

(様式4)

校種	小・中 どちらかに○	学校番号	16	学校名	宇都宮市立石井小学校
----	---------------	------	----	-----	------------

## 令和4年度 健康（体力・保健・食・安全）に関する取組

### 1 健康（体力・保健・食・安全）に関する主な実態

- (1) 定期健康診断・元気っ子健康体力チェックから
  - ・定期健康診断の結果から、体格は、高学年の男女共に全国平均を上回り、低・中学年は全国平均と同程度である。また、肥満度20%以上の肥満傾向児童は、全体の11.2%を占めており、ほとんどの学年で、男女ともに全国平均よりもかなり多い出現率である。
  - ・裸眼視力1.0未満の児童の割合は、47.8%と、全国平均の34.6%よりもかなり高く、年々増加傾向にある。
  - ・う歯罹患率は45.2%で、全国平均の44.8%よりもやや高いが、半数以上は受診している。
  - ・「元気っ子健康体力チェック」の結果では、全国平均と同等な種目が多い。
  - ・種目別でみると、男女を通して多くの学年で50m走、20mシャトルランの記録が劣っている。
- (2) 元気っ子健康体力チェックのアンケート及び国・県・市の児童生徒質問紙・学校質問紙などから
  - ・コロナ下で休み時間の運動を制限されることも多かったが、多くの児童が外に出て、遊びや運動に親しんでいる。「児童は、休み時間や放課後などに進んで運動している」に対する肯定的回答率は90.0%であった。
  - ・ほとんどの児童は、毎朝朝食をとっているが、就寝時刻が遅いために早寝・早起きが習慣化されていない児童が若干名いる。
  - ・さまざまな状況に対する避難訓練（地震・火災・不審者・竜巻・引き取り）の経験や保健学習の成果として状況に応じた適切な行動をとることができる児童が増えている。
- (3) 授業や健康安全・体育的行事等への取組状況から
  - ・運動内容を精選したり、各種検定を取り入れたりしながら、児童が意欲的に取り組めるような授業計画を立てている。
  - ・保健学習の充実として、外部講師を招いての講話（一次救命処置・AEDの使用法・喫煙・飲酒・薬物乱用防止・人命尊重など）を実施している。
  - ・児童の食・健康についての理解が深まるように、実施時期を考慮しながら学校栄養職員や養護教諭がT2として保健授業に関わっている。（実施例：「育ちゆく体とわたし」、 「生活習慣病」、「かぜ・インフルエンザの仕組みと予防」「心の健康」）
  - ・危険の予知や回避する行動の素地となるように、避難訓練において、災害や竜巻、不審者の対応、引き取り訓練などを実施している。特に竜巻訓練は予告なしで行い、対応力を高められるように取り組んでいる。

### 2 今年度の重点目標

- ・自らのより良い健康や体力についての見方や考え方を深め、進んでその向上に努める児童の育成
  - ～基礎体力の向上を目指した教科体育の充実～
  - ～保健指導及び食育との関連を踏まえた保健学習や学級活動の充実～

### 3 今年度の取組

#### (1) 望ましい食習慣の育成

- ★□食や健康への啓発として学校栄養職員と養護教諭が連携して実施する出前授業
- 元気っ子健康体力チェックのアンケートの結果を活用した食育指導
- 陽東地域学校園での取り組み（「食育だより」の発行，統一献立）

#### (2) 健康・体力の向上

- ★□元気っ子健康体力チェック，ミニマム達成状況の結果を考慮した計画的な補強運動の実施
- ★□各種検定に向けた組織的な活動の工夫（陽東地域学校園における組織的な連携を通して）
- ★□養護教諭と連携し，就寝時刻の遅い児童への個別指導の実施（通年）
  - ・保健授業として一次救命処置（BLS）の実施
  - ・養護教諭による肥満傾向児童への個別指導の実施（通年：希望者対象）
  - ・体力向上を図るための日常的な運動の工夫（例：サーキットトレーニング）
  - ・児童同士の交流や運動の場となるような「スポーツ交流会」の計画と実施
  - ・うつつのみや元気っ子チャレンジへの参加
  - ・陽東地域学校園における共通の歯磨きと姿勢指導の実施
  - ・コロナ下で安全に配慮した体育指導の工夫（器械運動終了後の消毒，うがい手洗いなど）

#### (3) 家庭・地域との連携協力

- ★□技能や記録の向上を確認できるような各種検定等の結果の累積（「石井っ子 体のノート」）と家庭や地域への発信（通年）
- ★□地域のスクールガードの方々による下校の見守りや校内安全ボランティアの方々による校内巡視・見守り（通年）
  - ・生活習慣に関するアンケートの実施，懇談会等での話合い