教育・研究・地域連携の一体的推進事業　実績報告書

責任者氏名	上原美子	所属	共通教育科

未来ある子どもたちの心身の健康づくりを支える地域連携プロジェクト

１事業活動の実績報告について（２０２６年２月末）

「概要」

近年、子どもたちを取り巻く健康課題は多様化・複雑化しており、学校だけで解決することが難しくなっています。こうした状況の中、学校・家庭・地域が連携し、子どもの健康を支える取組が求められている。文部科学省においても、学校と地域が協働する学校保健委員会の活用が推奨されている。本プロジェクトでは、学校において児童生徒の心身の健康を支えるコーディネーター的役割を担う**養護教諭を目指す学生**が、小学校・中学校・高等学校を対象とした**2つの地域学校保健委員会**の開催に、企画段階から参画した。大学生は、地域の健康課題について、教職員や医療・保健関係者、保護者等とともに協議し、子どもたちの健康を学び、発信する「伴走者」として関与した。地域学校保健委員会には、管理職・教職員、PTA、学校医、学校歯科医、学校薬剤師、地域保健センターの保健師等が参加し、学校種を超えて地域の健康課題を共有した。大学生が加わることで、世代を超えた対話が生まれ、相互に学び合う場となった。委員会開催後は、「地域学校保健委員会活動報告書」や「地域学校保健委員会だより」を作成し、**小学生約2,000名、中学生約900名、高等学校生徒約2,300名**を通じて、各家庭へ取組内容を周知した。本取組は、地域全体で子どもたちの健康を支える実践例として高く評価され、**埼玉県教育委員会「健康教育必携（2026年度）」への掲載**のほか、学校保健専門誌『心とからだの健康』（2026年4月号）や朝日新聞（2025年10月23日付）でも紹介された。小中学校テーマ：「良い姿勢を手に入れよう～背筋ピン！で心も体も元気～、高等学校のテーマ：「「ＭＨＬメンタルヘルスリテラシーを考える　～「知らない」がつくる壁「知る」がつなぐ心～」とした。

「活動実績」

①　教員と学生がともに取り組んだ方法

学生との教育・研究ならびに地域貢献として、 以下の活動を実施した。

１）各地域の健康課題の把握及び共通理解、解決のために実行委員会で対話を重ねながら、企画、運営をした。

表1【川口市立戸塚南小学校・川口市立戸塚小学校川口市立戸塚西中学校・埼玉県立大学】

月・日（曜）	会議名	参加者
春季休業中	第1回実行委員会	大学教員・各校養護語教諭
6/20（金）	第2回実行委員会	大学生・大学教員・各校養護教諭
8月上旬～下旬	第3回実行委員会（メール会議）	中学校保険委員学生・大学教員・各校養護教諭
10月上旬	事前アンケート実施　児童生徒・担任教員・保護者対象	中学校保険委員学生・大学教員・各校養護教諭
11/12（水）	第4回実行委員会	中学校保険委員学生・大学生・大学教員・各校養護教諭
12/3（水）	第5回実行委員会	大学生・大学教員・各校養護教諭
12/22（月）	地域学校保健委員会	大学生・小学生・中学保健委員・小・中校長・教員・大学教員・各校養護教諭・地域・行政の方々・保護者
12/22（月）	第6回実行委員会	大学生・大学教員・各校養護教諭

表 2【埼玉県立浦和高等学校・埼玉県立浦和第一女子高等学校・埼玉県立大学】

月・日（曜）	会議名	参加者
5/9（金）	第 1 回実行委員会（オンライン会議）	大学生・大学教員・各校養護語教諭
7/24（金）	第 2 回実行委員会	大学生・大学教員・各校養護教諭
11/5（水）	第 3 回実行委員会（オンライン会議会議）	大学生・大学教員・各校養護教諭
11 月上旬	事前アンケート実施　各学校保健委員対象	保健委員会への事前指導
11/21（金）	第 4 回実行委員会	大学生・大学教員・各校保健委員・各校養護教諭
12/11（木）	第 5 回実行委員会	大学生・大学教員　各校養護教諭
12/24（水）	地域学校保健委員会	各校保健委員・大学生・教員
1/23（金）	第 6 回実行委員会	大学教員・各校養護教諭

② 地域に根差した（教員と学生が地域に入り込む・地域住民と関わる）活動内容

１）地域学校保健委員会開催に向けた実行委員会の開催

各学校の児童生徒と信頼関係を構築するために、実行委員会を通して、アイスブレークを取り入れたり、ディスカッションの機会を設定したりした。実行委員会では生徒と学生が企画・運営・司会進行を担い、当日に向けて、ピアエデュケーションの雰囲気づくりを行った。 また、高校生の実態調査をもとに、学生の発表やグループワークを構成し、実態に即した内容になるよう協議した。事前アンケート調査は、生徒の興味関心を引き出すためにクイズ形式を 取り入れた。
（表 1、表 2 参照）

２）事前学習の決定及び取組

事前学習内容を学生と高校生が話し合い、高校生のメンタルヘルスに関する実態や精神疾患に関する知識やイメ ージ等を把握するために実施した。事前アンケートは大学生が結果を分析し、当日の指 導内容に取り入れた。(Googleform による入力) また、第 3 回実行委員会において浦和第一女子高等学校は「うつ病・摂食障害」、浦和高等学校 は「統合失調症・不安症」を分担し事前学習をすることに決定した。各自が調べ学習を行い、地域学校保健委員会当日にグループ内で発表した。事前アンケートや事前学習を 実施したことは参加者 全体のモチベーションにつながった。事前アンケートや事前学習に沿いながら当日進行することで、参加者が自分のこととして課題をとらえやすくな り、より興味関心をもちやすくなったといえる。

３）テーマに即した実態把握のためにアンケート調査の実施

学生が中心となって（案）を作成し、中学生及び高校生に意見を取り入れ、各養護教諭と意見交換後決定し、実施した。

【小学生、中学生、保護者、教員対象調査】＊学校保健専門誌『心とからだの健康』(2026 年 4 月号）より

【児童生徒対象】	【教員対象】	【保護者対象】
・あなたは姿勢がよい方だと思いますか。 ・授業中に取っている姿勢はどれですか。 （正しい姿勢、猫背、ほおづえをつく、椅子の足が床についていない、足を投げ出している、斜めに座る）	・授業中に取っている姿勢はどれですか。 （正しい姿勢、猫背、ほおづえをつく、椅子の足が床についていない、足を投げ出している、斜めに座る） ・学食と姿勢の関係はあると思いますか。	・お子さんは姿勢がよい方だと思いますか。 ・家で、どのような時に市制が悪いですか。

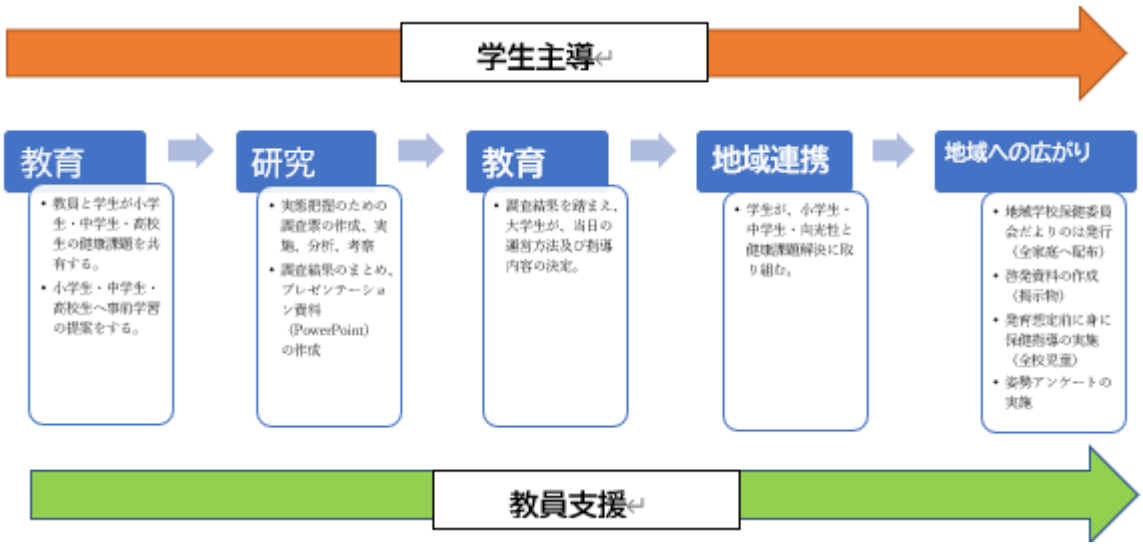
【高等学校保健委員対象】＊埼玉県教育委員会「健康教育必携（2026 年度）」より

【質問項目】

Q．1　日ごろストレスを感じることはありますか
Q．2　ストレスを感じる原因は何ですか
Q．3　ストレスを感じた時に、どのように対処していますか
Q．4　困ったときに、誰かに助けを求めることができますか
Q．5　今までに誰かに自分の悩みなどを相談したことがありますか
　　Q５で「はい」と回答した人に質問です。誰に相談しましたか
　　Q５で「いいえ」と回答した人に質問です。誰に相談したいですか
Q．6　今までに誰かに悩みを相談されたことがありますか
Q．7　誰かに悩みを相談されたときに、いつでも話を聞くことができますか
Q．8　精神疾患に関するイメージについて、自由に記述してください
Q．9　精神疾患に対して、社会でどのようなイメージがもたれていると思いますか
Q．10　精神疾患についての知識を問う質問（11問）

③ 教育・研究・地域連携との関連性

学生と教員が協力し、地域（小学校と中学校及び高等学校）の健康課題を共有しながら、その解決策を模索する地域学校保健委員会の開催に取り組んだ。



④ 学生の主体的活動（アクティブラーニング）内容

１）　地域学校保健委員会当日のグループワーク（高等学校）

高等学校では、グループワーク前半では、事前学習の内容を発表して共有でき、後半では、「精神疾患への偏見や社会でできること」「保健委員としてできること」について話し合った。個人ワークの時間を設定したことで一人一人が自分事として課題と向き合う機会となった。その後、高校生と学生の混合グループごとに積極的な話し合いが進み、考えが深められたり、広がりを見せたりする様子が見られた。 学生や生徒同士が共に学び合うピアエデュケーションの機会となった。







２）　地域学校保健委員会当日のグループワーク（小学校・中学校）

埼玉県立大学生による講話後、小学生、中学生、学生とグループワークを行った。始めに学生より３つのテーマに別けて講話があった。

自分の姿勢をチェックしてみよう

自分の姿勢をチェックし、健康に良い姿勢とは、目と画面の距離が３０ｃｍ離れていること等の説明があった。

疲れやすい姿勢を続けると

疲れやすい姿勢でいるとおこる身体や心への影響についてのお話があった。特に印象的だったお話は、「姿勢が悪いと集中力が落ちやすいと言われるが、本人は集中できているつもりになっている場合が多い」という内容です。つまり、疲れやすい姿勢を続けていると、「肩が痛い」「頭がボーっとする」「だんだん眠くなってきている」等の自分の体の変化に集中力が低下しているため気が付きにくいとのことだった。

姿勢改善のためにできること

健康に良い姿勢を保つには、「腹筋」「背筋」「首の筋肉」をほぐしたり、鍛えたりすることが大切とのお話があり、実際にラジオ体操を行った。



目と画面の距離は30cm以上離そう!



ラジオ体操には姿勢に良い動きがたくさん!





⑤ その他（①～④以外の活動実績として記載する事項があれば記入）

地域学校保健委員会開催後の各学校の取り組み

１）川口市立戸塚西中学校保健委員の活動（地域学校保健委員会だよりの発行・掲示物作成）



２）川口市立戸塚南小学校保健だよりの発行（抜粋）



■グループワーク「姿勢改善のために学校・家庭で取り組めることを考えよう！」

戸塚南小と戸塚西中の児童生徒保健委員でグループを作り、話し合いをしました。県立大学の学生さんが各グループに入り、意見を出しやすいようにファシリテーターを務めてくれました。

十分話し合いができなかったグループもありましたが、活発な意見交換ができました。

〈グループワークで出た意見〉

●学校でできること
- ポスター掲示
- 声掛け、放送
- 背もたれに背中をつけない
- 休み時間に外で遊ぶ
- 授業前に背伸び

●家庭でできること
- ラジオ体操
- ストレッチや体操
- スマホの時間を決める
- 座り方の工夫
- おなかに力を入れて座る

ポスターなどで呼びかけたい

■指導助言　埼玉県立大学教授　上原美子　様

姿勢は毎日のことですが、自分の姿勢については気づきにくいです。グループワークで共有したことを、学校でぜひ共有してください。

中学校は楽しいですよ！みなさんを待っています！

■小学生にメッセージ（戸塚西中学校　生徒会副会長より）

今回、戸塚西中学校の生徒会より、小学生に向けてのメッセージをいただきました。中学校進学に期待と不安を持つ６年生児童には、とてもうれしいメッセージでした。

■感想

〈保護者〉
- 県立大学の学生さんのお話はわかりやすくて良かったです。グループワークにも、小中学生の中に大学生もついて、話がスムーズにできたのではないかと思います。姿勢について、家庭でも話をしたいと思います。
- とても身近なテーマで関心が持てました。生徒たちも自分のこととしてしっかりとらえていたと感じました。

〈児童〉
- 悪い姿勢をしないことを心がけたい。タブレットを見るときは目から画面まで３０㎝離したい。
- 中学生のみなさんも優しく接してくれて、楽しく交流することができました。
- 姿勢は身体にも心にも影響していることを知り驚きました。今回改めて自分の姿勢について考えてみた時、やはり猫背が多いなと思いました。これからは「背筋ピン」を意識しようと思います。

３）埼玉県教育委員会　健康教育必携（2026 年度
（埼玉県教育委員会ホームページに掲載）

学校健康教育必携 - 埼玉県教育委員会

(2)　実践事例：地域学校保健委員会の実践報告（PDF：6,258KB）

「得られた成果」（高等学校の地域学校委員会の開催を通して高校生、大学生の声から）

①　運営面での成果

１）第三者（大学生）による進行の有効性

・高校生が安心して発言できる雰囲気がつくられ、グループワークが円滑に進行した
・来年度以降も継続してほしいという声があり、運営方法として高い評価を得た。

２）協働による企画運営力の向上

・大学生は、企画を複数人で運営する難しさと同時に、役割分担や連携の重要性を実感した。
・臨機応変な対応力やリーダーシップを実践的に学ぶ機会となった。

３）学校・大学・地域をつなぐ連携の実現

・高校生・大学生・養護教諭が関わることで、単独では成立しにくい学びの場が構築された。
・異なる立場の協働が、企画の質を高めることが確認できた。

②　内容面での成果

１）メンタルヘルスを「自分事」として考える視点の獲得

・精神疾患そのものではなく、「偏見が生まれる背景」や「身近さ」に目が向けられた。
・励ましが時にプレッシャーになることなど、日常場面に直結する気づきが生まれた。

２）対話型・参加型学習の有効性

・一方向的な講義ではなく、問いかけやグループワークを通じて考える構成が、高校生の理解を深めた。
・高校生自身が経験や感情を振り返る契機となった。

３）高校生自身が経験や感情を振り返る契機、現実感のある学びの提供

最新研究や当事者の体験談を取り入れる工夫により、知識が抽象論に終わらず、高校生にとって納得感のある内容となった。

③　専門職（養護教諭）の関与による成果

１）学校の実態に即した深化

・養護教諭の助言により、高校生の現状や課題を踏まえた現実的な企画が実現した。
・大学生にとっては、専門職の視点を学ぶ機会となった。

④　今後への示唆

１）偏見の背景やストレスの原因をより深く扱うことで、理解がさらに促進される。

２）事前学習・事後振り返りを充実させることで、学びの定着が期待できる。

３）本企画は継続・発展させる価値のある実践モデルである。

「現状の課題と今後の展望」　地域学校保健委員会の開催を通して

現状の課題

本事業では、事前に計画を立案し実施したものの、開催時期が大学行事と重なったことにより、計画どおりに進行できない場面が生じた。特に事業終盤においては、大学生にかかる準備・運営上の負担が大きくなり、学生の学修状況や行事日程を踏まえた、より慎重なスケジュール調整の必要性が明らかとなった。このことから、今後は関係機関間での早期調整や、役割分担の明確化を含めた運営体制の再検討が課題である。

また、今年度は活動の過程や成果を体系的に記録として残すことが十分にできなかった。グループワークにおける児童生徒・学生の発言や相互作用、学生による発表内容などについて、客観的な記録が限られていたため、詳細な振り返りや分析に制約があった。事業の効果検証および改善を図る上で、活動記録の在り方は重要な課題である。

さらに、近年、健康課題は多様化・複雑化しており、単一の学校や校種のみでの対応には限界がある。校種を超えた連携を一過性の取組にとどめず、継続的な仕組みとしてどのように構築・維持していくかについても、今後も検討を継続していく。

今後の展望

今後は、グループワークの様子や学生によるスライドを用いた発表等をビデオ撮影し、動画や資料と記録を残すことにより、活動内容を可視化し、より詳細な振り返りと分析が可能になると考える。記録を基にした検証を行うことで、運営方法や内容の改善点を明確にし、次年度以降の事業の質向上につなげることが期待される。

次年度は、こうした記録と分析を通して、大学・小学校・中学校・高校・専門職それぞれの役割を一層明確化し、計画性と実効性を兼ね備えた地域学校保健委員会の運営を目指したい。記録に基づく継続的改善により、より発展的な取組へと深化させていくことが可能になると考える。

本事業は、健康課題の解決および健康づくりの推進に向け、地域における校種間連携の重要性を具体的に示す取組であった。今年度は、埼玉県立大学が推進する「教育・研究・地域連携が一体となった仕組みづくり」を目指す事業と協働し、小学校・中学校及び２校の高等学校と連携した地域学校保健委員会を開催した。この実践を基盤として、今後も協議の場を継続的に設け、連携を深化させていくことが求められる。

今年度の地域学校保健委員会では、児童・生徒・学生が他者の意見を聴き合うことを通して、自身の姿勢やメンタルリテラシーをより「自分事」として捉える姿が見られた。個人の健康にとどまらず、他者や社会の健康課題に目を向け、保健委員として自分たちに何ができるのかを考える機会を創出できた点に、本取組の意義があると考える。今後も、こうした学びを継続・発展させ、地域全体で児童生徒の健康課題に向き合う実践へとつなげていきたい。