

中学生の心身の健康に対する

意識変化と行動変容を促す養護教諭の実践

—プリシード・プロシードモデルを用いて—

教育実践高度化専攻 児童生徒発達支援コース 養護教育実践系

今中 麻美

中学生の心身の健康に対する意識変化と行動変容を促すための養護教諭の実践を、ヘルスプロモーションを展開していくためのプリシード・プロシードモデル（以下PPモデル）を用いて行った。PPモデルの①前提要因、②強化要因、③実現要因の向上を目的とし、それぞれ①朝の会での健康診断に関する保健指導、②生徒保健委員を通じた全校生徒への筋弛緩法の波及・保健だよりの参加型クイズ企画、③昼休みの保健室開放の取り組みを行った。実践後には体の調子を高める方法についての生徒の知識が増加し、養護教諭は健康について教えてくれる人であるとの認識が高まった。実際に生活習慣等の行動変容には至らなかったが、その前段階としての意識変化が生じたと考える。さらにQOLに関するいくつかの調査項目において向上が見られた。本実践による健康への意識変化がQOLの向上に関係したとも考えられる。

今後はPPモデルを基盤としつつ必要に応じて他の理論も用いながら、より意義のある取り組みを模索し、行動変容をさらに進めていくことが必要だと考える。