

(様式4)

校種	小・中	学校番号	60	学校名	宇都宮市立上河内東小学校
----	-----	------	----	-----	--------------

平成31(2019)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

- ・男女共、身長の平均値が全国を上回っている学年は、体重の平均値も上回っている。また、本校の肥満傾向児童の出現率が9.0%(昨年度12.2%)であり、特に高学年児童に肥満傾向者が多い。
- ・う歯のある児童の割合は52.6%で全国(45.3%)よりも高く、未処置歯のある児童の割合(29.3%)も比較すると全国(22.2%)よりも高い。特に、H31年度入学生で未処置歯のある児童が多い。(47.6%)
- ・学年によって体力に差がある。全体の特徴としては柔軟性や握力が劣っている。また、男子は投力、女子は持久力にそれぞれ課題が見られる。

(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・保健・食・安全について、それぞれ記入する。)

- ・「運動やスポーツが好き」と答えた児童が91.6%で、業間は外に出て遊ぶ児童が多い。
- ・10時以降に就寝している児童が34.9%と多く、学年が上がるにつれて就寝時刻が遅くなる傾向がある。
- ・朝食を食べていると答えた児童が93.2%で昨年88.3%、市の平均89.5%よりも高い。
- ・「自分や身の回りの人たちの安全に気をくばり、安全行動している」と答えた児童が、90.7%であり、避難訓練や交通安全教室等の行事に真剣に取り組む児童が多い。しかし、中には室内の過ごし方や登下校の仕方に注意が必要な児童もみられる。

(3) 授業や健康安全・体育的行事等への取組状況から

(※体力・保健・食・安全について、それぞれ記入する。)

- ・体育の授業や体育的行事に積極的に取り組む児童が多い。特に持久走やなわとびの練習等を業間や放課後を使って自主的に行う児童が多い。
- ・薬物乱用防止教室、いのちの教育、性といのちに関する健康教育、たばこに関する健康教育など外部講師の活用を図り、健康に関する理解や関心を高めている。
- ・肥満傾向児童に対する生活習慣病予防指導では、毎月1回の身体測定と生活の様子の聞き取りを実施し、児童の生活面(運動・食事等)の意識や意欲向上を図っている。
- ・食育の授業や保護者懇談会における栄養士の話を実施し、食への関心を高めている。給食を好き嫌いなく食べようと努力する児童が多く、残食量が減っている。
- ・災害や不審者等の避難訓練や交通安全教室などを実施し、安全に関する理解や判断力を高めている。自分の身は自分で守ろうとする児童の姿がみられる。

2 今年度の重点目標

- ・進んで体力の向上と健康の保持増進に取り組み、目標に向かって努力する児童の育成
- ・地域の特色を生かした食育の推進

3 今年度の取組（「学校教育スタンダード」に関する取組は文頭に★、「平成31年度指導の重点」に関する取組は文頭に□）

（1）望ましい生活習慣の確立

- 長期休業明けに「生活習慣チェック」を行い、その結果からみえた課題等について個別指導や各学級における集団指導の実施（**夏季休業前・冬季休業前 年2回**）
- う歯予防や歯のみがき方改善のためのブラッシング指導（6月・**11月 年2回**）
- ★□学校栄養士による全学年への食に関する授業の実施（通年）
- ★□養護教諭・学校栄養士による肥満傾向児童に対する個別指導（通年）
- ★□児童会委員会活動における健康生活や食事マナー等に関する活動（通年）

（2）教科体育及び体育的行事の充実、体力の向上

- 教科体育におけるストレッチ体操、サーキット・トレーニング、補強運動の実施（通年）
- ★□**元気っ子健康体力チェックの結果等を考慮した業間運動(スポーツタイム)の工夫と取組、体育的行事の実施（通年）**
- 各種運動における検定カードの効果的な活用と継続的な体力づくりの実践（通年）
- 器械運動強化週間の設定による器械運動の基礎的な技能の習得（11月）
- 体力向上を図るとともに、粘り強さと自主性を育てるための運動会、**持久走**、長縄団体戦等の実施（5月～2月）
- ★□児童会運動委員会主催のスポーツタイム等の企画運営（通年）

（3）家庭・地域との連携協力

- 生活習慣チェックの実施（年2回）
- ★□定期健康診断の歯科検診における治療勧告書の発行（年2回）
- ★□「お弁当の日」の実施（10月**おにぎりの日**、11月**お弁当の日**）
- ★ 地産地消の推進や郷土料理、行事食、小中学校共通の給食メニュー等の提供（通年）
- ★□保健だより・食育だより等の発行（通年）
- ★□生活習慣病予防指導における食事や生活に関する健康面談の実施（夏季休業中）
- ★□地域食材を使用した食育と健康指導をタイアップさせた親子料理教室の実施（7月）
- ★□学校医・警察官・保健師・助産師等の外部講師を活用した出前授業の実施及び保護者の参加呼びかけ（歯の健康教室（6月）、薬物乱用防止教室（12月）、命の授業（2月））
- ★□保護者参加による災害緊急時引き渡し訓練の実施（**6月**）
- ★□スクールサポーターと連携した不審者を想定した避難訓練の実施（**9月**）
- ★□外部講師を活用した自転車免許事業（6月）や交通安全教室（**11月**）の実施