

保健の学びの満足と実践からみる「生きる力」の検討

—大学生の既習した保健学習の実態より—

林 園子

1. 問題と目的

学校現場では「生きる力」の育成が取り組まれて久しい。中央教育審議会は1996（平成8）年に、変化の激しいこれからの社会を生きていくために必要な資質・能力を「生きる力」と称し、学習指導要領の基本理念として打ち出してきた⁽¹⁾。この「生きる力」は、確かな学力、豊かな人間性、健やかな体の3要素から構成されている（中央教育審議会答申、1996）。それから約10年後、文部科学省は、これまでの教育政策の実績結果より、3要素のひとつである「確かな学力」のさらなる促進を掲げ、2008（平成20）年度から「生きる力」の育成の継続を示した（文部科学省、2008）⁽²⁾。さらに約10年後、「生きる力」3要素の基本的な概念は変わることなく20年前から変化している我が国の社会現状を踏まえ、生徒に必要な資質・能力に精査され、中等教育において中学校は2017（平成29）年、高等学校は2018（平成30）年告示の学習指導要領より引き続き育成していく。

保健体育審議会（1997）は、中等教育の保健教育⁽³⁾において「健康の価値（生きるために健康は大切であること、必要であること）を認識し、自らの課題を見付け、健康に関する知識を理解し、主体的に考え、判断し、行動し、よりよく課題を解決する」資質や能力の育成を求めており、高等学校の保健学習に位置づく「科目保健」では、保健体育審議会でも示した資質・能力を踏まえ、習得した健康に関する知識や技能、課題解決方法等を自ら意思決定・行動選択して日常や将来の生活に活用（実践）していくための「確かな学力」の育成を目指している（以下、保健学習における健康・安全に関する学びを「保健の学び」とする）。特に、高等学校における保健の学びは、自身の日常生活（個人生活）だけでなく、自身の将来を見据えつつ、健康・安全な家族や社会づくり（社会生活）において健康の保持増進ができる知識や技能の習得が求められている（文部科学省、2009）。したがって、高等学校における保健の学びは、変化の激しい社会で生きていくために必要な資質・能力の育成に直結する学びであり、「確かな学力」の育成に重要な役割を担う科目と言えよう。

保健の学びの大切さ（重要性）の感じ方について、先行研究より高校生（日本学校保健会、2021）や大学生（青柳、2015）は、大切さを実感していることを報告している。その一方で、保健の学びの楽しさ、面白さ、好き嫌いという感じ方に満足していないことも述べている。保健の学びの満足は、さらなる学びへの興味関心をもち、学習意欲の向上につながる（青柳、2015）。「確かな学力」の育成に学習意欲の向上は不可欠である（文部科学省、2003）ことから、保健の学びの満足は、「生きる力」の育成に必要な要素である。

また、高等学校における保健の学びは、知識や技能を日常や将来の生活に活用するための実践力の育成も求められている。日本学校保健会(2021)の全国調査では、保健の学びを「自分の生活に活かしているか」の問いに対象者(高1生:3786名,高3生:2858名)の7割近くが「活かしている」と回答している。ゆえに、先行研究の保健の学びの満足と活用(実践)状況の結果から、保健の学びに満足する者が増えることにより、さらに学びを日常や将来の生活に活用(実践)する者は増えることが想定できる。

そこで本稿では、生きる力の育成の継続が求められる高等学校学習指導要領(平成30年告示)の実施開始(2022年より年次遂行にて実施)にあたり、旧学習指導要領(2009)で示してきたこれまでの保健の学びと生きる力の育成に関する状況を精査するために、保健の学びを既習した大学生を対象に高等学校時代の保健の学びより、学びの満足や学びによる実践の状況、そして、生きる力との関連を検討することを目的とする。

2. 方法

2-1. 調査概要

首都圏の私立大学に在籍する学生(1~4年次男女)1978名を対象に、Web調査における無記名自記式調査を実施した。有効回答数は1859名(94.0%)であった。調査期間は2022年7~10月に行った。

2-2. 質問項目

基本的特性(性別、年次、保健の履修時期、保健の学びの満足度・価値観)、保健の学びによる有用・実践、生きる力尺度の3項目である。項目の選定は、高等学校現職教員2名、教科教育(保健体育)担当大学教員3名で行った。

2-2-1. 基本的特性

性別、年次、保健の履修時期(2年間、1年間のみ、1~卒業年次までの毎年、科目として時間割に割り当てられず教員の裁量)は選択式、保健の学びの満足度(楽しさ、好き嫌い、面白さ)及び価値観(日常生活への有益性、勉強としての必要性、健康理解への大切さ)は2件法で尋ねた。

2-2-2. 保健の学び9項目

WHO(1947)による「健康の定義」を踏まえ、旧学習指導要領に示される保健3単元(現代社会と健康、生涯を通じる健康、社会生活と健康)より「保健の学び9項目」を選定した。なお、対象者には現在の状況より「保健の学びは、日常や将来の生活に役立つと感じているか(有用)」と、「保健の学びは、今の日常や将来の生活に活かしているか(実践)」の2観点を4件法(4:とてもよくあてはまる~1:全くあてはまらない)で尋ねた。

2-2-3. 生きる力尺度

この尺度は、社会人になることに対して現実味を帯びている(実際に社会人として生活しながら学校生活を送る者を含む)夜間定時制課程高校生(以下、定時制高校生という。)

を対象として、学習指導要領の基本理念である「生きる力」3要素をもとに林（2020）が作成した尺度である。先行研究において、一般高校生を対象に「生きる力」を基盤とした尺度はいまだに開発されていない。そして、大学生を対象としたライフスキル尺度の研究は散見されるが、高校卒業以上を対象とした学習指導要領が示す「生きる力」3要素に忠実に則って作成した尺度は存在しない。したがって、学校で育成する「生きる力」からみる実社会に必要な力を示すこの尺度を本研究の対象者に応用することは可能であると判断し起用した。各因子の項目を5件法（5：とてもよくあてはまる～3：どちらとも言えない～1：全くあてはまらない）で尋ねた。

2-3. 分析方法

Web調査で収集されたデータから、3段階によって分析を行った。第1に、保健の学び9項目の有用（役立つと感じている）と実践（実際の生活に活用している）の関連を検討するために、各項目の平均値を算出して平均値間の比較をT検定で行った。第2に、この2観点の意識を高めるために重要視すべき生きる力因子は何であるのかを検討するために重回帰分析を行った。第3に、保健の学びの「満足度」及び保健の学びによる「実践」と生きる力因子の関連を検討するために、「満足度」と「実践」の意識高低の組み合わせを要因とする一元配置分散分析及び多重比較（Tukey法）を行った。

2-4. 倫理的配慮

対象者には、研究の趣旨、個人情報保護方針、データ管理、統計的処理によって個人の特がされないこと、調査協力は任意であり協力の有無により不利益が生じないこと、不明点の問い合わせ先などを口頭やWeb調査データ内の文書にて説明した。

3. 結果

3-1. 調査対象者の特性（表1）

主な特性として、科目保健の履修時期は「2年間（1～2年次）」48.9%（n=909）が最も多く、次いで「1年次～卒業年次の毎年」33.6%（n=624）であった。高等学校学習指導要領（2009）で示す保健標準授業時数では「原則として入学年次（1年次）からその次の年次（2年次）の2か年にわたり履修させること（現行においても同様）」としており、原則以上で履修している者は全体の8割以上を占めていた。次に、保健の学びの「満足度」3項目において、「保健の学びは楽しかったか」の問いに「楽しくなかった」51.3%（n=954）、「保健の学びは好きだったか」の問いに「嫌いだった」53.4%（n=992）、「保健の学びは面白かったか」の問いに「面白くなかった」72.5%（n=1347）と否定的な回答が多い傾向であった。一方、「価値観」3項目において「保健の学びは自分のためになっているか」の問いに「自分のためになっている」85.6%（n=1591）、「保健の学びは学校の勉強として必要か」の問いに「必要である」93.1%（n=1730）、「保健の学びは健康を理解する上で大切であるか」の問いに「大切である」93.9%（n=1745）と肯定的な回答が多い傾向であった。

表1 対象者の基本的特性

性別	n	%	学年	n	%	履修時期	n	%
男子	782	42.1	1年次	857	46.1	2年間(1~2年次)	909	48.9
女子	1077	57.9	2年次	495	26.6	1年間のみ	261	14.0
合計	1859	100.0	3年次	483	26.0	1年次~卒業年次の毎年	624	33.6
			4年次	24	1.3	教員の裁量	65	3.5
			合計	1859	100.0	合計	1859	100.0

保健の学び				日常生活への有益性			
保健の学びの楽しさ		n	%	自分のためになっている		n	%
	楽しかった	905	48.7		1591	85.6	
	楽しくなかった	954	51.3		268	14.4	
	合計	1859	100.0		合計	1859	100.0

満足度	保健の学びの好き嫌い		価値観	学校の勉強としての必要性		
	n	%		n	%	
	好きだった	867	46.6	必要	1730	93.1
	嫌いだった	992	53.4	不必要	129	6.9
	合計	1859	100.0	合計	1859	100.0

保健の学びへの面白さ		n	%	健康への理解の大切さ		
	面白かった	512	27.5	大切である	1745	93.9
	面白くなかった	1347	72.5	大切ではない	114	6.1
	合計	1859	100.0	合計	1859	100.0

3-2. 保健の学びによる有用・実践 (表2)

対象者が既習した「保健の学び9項目」に対して「日常や将来の生活に役立つと感じているか(有用)」と「今の日常や将来の生活に活かしているか(実践)」4件法による平均値を算出した結果、両観点の全項目の平均値は3.00以上の肯定的な回答であった。各項目の両観点における平均値間の差をT検定で検討したところ8/9項目に有意な正の値を示した。9項目全体の平均値(有用3.30, 実践3.22)より高かった項目は、病気・ケガの予防(有用3.45, 実践3.30)、性知識・性情報(有用3.43, 実践3.26)、社会に出てからの生活(有用3.33, 実践3.25)、家族や仲間の健康状態の把握・支援(有用3.32, 実践3.24)の4項目であった。

表2 保健の学びによる有用・実践

保健の学び9項目	n=1859				t値	
	有用	SD	実践	SD		
1 国民全体の健康への生活改善や環境づくり(地域の保健・医療機関やスポーツ施設などの活用方法)	3.26	.70	3.16	.73	7.11	***
2 病気・ケガの予防	3.45	.67	3.30	.71	11.57	***
3 性知識・性情報(異性への理解, 性行動の責任)	3.43	.64	3.26	.70	12.31	***
4 社会に出てからの生活	3.33	.69	3.25	.72	6.50	***
5 家族や仲間の健康状態の把握・支援(ライフステージ)	3.32	.69	3.24	.73	6.12	***
6 自分の人生を豊かにする(趣味・生きがい・QOL)	3.28	.71	3.21	.73	5.98	***
7 自分の生活習慣の見直し	3.26	.72	3.21	.74	3.11	**
8 心や体の不安・悩みによる症状の軽減・解消、回復	3.22	.76	3.16	.78	3.87	***
9 よりよい人間関係づくり	3.14	.79	3.15	.80	.49	n.s
全体平均	3.30	.56	3.22	.61	11.78	***

全体平均(口内)より高い値の項目を太字で示した

***P<.001 **P<.01

3-3. 保健の学びによる有用・実践と生きる力 (表3)

保健の学びによる有用及び実践と生きる力との関連を検討するために重回帰分析を行った。有用は生きる力の全因子に、実践は生きる力因子の状況把握力、日常生活行動力、調整力、スポーツ活用力において有意な正の関連がみられた。

表3 保健の学びによる有用・実践と生きる力

生きる力 因子	生きる力項目	観点	有用			実践		
			B	SEB	β	B	SEB	β
状況 把握力	自分と合わない人でも、その人の良さをみつけることができる							
	相手の気持ちを考えて、あいさつやお礼を言ったり、受け答えできる							
	誰にでも、分け隔てなく接することができない(人見知りである) ※							
	目上の人(親、教員、先輩、アルバイト先の上司など)に協力できる	.341	.034	.257***	.293	.037	.201***	
	自らボランティア活動に参加したり、困っている人へのサポートをしたりすることができる							
主体的 行動力	どのような場面でも、チームワークを大切に行動することができる							
	自然や夜景(景色)などを見て感動したり、大切にすることができる							
	人の意見に流されやすく、自分で物事を判断したり、決めることができない ※							
	相手の気持ちになって物事を考えたり、気配り・心配りできる	.023	.056	.089***	.049	.061	.017	
	他の人が嫌がる役目・仕事をお願いされたとき、こころよく引き受けることができない ※							
日常生活 行動力	毎日、きちんと朝ごはんを食べる							
	毎日、楽しく(おいしい)食事をしている							
	最低一日一回は、誰か(家族・友人など)と一緒に食事をする	.109	.034	.078**	.089	.038	.058*	
	家族や友人・仲間を大切に、仲良くすることができる							
	起床時間・就寝時間を一定に決めていない ※							
調整力	家族や友人・仲間と、色々な話を分かち合うことができる							
	自分の心やからだの調子を常に(良い状態に)整えることができる							
	常に自分の感情をコントロールすることができる	.299	.051	.142***	.512	.057	.222***	
	物事に筋道を立てて(順序立てて)考えることができる							
	テレビ(ネット)や試合会場でスポーツを観たり、応援したりする							
スポーツ 活用力	家族や友人・仲間と一緒に運動・スポーツの話をよくする	.095	.037	.058*	.125	.041	.070**	
	運動・スポーツを学校以外ではしない ※							
R ²			.205***		.208***			

B: 偏回帰係数 SEB: 偏回帰係数の標準誤差 β: 標準偏回帰係数 R²: 重決定係数 ※: 逆転項目は反転処理を行なった ***P<.001 **P<.01 *P<.05

3-4. 保健の学びによる実践と非実践からみる生きる力意識 (表4)

保健の学びは、授業で習得した健康に関する知識や技能を日常や将来の生活に活用する実践力を身に付けるために行うことから、高校卒業後（高等学校の保健の学びを全て終了した後）においても保健の学びの活用（実践）を継続的に行うことができる人間の育成を目指している。そこで、対象者の保健の学びによる「実践」に焦点をあて、表2より「保健の学び9項目」の「実践」の全体平均値3.22を基に、実践群（3.22以上）、非実践群（3.22未満）に分け、表3の重回帰分析より「実践」に関連していた生きる力4因子（状況把握力7項目、日常生活行動力6項目、調整力3項目、スポーツ活用力3項目）の意識について5件法回答による平均値を求めた。その際に、各項目の平均値のうち4.00以上を高意識（逆転項目の場合は2.50未満）、2.50未満を低意識と解釈した。さらに、群間（実践と非実践）と回答間（肯定的回答と否定的回答）の人数割合を算出し χ^2 検定で分散状況を確認した。

状況把握力の高意識は4/7項目（No.5, 12, 17, 20）、肯定的回答（逆転項目は否定的回答）が過半数以上を占める項目は実践群で全項目、非実践群で5/7項目（No.2, 5, 12, 17, 20）であった。日常生活行動力の高意識は5/6項目（No.10, 11, 15, 18, 21）、肯定的回答は両群ともに全項目で過半数以上を占めていた。調整力の高意識項目はなかった。肯定的回答が過半数以上を占める項目は実践群で全項目、非実践群で2/3項目（No.13, 19）であった。スポーツ活用力の高意識項目はなかった。肯定的回答が過半数以上を占める項目は両群2/3項目（No.6, 9）であった。

表4 保健の学びによる実践・非実践の生きる力の意識

No.	生きる力 項目	m	SD	回答群	肯定的回答				否定的回答				合計		χ ²		
					とてもよく あてはまる		あてはまる		どちらとも いえない		あまり あてはまらない		あてはまらない			n	%
				n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%		
状況把握力	2 自分と合わない人でも、その人の良さをみつけることができる	3.85	1.07	実践群	401	21.6	310	16.7	131	7.0	55	3.0	26	1.4	923	49.7	120.21 DF=4 ***
				非実践群	192	10.3	384	20.6	215	11.6	103	5.5	42	2.3	936	50.3	
				合計	593	31.9	694	37.3	346	18.6	158	8.5	68	3.7	1859	100.0	
	5 相手の気持ちを考え、あいさつやお礼を言ったり、受け答えができる	4.43	0.56	実践群	613	33.0	226	12.2	67	3.6	14	0.7	3	0.2	923	49.7	72.612 DF=4 ***
				非実践群	442	23.8	354	19.0	123	6.6	15	0.8	2	0.1	936	50.3	
				合計	1055	56.8	580	31.2	190	10.2	29	1.5	5	0.3	1859	100.0	
	7 誰にでも、分け隔てなく接することができる(人見知りである)※	2.71	1.31	実践群	111	6.0	163	8.8	142	7.6	251	13.5	256	13.8	923	49.7	48.11 DF=4 ***
				非実践群	104	5.6	196	10.5	218	11.7	269	14.5	149	8.0	936	50.3	
				合計	71	11.6	294	19.3	520	31.3	590	38	384	21.8	1859	100.0	
	12 目上の人(親、教員、先輩、アルバイト先の上司などに)協力できる	4.51	0.42	実践群	695	37.4	189	10.2	35	1.9	2	0.1	2	0.1	923	49.7	144.20 DF=4 ***
				非実践群	462	24.9	335	17.9	120	6.5	13	0.7	6	0.3	936	50.3	
				合計	1157	62.3	524	28.1	155	8.4	15	0.8	8	0.4	1859	100.0	
16 自らボランティア活動に参加したり、困っている人へのサポートをすることができる	3.58	1.13	実践群	343	18.5	281	15.1	173	9.3	86	4.6	40	2.2	923	49.7	183.85 DF=4 ***	
			非実践群	111	6.0	300	16.0	334	18.0	136	7.3	55	3.0	936	50.3		
			合計	454	24.5	581	31.1	507	27.3	222	11.9	95	5.2	1859	100.0		
17 どのような場面でも、チームワークを大切に行動することができる	4.14	0.84	実践群	518	27.9	289	15.5	91	4.9	16	0.9	9	0.5	923	49.7	201.90 DF=4 ***	
			非実践群	286	12.7	416	22.4	225	12.1	49	2.6	10	0.5	936	50.3		
			合計	754	40.6	705	37.9	316	17.0	65	3.5	19	1.0	1859	100.0		
20 自然や夜景(曇き)などを見て感動したり、大切にすることができる	4.40	0.31	実践群	645	34.7	209	11.3	50	2.7	12	0.6	7	0.4	923	49.7	123.21 DF=4 ***	
			非実践群	431	23.2	315	16.9	152	8.2	30	1.6	8	0.4	936	50.3		
			合計	1076	57.9	524	28.2	202	10.9	42	2.2	15	0.8	1859	100.0		
日常生活行動力	1 毎日、きちんと朝食を食べる	3.92	0.89	実践群	534	28.7	143	7.8	88	4.7	90	4.8	68	3.7	923	49.7	29.03 DF=4 ***
				非実践群	428	23.0	173	9.2	117	6.3	135	7.3	83	4.5	936	50.3	
				合計	962	51.7	316	17	205	11	225	12.1	151	8.2	1859	100.0	
	10 毎日、楽しく(おいしく)食事をしている	4.46	0.35	実践群	681	36.6	153	8.3	62	3.3	20	1.1	7	0.4	923	49.7	71.18 DF=4 ***
				非実践群	521	28.0	235	12.6	135	7.3	38	2.0	7	0.4	936	50.3	
				合計	1202	64.6	388	20.9	197	10.6	58	3.1	14	0.8	1859	100.0	
	11 最低一日一回は、誰か(家族・友人など)と一緒に食事をする	4.20	0.43	実践群	618	33.2	137	7.4	74	4.0	57	3.1	37	2.0	923	49.7	35.11 DF=4 ***
				非実践群	512	27.5	159	8.6	128	6.9	73	3.9	64	3.4	936	50.3	
				合計	1130	60.7	296	16.0	202	10.9	130	7.0	101	5.4	1859	100.0	
	15 家族や友人・仲間を大切に、仲良くすることができる	4.55	0.37	実践群	707	38.0	186	10.1	19	1.0	10	0.5	1	0.1	923	49.7	132.15 DF=4 ***
				非実践群	505	27.2	296	15.8	119	6.4	14	0.8	2	0.1	936	50.3	
				合計	1212	65.2	482	25.9	138	7.4	24	1.3	3	0.2	1859	100.0	
18 起床時間・就寝時間を一定に決めていない※	2.39	1.32	実践群	90	4.9	151	8.1	124	6.7	203	10.9	355	19.1	923	49.7	31.03 DF=4 ***	
			非実践群	59	3.2	153	8.2	179	9.6	260	14.0	285	15.3	936	50.3		
			合計	149	8.1	304	16.3	303	16.3	463	24.9	640	34.4	1859	100.0		
21 家族や友人・仲間と、色々な話をし、分かち合うことができる	4.42	0.39	実践群	668	35.9	194	10.5	49	2.6	11	0.6	1	0.1	923	49.7	161.37 DF=4 ***	
			非実践群	416	22.4	334	17.9	159	8.6	19	1.0	8	0.4	936	50.3		
			合計	1084	58.3	528	28.4	208	11.2	30	1.6	9	0.5	1859	100.0		
調整力	4 自分の心やからだの調子を常に(良い状態に)整えることができる	3.50	1.10	実践群	273	14.7	301	16.2	213	11.5	112	6.0	24	1.3	923	49.7	109.61 DF=4 ***
				非実践群	111	6.0	289	15.5	307	16.5	182	9.8	47	2.5	936	50.3	
				合計	384	20.7	590	31.7	520	28.0	294	15.8	71	3.8	1859	100.0	
	13 常に自分の感情をコントロールすることができる	3.80	1.03	実践群	431	23.2	282	15.1	133	7.2	63	3.4	14	0.8	923	49.7	148.58 DF=4 ***
				非実践群	194	10.4	369	19.8	255	13.7	94	5.1	24	1.3	936	50.3	
				合計	625	33.6	651	34.9	388	20.9	157	8.5	38	2.1	1859	100.0	
	19 物事に筋道を立てて(順序立てて)考えることができる	3.76	1.01	実践群	354	19.0	328	17.7	164	8.8	68	3.7	9	0.5	923	49.7	163.991 DF=4 ***
				非実践群	128	6.9	380	20.3	277	14.9	124	6.7	27	1.5	936	50.3	
				合計	482	25.9	708	38.0	441	23.7	192	10.4	36	2	1859	100.0	
	6 テレビ(ネット)や試合会場でスポーツを鑑たり、応援したりする	3.80	1.15	実践群	501	26.9	210	11.4	103	5.6	73	3.9	36	1.9	923	49.7	96.86 DF=4 ***
				非実践群	307	16.5	270	14.5	168	9.0	102	5.5	89	4.8	936	50.3	
				合計	808	43.4	480	25.9	271	14.6	175	9.4	125	6.7	1859	100.0	
9 家族や友人・仲間と一緒に運動・スポーツの話をよくなる	3.88	1.13	実践群	501	26.9	216	11.7	110	5.9	59	3.2	37	2.0	923	49.7	119.75 DF=4 ***	
			非実践群	287	15.4	259	13.9	191	10.3	119	6.4	80	4.3	936	50.3		
			合計	788	42.3	475	25.6	301	16.2	178	9.6	117	6.3	1859	100.0		
14 運動・スポーツを学校以外ではない※	3.01	1.48	実践群	239	12.9	176	9.5	131	7.0	154	8.3	223	12.0	923	49.7	23.19 DF=4 ***	
			非実践群	180	9.7	189	10.2	184	9.9	189	10.1	194	10.4	936	50.3		
			合計	419	22.6	365	19.7	315	16.9	343	18.4	417	22.4	1859	100.0		

※: 逆転項目 生きる力下位尺度に対する高意識を口で表した 肯定的回答(逆転項目は否定的回答)において、各群(実践群923名、非実践群936名)の半数以上を太字で表した ***p<.001

3-5. 保健の学びの満足・実践と生きる力の関連 (表5)

表1の保健の学びの「満足度」3項目は、楽しくない、嫌い、面白くないといった否定的な回答が多い傾向にあったことから、学びの満足と学びによる実践に関係性があるのか相関関係を確認したところ $r=.432$ (有意確率0.1%水準)と有意な値であった。すなわち、高校時代の保健の学びが楽しい、好き、面白いと感じていた者は、保健の学びを日常や将来の生活で実践している(その反対もあり得る)傾向にあると解釈できる。しかし、実際の回答には、高校時代の保健の学びに満足していなかったが、保健の学びを自身の生活で実践している者、保健の学びには満足していたが、保健の学びを自身の生活では実践していない者、満足度と実践のどちらも意識が高い(低い)者など多様なパターンが想定できる。そこで、「満足度」と「実践」における意識の高低の組み合わせから、実践で関連していた生きる力4因子がどのような効果をもたらしているのか検討をした。意識高低の組み合わせは、実践と満足度の意識が共に高い群(両High群, $n=619$)、満足していなかったが実践しているが(満L-実H群, $n=304$)、満足していた実践していない群(満H-実L群, $n=414$)、実践も満足もしていない群(両Low群, $N=522$)の4群である。その結果、全因子で関連がみられた。また、多重比較の結果、生きる力因子の状況把握力及び日常生活行動力は、両High群、満L-実H群、満H-実L群または両Low群の順で、調整力は、両High群または満L-実H群と、満H-実L群または両Low群で、スポーツ活用力は、両High群、満L-実H群、両Low群の順、両High群と満H-実L群間で関連がみられた。

表5 保健の学びの満足・実践と生きる力

		学びによる「実践」・学びの「満足度」 $n=1859$					
		1	2	3	4		
		両High	満L-実H	満H-実L	両Low		
		$n=619$	$n=304$	$n=414$	$n=522$	F値	Tukey 多重比較
生きる力	状況把握力	29.07 (3.17)	28.23 (3.69)	26.72 (3.53)	26.23 (3.98)	72.20***	1>2>3 1>2>4
	日常生活行動力	25.00 (3.03)	24.24 (3.37)	23.34 (3.66)	22.95 (3.85)	38.25***	1>2>3 1>2>4
	調整力	12.01 (2.36)	11.71 (2.33)	10.55 (2.08)	10.28 (2.21)	72.38***	1>3 1>4 2>3 2>4
	スポーツ活用力	11.63 (2.72)	10.91 (2.92)	10.42 (2.94)	10.04 (3.35)	29.41***	1>2>4 1>3
	上段: 平均値 下段: 標準偏差 自由度(3,1855)						*** $P<.001$

4. 考察

4-1. 対象者の既習した保健の学び状況

履修時期において、8割以上の者が学習指導要領で定める「原則2か年」以上に渡って学んでいた。ゆえに、現在の保健学習は一昔前に言われていた「雨降り保健⁽⁴⁾」の状況ではなく、学びの時間の確保ができていたことが確認できた。しかし、満足度の回答は否定的で価値観の回答は肯定的に感じている傾向は、先行研究(日本学校保健会, 2021)の結果(5件法で「5: そう思う」の人数)と類似している。学びの満足度の低さは、教師主導型授業が原因として昨今の保健学習の課題ともなっており、この解消のために各学校

の保健担当教員は、生徒が興味関心をもつような教材研究や授業形態の工夫に努めているはずである。しかし、本結果においても満足度は低い状況であることから、改めて各学校における生徒の実態を踏まえた授業づくりの具体的な方法を探究する必要であると言える。

「保健の学び9項目」において、保健の学びは日常や将来の生活に役立つだろうと感じていたり（有用）、実際に学びを活かしていたり（実践）した項目である「病気・ケガの予防」及び「家族や仲間の健康状態の把握・支援」（田中ら, 2018）、「性知識・性情報」（青柳, 2015）、「社会に出てからの生活」（日本学校保健会, 2021）は、高校生にとって印象強い単元内容であったり、日常生活に役立つと感じやすいことを報告している。したがって、これらの項目は、高等学校学習指導要領「科目保健」目標にある「個人及び社会生活における健康・安全への理解」に向けて自分の生活に当てはめながら理解しやすく、知識や技能を日常や将来の生活へ還元しやすい内容であると考えられる。

4-2. 保健の学びによる実践が及ぼす生きる力への影響

はじめに、保健の学びによる有用及び実践と生きる力の関連について考察する。

表3の重回帰分析の結果より全項目の係数が正の値であったことから、対象者は各因子に対する（自己）評価が高いほど、保健の学びは日常や将来の生活に役立つと感じていたり、今の日常や将来の生活に活かしていたりする傾向が高いと解釈できる。ゆえに、保健の学びによる有用及び実践は、生きる力因子の状況把握力、日常生活行動力、調整力、スポーツ活用力の育成に寄与するものであると言える。

次に、この生きる力4因子（各因子の項目）と保健の学びによる「実践」との関連について考察する。

状況把握力7項目は、人や環境に対して理解や配慮できる力のことであり、定時制高校生は自己認識尺度⁽⁵⁾と生きる力尺度の関連より、この力の評価が高いと自己認識因子「自主自立」と「自尊」の意識が高い傾向にある（林, 2020）。全項目において、保健の学びを活かしている者（実践群）の5～9割が肯定的な回答であった。このことから、保健の学びによる実践者は非実践者より自分の将来を見据えながら日々の生活で出会う様々な人や環境に対して積極的に関わることができ、その経験や体験がこの力の体得につながっていると推察する。

日常生活行動力6項目は、基本的な生活習慣や生活行動、そして、生活のために付随する身近な人と関わるための力のことであり、定時制高校生は食事や睡眠などの生活リズムの乱れから体得しにくい力としている（林, 2020）。全項目において、群間問わず6～9割の者が肯定的な回答であり、定時制高校生の結果とは異なるものであった。大学生の生活リズムは一人暮らしや高校時代よりも余暇時間が多くなることから夜型生活、睡眠不足、睡眠の質の低下など多様な睡眠問題（榎本ら, 2021）や、朝食の欠食（齋藤ら, 2012）、朝昼兼用食（全国大学生生活協同組合連合会, 2021）の理由から崩れやすいとされているが、昨今の新型コロナウイルス感染症に伴う緊急事態宣言の外出規制や大学のオンライン授業といった生活様式の変化による「生活への具体的な影響（原, 2021）⁽⁶⁾」の経験から、徐々に元の生活に戻りつつある今、6項目が意識されていると推察する。よって、積極的に保健の学びによる実践をすることで日常の生活行動の改善が期待され、この力が体得できる

と考える。

調整力3項目は、自身の生活を円滑に過ごすために、これまでに培った知識や経験を普遍的に理論立てて物事を捉える力のことであり、定時制高校生はこの力を体得することで、自己の健康管理不足やネガティブな考えの改善につながるとしている（林, 2020）。全項目において、実践群の6～7割が肯定的な回答であった。ゆえに、保健の学びによる実践は、自分を律するための行動にもつながると言える。

スポーツ活用力3項目は、我が国のスポーツ振興の要素である「する・みる・支える」の力のことであり、仕事の兼ね合いや運動・スポーツを一緒に行う仲間の存在の少なさ、昼夜逆転生活、健康上の問題等の理由から、定時制高校生にとってこの力の体得は大変困難であるとしている（林, 2020）。対象者は、観戦、応援、話題といった「みるスポーツ」や「支えるスポーツ」2項目で群間問わず6～7割の者が肯定的な回答であった。そして、「するスポーツ」項目は5件法回答がほぼ均等に分散している状況であった。現代の大学生は体力の低下や、運動習慣が十分ではないことが指摘されている（相澤ら, 2014）。また、日本の成人の運動実施状況について、スポーツ庁（2020）は、新型コロナウイルス感染症流行前の2019年時点で、週1回（または週3回）以上の運動実施率は前年度よりも20代を中心に低下していると述べている。そして、文部科学省（2021）は、2020年1月に国内で初めて新型コロナウイルス感染が確認されてから一気に流行拡大し、人々の色々な行動が制限されたことにより運動意欲は一時的に高まったものの、運動不足解消程度にとどまり、運動実施状況は依然として低下していることを報告している。したがって対象者の「するスポーツ」項目の結果は、現代の大学生の特徴に加え、コロナ禍の影響も十分に関与していると推察できる。スポーツの役割は、健康の保持増進へ貢献を促す（日本スポーツ振興センター, 2012）ことから、保健の学びから「するスポーツ」のメリットに関する正しい知識や情報等を再確認して実践することは、これからの生活における運動意欲の向上や運動実施機会の増加につながると考える。

4-3. 保健の学びの満足と実践がもたらす生きる力の育成效果

保健の学びの「満足度」と「実践」の意識高低と生きる力の関連より、保健の学びを日常や将来に活かす（実践する）ことは、生きる力の育成に貢献することが示唆された。そして、保健の学びの満足が加わることで、さらなる育成效果がみられることが明らかとなった。保健教育の実態において、学びの理解が行動に移ることは稀である（古田, 2012）という厳しい声も聞かれるが、（一般的に）学びとは「面白さや学びへの挑戦の意味を体得することで将来に結びつく（中央教育審議会, 1999）」ことから、これからの保健学習のあり方として、現代に生きる高校生の日常や将来の生活場面で起こっている健康課題はもちろんのこと、起こり得るだろう新たな健康課題を予測し、それらの課題に直面するたびに、その状況を乗り越えるための知識や技能をインプットできる保健の学びの楽しさ・面白さの追究や、アウトプットができる現代の生活環境や社会環境に相応しい具体的な手段・方法の精査が必要になるであろう。

【註】

- (1) 高等学校では、1998（平成10）年告示の学習指導要領より「生きる力」の文言が記されている。
- (2) 高等学校では、2009（平成21）年告示の学習指導要領に記されている。
- (3) 保健教育とは、学校における健康教育のことである。高校は、総合的な探究の時間や特別活動等を中心とした教育活動全体から健康問題について解決できる能力や態度、習慣化の育成を図る「保健指導」と、教科（科目）として健康の保持増進のための基礎的・基本的事項の理解（学び）を通じて、実践力の育成を図る「保健学習」の2つに大別される。
- (4) 雨降り保健とは、雨天時に体育の代わりとして保健を行うことである。
- (5) 自己認識尺度とは、国立青少年教育振興機構（2006）による高校生を対象とした日常生活意識調査のひとつにある尺度である。4因子14項目から構成されており、現在及び将来における自己認識を何う内容である。4因子（主な項目）は次のとおりである。因子1：「自主自立」（将来に対し、はっきりした目標をもっている、自分の事はできるだけ自分でするようにしている等の5項目）。因子2：「自尊」（体力には自信がある、友達が沢山いる等の4項目）。因子3：「ネガティブ思考」（自分はダメ人間だと思ふ、将来に不安を感じる等の3項目）。因子4：「現状満足」（あまり勉強しなくても将来が困らない、現状を変えるよりもそのまま受け入れる方が良い）。この尺度より林（2020）は定時制高校生の自己認識と生きる力の関連を検討している。
- (6) 生活への具体的な影響とは、NHKが2020年11月から12月にかけて「新型コロナウイルス感染症に関する世論調査」を実施した調査項目のひとつであり、11項目から構成されている。主な質問項目は、「親や友人など会いたい人に会えなくなった」「一日中、家で過ごすことが多くなった」「気持ちが落ち込むことが多くなった」「仕事や学業がとどこおった」「体調が悪くなっても病院に行かなくなった」等である。

【引用・参考文献】

- 中央教育審議会（1996）21世紀を展望した我が国の教育の在り方について
https://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chuuou/toushin/960701.htm
- 文部科学省（2008）文部科学省実績評価書-平成20年度実績- 施策目標2-1：確かな学力の育成 https://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chuuou/toushin/960701.htm
- 保健体育審議会（1997）生涯にわたる心身の健康の保持増進のための今後の健康に関する教育及びスポーツの振興の在り方について
https://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chousa/sports/004/toushin/010701j.htm
- 文部科学省（2009）高等学校学習指導要領（平成21年告示）解説 保健体育編 体育編 pp.1-10,111-127
- 日本学校保健会（2021）保健教育推進委員会報告書第4回全国調査（CCTによる児童生徒対象）の結果 pp.85-93

- 青柳直子 (2015) 高等学校における保健学習の現状と課題 茨城大学教育実践研究 34 pp.123-130
- 文部科学省 (2003) 初等中等教育における当面の教育課程及び指導の充実・改善方策について 2.子どもたちに求められる学力についての基本的な考え方
https://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo0/toushin/f_03100701.htm
- WHO (1947) 健康の定義
<https://japan-who.or.jp/about/who-what/identification-health/>
- 林 園子 (2020) 定時制高校における「生きる力」の育成の検討ー「生きる力」尺度作成と自己認識・日常生活充実感の関連からー思春期学 38 (2) pp.201-203
- 田中滉至, 山田浩平, 古田真司 (2018) 高等学校保健科の学習内容における健康の社会的決定要因の分析ー学習指導案の記述内容の分析ー 教科開発学論集 第6号 pp.153-162
- 榎本ことみ, 小口真奈, 管思清, 仁田雄介, 高橋徹, 熊野宏昭 (2021) 大学生の日常生活場面における主観的な睡眠状態と多面的な気分状態の相互的な影響関係 行動医学研究 vol.26 No.1 pp.34-44
- 齋藤 啓, 津田紘志, 加藤和代, 松本健治 (2012) 大学生における朝食摂取と食育との関連について 地域学論集 第9巻 第2号 pp.95-103
- 全国大学生生活協同組合連合会 (2021) 第57回学生生活実態調査 概要報告
<https://www.univcoop.or.jp/press/life/report.html>
- 原美和子 (2021) 新型コロナは私たちの暮らしや意識をどう変えたか〜「新型コロナウィルス感染症に関する世論調査」の結果から〜 放送研究と調査 2021年6月号 NHK出版 pp.1-30 <https://www.nhk-book.co.jp/detail/000007835062022.html>
- 相澤勝治, 斎藤実, 久木留毅 (2014) 大学生における運動習慣の実態調査 専修大学スポーツ研究所紀要 第42巻 pp. 35 - 42
- スポーツ庁 (2020) 令和元年度「スポーツの実施状況等に関する世論調査」について
https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/houdou/jsa_00030.html
- 文部科学省 (2021) 新型コロナウィルス感染症の流行による国民のスポーツへの参画状況や意識の変化, 健康状態等に関する調査研究【概要】
https://www.mext.go.jp/sports/content/20210507-spt_sseisaku01-000014737_1.pdf
- 独立行政法人日本スポーツ振興センター (2012) スポーツ振興基本計画
<https://www.jpnsport.go.jp/sinko/josei/tabid/194/Default.aspx>
- 古田真司 (2012) 保健指導で教員に求められる健康情報リテラシー 東海学校保健研究 36 (1) pp.19-28
- 中央教育審議会 (1999) 初等中等教育と高等教育の接続の改善について (答申)
https://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chuuou/toushin/991201.htm