を共有した。視力検査の結果に合わせた指導や、夏休み中にメディアコントロールを行えるようなアウトメディアチャレンジの配付、児童委員会での活動などの具体的な取り組みが行われていることが確認された。また学習状況調査のアンケートから各学校の生活習慣を比較し、実態を把握することができた。

## 5. 今後の課題

メディアの使用などの生活習慣の改善には家庭の協力が欠かせないため、積極的な連携が必要である。今後も子どもの健全な成長を支援するため、メディア機器の適切な利用に関する健康教育を進めていく必要がある。共有した各学校の実態や取り組みを踏まえ、より効果的な健康教育を検討し、実践していく。