

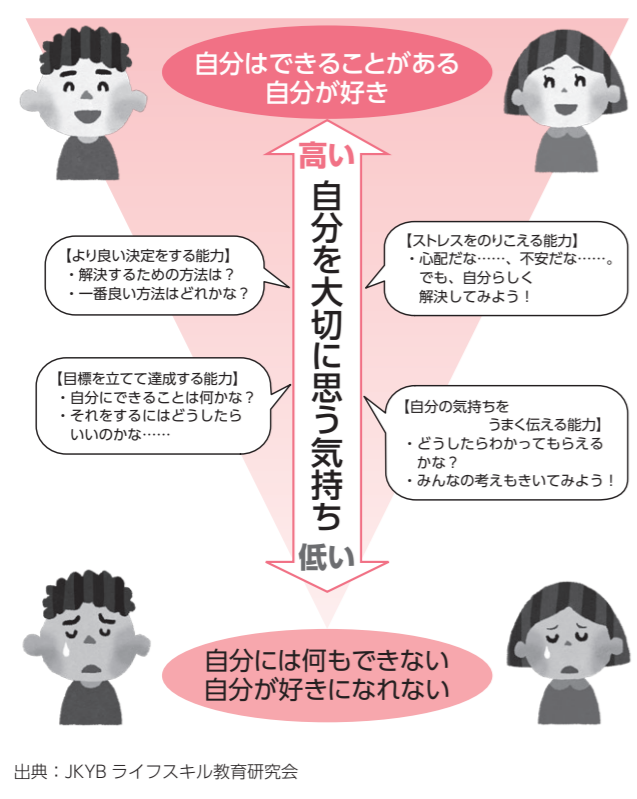
未成年者飲酒防止教育の現場レポート 「心の根っこ」を育てる ライフスキル教育

茨城県鹿嶋市立高松中学校
養護教諭 関根 幸枝

関根先生は、未成年者飲酒防止教育をはじめとする健康教育を通じて、子どもの生きる力を育む「ライフスキル教育」を養護教諭として実践されています。現場での取り組みや、その思いを伺いました。

編集部

図表1 ライフスキル（心の能力）



出典：JKYB ライフスキル教育研究会

ところに、研修を紹介いただいたのがきっかけです。

以降、私は養護教諭として、ライフスキル教育をベースに、子どもたちの心を元気にする健康教育に取り組みんでいます。歯と口、咀嚼や食から始まり、喫煙・飲酒・薬物乱用防止教育へと、子どもたちの成長に合わせて展開してきました。

ライフスキル教育と

未成年者飲酒防止の関係

未成年者飲酒防止をはじめとする健康教育において、私は正しい知識

を正確に教えればよいのだと思っていました。でも子どもたちは、わかっているでもやらない、やろうとしない。これは、私たち大人でもそうかもしれないですね。

もちろん、「未成年者飲酒はよくない」とわかってもらうことは大前提です。子どもたちが行動変容を起こすには、さらにライフスキルが必要となります。

「自分のことが大切だ」という自己肯定感を育て、「自分の健康は自分で守ろう」と思える子を育てること。そして、実際に自分の健康を守

現場で見る未成年者飲酒の実態

私は養護教諭として中学校に3年間、その後小学校に長く勤務し、5年前に中学校へ戻ってきました。初めに中学校に勤務した頃と現在を比べると、子どもの飲酒が減少しているという実感があります。当校に赴任してから、飲酒が問題になったことはほとんどありません。

一方で、自分から進んでは飲むわけではないけれど、親戚のおじさんなどに「もう中学生なんだから」と勧められて飲んだ経験のある子がいるのも事実です。ある子が「前よりも苦く感じなかった」と何気なく言っていたのを聞いて、驚いたことがあります。日本の風土として、大人が喫煙よりも飲酒に寛容だということを常々感じています。

また、生活習慣の乱れから喫煙や飲酒を始めてしまう子もいます。大人への憧れや、間違った仲間意識が影響して、危険行動をとってしまう子たちが、飲酒に走ってしまうことがあるのです。

自信を持っていない子どもたちの「心の根っこ」を育てていく

心の根っこがないと感じるのは、一部の問題を抱えた生徒だけではあ

るために必要なさまざまな力を身に付けていくこと。このすべてが必要なのだと考えています。

ちなみに、アルコール依存症になつてしまう方の中には、ライフスキルが低い人が多いと聞いています。子どもたちが大人になつてから、お酒とうまく付き合っていくためにも、ライフスキルは必要なのです。

ライフスキル教育は

楽しく3つの感覚を育てていく

ライフスキル教育では、子どもたちが楽しく学べるように心がけています。子どもたちはみんな、活動中心で行うライフスキル教育が大好きです。子どもたちが話し合い、関わり合い、認め合いながら学習を進めていくことで、子どもたちの「心の能力」を高めていきます。

活動では、3つの感覚を育てていくことを大切に考えています。1つ目は、個性の感覚です。子どもたちは自分のことがあまり好きではないという傾向があります。「自分らしくいいんだ」と実感できる活動を、多く取り入れます。

2つ目は、有能性の感覚です。子どもたち同士が関わり合っていく中で、「友だちの助けができた」「自分にはできることがある」と、少しずつ

りません。今、ほとんどの子どもたちは自信を持っていません。認められたり受け入れられたりする経験がなかなかできず、「どうせ自分なんか」という思いをもっている子が多く見られます。

自分に自信がないと、自分を大切にすることはできません。自分を大切にできないと、周囲の人々を大切にできないのは当然です。自分の思いを伝えられず、トラブルを起こします。でも、トラブルをどう解決したらいいのかわかりません。

ですから、問題から逃げる、投げ出す。また、自分の気持ちがコントロールできなくて、乱暴なことをしてしまったり友だちとの関係を壊してしまったり……。辛さや苦しさに向かっていく、心のしなやかさがありません。

私たちは、子どもたちの「心」に根っこを育てていかなければなりません。今、そのために実践しているのがライフスキル教育です（図表1）。ライフスキル教育では、子どもたちの自己肯定感を土台とする「心の能力」を育み、望ましい方向への行動変容を促していきます。

私がライフスキル教育と出会ったのは、15年ほど前のことでした。養護教諭としての力不足を感じていた

つ自信を持つことができるような活動を重ねていきます。

3つ目は、絆の感覚です。个性的でそれぞれ違うみんなが関わり合う中で、「一人じゃない、みんなつながっている」という絆感を育てていきます。

実践例

①知識を学ぶ

未成年者飲酒防止教育では、子どもの発達段階に応じて知識を与えていきます。一方的なレクチャーでは、子どもたちは納得してくれません。活動の中で、子どもたちが知識を学んでいける工夫が大切です。

中学校3年生では、教科書や資料で知識を学んだ後に、お酒は飲んではいけないと伝えるポスターを制作しました。まず、4人程度のグループで、お酒について知っていることをブレインストーミングで挙げて短冊に書いていきます。それを分類して整理した後、模造紙にまとめて再度知識の確認をします。その後、同じグループでポスターを仕上げ、最後にはグループ全員でプレゼンします（写真1）。

ポスターを作るために、子どもたちは相当勉強しなければなりません。



写真1 制作したポスターを皆の前でプレゼン

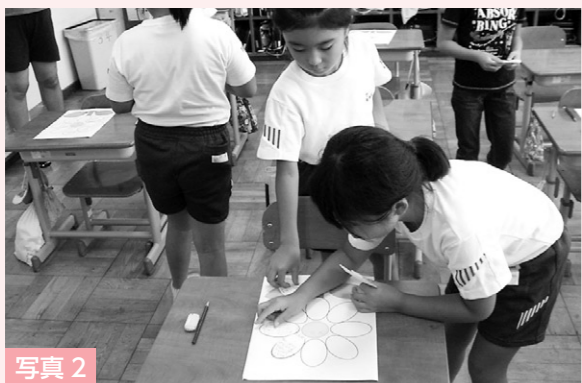


写真2 「自分のよいところ」のお花を作成

図表2 喫煙、飲酒、薬物乱用のきっかけは？

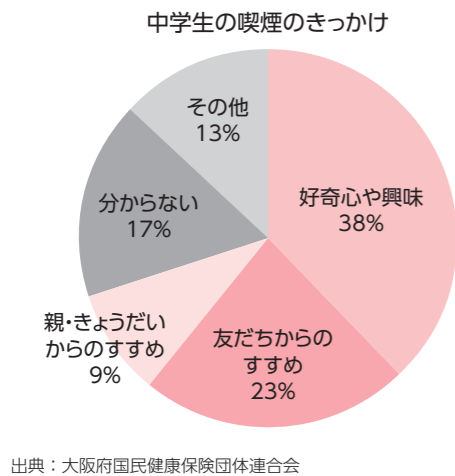


写真3 メッセージを見て喜ぶ子どもたち

年生で行う「おしゃべりしあおう」では、友だちとたくさん話をして、話を聞いてもらって、コミュニケーションの楽しさを感じていきます。3人グループで「好きな給食のメニューは？」「一番ほしいものは？」「海と山ではどっちが好き？」などの質問が書かれたカードを引き、順番に話します（写真4）。

また「わたしのよいところ」という活動では、一人ひとりがクラスの全員に向けて、その人の良いところを書いたカードを贈ります。シート

の真ん中には自分の名前が書いてあって、クラスの全員からもらったカードをそこに貼っていくと、自分の良いところのお花が完成するというものです（写真2）。

3年生なりにコミュニケーションのポイントを理解しているのです。小学校高学年で行った「誘うのはやめて」では、もう少し強いプレッシャーがかかった場面での対処法を考えていきます。

自己肯定感を高める活動では、ほめられる体験がたくさんできる仕掛けが用意してあります。この学習では、子どもたちはキラキラしたとても素敵な笑顔を見せてくれます。

中でも私が一番好きなのは、「秘密の友だち」という活動です。秘密の友だちを3人決めて5日間観察し、肯定的なメッセージを送るといいます。

子どもたちの飲酒の弊害について学習した後、「体に良くないのに、お酒を飲んでしまうのはなぜだろう？」と子どもたちに問いかけます。授業では、喫煙や薬物乱用についても併せて考えていきます。

お互いに気分が悪くならないように、友だちとの人間関係を壊さないように「掃除はさぼりたくない」と

でも、子どもたちはほめる言葉をよく知りません。そこで秘密の友だちを観察する前に、今までにほめた言葉や、ほめられた言葉をブレインストーミングで挙げ、模造紙に分類して教室に掲示しておきます。この活動は子どもたちにとって大きなヒントになるようです。

危険行動のきっかけで挙げられた「興味や好奇心」に負けずに、正しい情報を見極める力を身に付けるために、広告分析を行います。

このデータを示し、「興味や好奇心に負けないためには、情報を正しく見極める力が必要だよね」「周りのからの誘いを断るためにはコミュニケーションの力を高めないといいよね」ということから、④⑤の活動につなげていきます。

発表では、「ジュースのような見た目を買わせようとしている」「注意書きが小さくて分かりにくくしてある」など、厳しい指摘が出てきます。けっして、広告そのものが悪いわけではありません。ただ子どもたちは、たくさん情報をそのまま受け取るのではなく、本音がどうかを見極めることが大切だと気付くようになります。

