

【代表的な研究テーマ】

- **児童・生徒の喫煙・飲酒防止、大麻等の薬物乱用防止に関する教育実践研究**
 □ **マインドフルネスとアンガーマネジメントを用いた健康教育に関する実践研究**

キーワード：喫煙・飲酒・薬物乱用防止教育、メンタルヘルス、健康教育、ヘルスプロモーション

1) 児童・生徒の喫煙・飲酒防止、大麻等の薬物乱用防止に関する教育実践研究

研究室の学生達と共に、児童・生徒の喫煙・飲酒防止、大麻等の薬物乱用防止に関する授業の開発を進めています。

研究室では、これまでに、静岡県内外において約2万3千人の児童・生徒を対象として、喫煙・飲酒、薬物乱用防止に関する指導を行ってきました。そこでは、喫煙・飲酒・薬物乱用防止に関する科学的な知識の獲得と共に、情報に流されないためのメディアリテラシーや社会的圧力への対処能力の育成、加えて、自尊感情の向上、良好な人間関係づくり、社会の環境改善（ヘルスプロモーション）の視点を重視した授業を推進してきました。これからも、児童・生徒の健康の保持増進と人生100年時代を見据えた健康長寿の実現に寄与すべく、保健の授業の実践 研究に取り組んでいきたいと考えています。



2) マインドフルネスとアンガーマネジメントを用いた健康教育に関する実践研究

ストレスの多い現代社会において、健康的な生活を過ごしていくためには、自分のメンタル(心の状態)を健康的に維持する能力が求められます。その能力を高めるための、“怒り”の感情を上手くコントロールする能力の向上や、“瞑想法”を用いた体験的な保健の授業(教育法)の開発に力を注いでいます。

健康に害をもたらす生活行動の改善に対して、いわゆる“脅し教育”だけで授業を進めてしまうと、学習者にその健康問題の当事者意識を薄れさせてしまう結果にいたり、個人における問題解決能力の低下や、社会環境を改善していこうとする活動意欲を低下させてしまう場合もあります。

私たちの授業の実践研究では、その弊害を払拭するため、健康の保持増進に関する科学的な知識の獲得とともに、児童・生徒の発達段階に応じながら、認知科学や人の行動科学の知見を教材に取り入れつつ、より効果的な保健の授業の開発を目指しています。

まず何より、学ぶことが楽しいと思えること、そして、かけがえのない命をいとおしく思える学びの体験を通して、児童・生徒の“生命尊重”の意識を高めていきます。現在のそして将来にわたり、すべての年齢において健康的な生活を確保し、福祉を促進する主体者となる児童・生徒を育てたいと考えています。

■ その他の社会連携活動

- ・(財)日本学校保健会 保健学習推進委員会 委員 平成8年度～平成16年度
- ・磐田市教育委員会 エイズ教育(性教育)推進地域事業委員会 委員 平成15年度～平成16年度
- ・富士市教育委員会 思春期保健検討委員会 委員 平成20年度～平成22年度
- ・静岡市教育委員会 静岡市立足久保小学校 評議委員 平成20年度～平成29年度
- ・静岡市教育委員会 静岡市体力向上専門家委員会 委員 平成21年度～現在
- ・静岡市健康福祉長寿局 静岡市タバコ対策応援団委員会 委員 令和3年度

■ 相談に応じられる関連分野

- ・保健体育科教育学
- ・健康教育・性教育
- ・健康・安全な社会環境づくり(ヘルスプロモーション)



赤田 信一
 学院教育領域
 保健体育系列
 准教授