

| 「セロトニン」「メラトニン」がすっと児童から出てきたが、どのような積み上げがあつていい
るのか。

→単元配列表にもとづく授業や全校集会、講演に加えて日常指導など様々な機会を通して継続的に
指導をしています。長期休み明けの「Let's 楓元気もりもり☆カード」に取り組む際にも「セロ
トニン」「メラトニン」を含めた生活習慣に関する指導を行い意識づけしています。また、外で
遊んだ後に「セロトニンが出ているかもね。」などのように日常的に職員から意識づけの声かけ
を行っています。

2 学年部で統一している部分と、クラスの実態に応じたものにしている部分はどこか。

→基本的な内容や流れは学年部で検討し、統一してあります。児童に自分自身の状態を認知させる
部分については「Let's 楓元気もりもり☆カード」の集計結果から見える課題が学級によって異
なるため、学級や個人の実態に応じて補足説明を行って丁寧に指導を行っています。