

◆心の健康



行動計画・行動指針	
学 校	心の教育の充実 (発達段階に応じた学校全体での取組)
	学校内における相談活動の充実
	やすらぎの場や雰囲気のある学校環境の整備
	保護者に対する啓発活動の推進
家 庭 (地 域)	子供との会話やふれあいの充実
	規則正しい生活リズムの確立
	子供の心の変化についての早期発見・早期対応
行 政	気軽に相談できる体制の充実
	保護者を対象とした子供の心を理解するための啓発活動の充実
	いじめ、不登校、児童虐待、体罰等の防止に関する対策の充実

目指す子供の姿

- ・自分を大切にし、他者を思いやることができる子供
- ・ストレス対処能力を身に付けることができる子供
- ・自分の考えや気持ちを効果的に相手に伝えることができる子供
- ・情報を正しく選択・判断し、マナーを守ることができる子供

子供を取り巻く現状

大人の意識・行動	子供の実態
・家庭内で子供と「毎日挨拶する」割合が増加している ・子供と「毎日会話する」割合が増加している ・子供と「家族の中でルールや規則（役割や就寝時刻、ゲーム使用、TV視聴時間等）を決めていない」割合が増加している	・不安や悩みを抱えた時の相談相手として、学年があがるとともに「家族には相談しない」割合が増加している ・1日に「メールやパソコン、ゲームをする時間、テレビを見る時間」が3時間以上の割合が増加している ・「朝すっきり目が覚める」割合が減少している

具体的な取組例

・心の健康について理解を深める授業づくりの工夫を図る。（道徳、体育・保健体育等） ・多くの人との関わりにより、自分自身の情動のコントロールの仕方などを学ぶことができるよう支援する。 ・情報モラルについて、カリキュラムをもとに発達段階に応じて指導する。 ・人権教育や性に関する指導（生命尊重）等との関連性を活かして指導する。
・朝の健康観察を組織的に充実し、心身の様子等から問題に対して早期発見・早期対応を図る。 ・プライバシーの保護に配慮した相談室の環境づくり・相談体制の充実を図る。 ・不登校やその傾向が見られる場合には、早期に相談体制を整え、関係づくりと対応の充実を図る。 ・各専門機関との連携を強化する。
・整理整頓の行き届いた清潔感のある学校環境の整備を推進する。 ・登校時の挨拶運動など、子供同士が協働することで、関わり合いが深まるよう推進する。
・心の健康に関する講演会の開催や保護者の相談しやすい体制づくりの充実を図る。 ・子供の携帯電話・スマートフォン等の所有に係る影響についての啓発を推進する。
・子供の行動に関心を持ち、出来事・友達・学校のこと等を意識して親子の対話を進んで実践する。 ・「おはよう」「ただいま」「おかえり」「おやすみ」などの挨拶を親子ともに行う。 ・地域において親子で参加できる活動に、進んで参加する。 ・地域において挨拶を行う。 ・パソコン・携帯電話・スマートフォン等のフィルタリングの取扱いや使い方のルールづくりについて、子供と積極的に話し合う。 ・インターネットや無料通信アプリの危険性について親子で理解を深め、子供の利用状況を確認する。
・家族で、十分な睡眠をとり、早寝、早起き、朝ごはんを実践する。 ・子供の習い事が過度にならないよう気を付ける。 ・メールやパソコン、ゲームをする時間、テレビを見る時間を家族で決める。 ・ネット依存の防止を図る。
・子供が相談できる親子関係を育むよう、日頃からコミュニケーションを図る。 ・子供の様子・身体の変化や発育測定・健康診断の結果に関心を持つ。
・金沢市教育プラザ等の相談事業の啓発に努め、利用促進を図る。 ・学校保健センターの健康相談（カウンセリング）事業の啓発に努め、利用促進を図る。 ・相談に関わる専門家による相談体制の充実を図る。
・子供の心を理解するための講習会等の開催事業の充実・拡大を図る。 ・子供の心の健康に関連する図書、ビデオ、DVD等の整備や充実を図る。 ・インターネットや無料通信アプリの問題等について啓発を図る。
・同じ悩みを持つ保護者間の意見交換の場を設定するよう努める。 ・相談員による定期的な家庭訪問等を含めた相談体制の確立を図る。 ・ネットや携帯メールの掲示板の監視、ブログ等の規制により、いじめの未然防止に努める。 ・専門家派遣事業の利用促進を図り、児童生徒の教育の充実、保護者への啓発を推進する。 ・教職員の研修の充実により、理解の向上を図る。 ・いじめ110番、体罰110番など相談先の周知、相談先の拡充を図る。