

(様式4)

校種	小・中 どちらかに○	学校番号	15	学校名	宇都宮市立泉が丘小学校
----	---------------	------	----	-----	-------------

## 令和6年度 健康（体力・保健・食育・安全）に関する取組

### 1 健康（体力・保健・食育・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

- ・ 肥満児童については、全国平均を上回っている学年が複数見られる。コロナ禍により割合が増加したが、減少傾向にある。
- ・ 歯科においては、全学年ともむし歯のない児童の割合が全国平均を上回っている。治療に協力的な保護者が多いが、治療の進まない家庭も一定数あり、格差も大きい。視力は、高学年において「A」の児童が全国平均を大きく下回り、中学年から急激に低下する児童が多い。
- ・ 食物アレルギーを有する児童が多く在籍し、代替食等の対応を行っている。また、エピペンを処方されている児童も数名いる。
- ・ 元気っ子健康体力チェックでは、学年や種目によって全国・県平均を上回るものも下回るものもあり様々である。「上体起こし」、「長座体前屈」で全国平均を上回っている学年が複数あり、筋力（上肢）、柔軟性が優れている。一方、「握力」、「20mシャトルラン」、「立ち幅跳び」、「ソフトボール投げ」で全国平均を下回っている学年が多く、筋力（腕、下肢）、持久力、巧緻性を高めていくことが課題である。

#### (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

【体力】「運動することは大切だと思う。」と回答している児童の割合は全学年で 90～100%と高いが、「自分から進んで運動するようにしている。」と回答している児童の割合は、70%前後である。運動の日常化につながるよう、体育的な行事や日々の授業の内容や方法を工夫していきたい。

【保健】「歯磨きをしている」という項目の肯定割合が、市平均を下回る学年が多く見られた。高学年においては、「毎食後歯みがきをしている」児童が7割であり、食後に歯みがきをしない児童が3割いるということが分かった。歯磨きが習慣化されるよう、給食後の歯みがき指導の継続や養護教諭との連携を図りながら発達段階に応じた保健指導を行うとともに、家庭への協力も呼び掛けていきたい。

【食】「食事マナーに気をつけて食べている」の質問では、肯定割合が 89.3%と 9割に届いていない。引き続き指導を行い児童の実践意欲をさらに高めていきたい。「好き嫌いしないで食べている」児童の肯定割合は、91.1%で9割を超えるが、偏食傾向の児童も少なくない。今後も、苦手なものでも一口は食べることを呼び掛け、食べられたことを称賛するなどの働きかけを通して、児童が栄養バランスを考えて食事できるようにしていきたい。

【安全】『交通事故』『不審者』『身の回り』の安全に気を付けて生活している」と回答している児童の割合がどの学年も 90%を上回っており、安全に関する意識は高いと言える。引き続き、交通ルールの遵守や自分の身を守るための行動を意識した指導を行っていきたい。

#### (3) 授業や健康安全・体育的行事等への取組状況から

【体力】休み時間に校庭や中庭を利用して運動に親しむ児童は多くいるが、一方では、体育の授業以外で全く運動と関わらない児童もおり、個人差が大きい。授業や行事では、それぞれ目標をもって取り組んでいる。運動関係の道具や参加の機会を整えたり、各学年の体育授業において、系統立てた目標や内容の下、授業形態や方法を工夫して展開したりする必要がある。

【保健】肥満指導教室「すくすく教室」や「衛生チェック週間」、長期休業中の「生活チェック」の取組では、自分の健康面についての関心を高め、改善しようとする様子が見られた。また、歯みがき指導（歯みがきタイム）の再開により、給食後の歯磨きの習慣化を意識づけることができ、行動の定着が図られた。

【食】お弁当の日の事前指導として、全ての学年でバランスよく食べることの大切さなど食に関する指導を行い、児童の食への関心が高まった。食事マナー重点指導週間の実施前後では児童の意識の変化が見られた。

【安全】地震や竜巻等、様々な場面を想定した避難訓練を実施したことで、災害に対する理解を深め、それぞれの場面に応じた適切な対応方法を確認することができた。

## 2 今年度の重点目標 健康で安全な生活を実現する力を育む教育の推進

生涯にわたって心身ともに健康で安全な生活を送るための資質や能力を育成するために、自らの健康面や体力面のよさや課題を把握し、自分に応じたためあてを設定し、健康（体力・保健・食・安全）について進んで活動に取り組むことができる児童を育成する。

## 3 今年度の取組（関連…「第2次宇都宮市学校教育推進計画後期計画」：★、「令和6年度指導の重点」：□）

### (1) 心身ともに健康で安全な生活を送るための資質や能力の育成

#### ★□児童の実態や体力チェックの結果に応じた体育の授業の工夫・改善

（低・中・高の系統を意識した目標と内容の設定、主運動に繋がる準備運動の工夫、各クラスの実態に応じた補教運動の継続的な実施、ICT機器の活用）

#### ★□児童が能力に応じて進んで運動できるような運動機会の創出・運動の日常化

（体育授業における課題を選択できる場の設定、検定の実施、元気っ子チャレンジへの参加、外遊びの奨励、運動委員会主催のイベント、家庭への啓発）

- ・各種運動の指導資料や指導法等の共有と効果的活用
- ・地域学校園での連携を図った取組の推進（実態や目標の共有、補教運動例の共有）

### (2) 健康教育の推進

□健康診断の適正な実施と事後措置の徹底

□健康観察の徹底、身体、衣服の清潔指導

#### ★□児童の心身の健康相談（養護教諭と担任との連携協力）

□アレルギー疾患（食物アレルギーを含む）や感染症に関する未然防止活動と発症時の対応、救急救命講習の実施

#### ★感染症の予防について正しく理解し、健康で安全な生活を実践できるための指導の充実

#### ★健康課題への理解の深化（健康な生活習慣の定着や薬物乱用、心の健康、アレルギー疾患の問題）

□自己の生活習慣の見直し、改善を図ることのできる指導の充実

- ・養護教諭の体育(保健領域)、学活(保健指導)等の積極的な授業参画
- ・健康な生活習慣定着のための家庭との連携（保健日より等）

□肥満指導教室「すくすく教室」を中心とした健康生活実践の推奨

□歯科保健活動の充実（治療の推奨、歯みがき指導の充実）

### (3) 食育指導・給食指導の充実

□各教科、特別活動、総合的な学習の時間等における「食に関する指導」の工夫

□創意ある給食活動の実施による食事の重要性や栄養バランスなどについての理解の深化と、児童がよりよい食生活のあり方を考え、改善を実践できるための指導の充実（選択給食、給食週間の郷土料理等）

□食事にふさわしい環境、好ましい人間関係、献立を通じた栄養の指導、基本的なマナーの指導

□食に関する授業への栄養教諭の積極的な授業参画

□感染症拡大防止に対応した配食や食事マナーの指導

□児童の望ましい食生活の継続のための家庭との連携（啓発資料の等の活用）

### (4) 安全教育、校内・校外の安全指導の充実・徹底（危険予測・危機回避能力の育成）

□体育や学校行事、児童会活動の機会を通じた安全に関する理解の深化と実践化

- ・施設設備などの安全管理、安全点検、安全指導の徹底

□適切な意思決定と行動選択の力を身に付けるための、避難訓練の実施、防犯訓練の効果的な実施（4月・7月）

□竜巻を想定した避難訓練の効果的な実施（9月）

- ・緊急マニュアルの共通理解の徹底と災害時等に備えた引取り訓練の実施（6月）

□交通安全教室、自転車運転免許事業（6月・11月）

□登下校の安全指導の実施（PTA、地域との連携）

- ・交通ルールの順守や自転車乗車時のヘルメット着用についての指導、保護者への啓発
- ・通学路の安全点検、危険箇所指摘の要請及びより安全な通学路の変更（育成会との連携）
- ・家庭、PTA、地域と連携を図った交通安全指導の充実