

(様式4)

校 種	小 ・ 中 どちらかに○	学校番号	1 4	学校名	宇都宮市立国本中学校
-----	------------------------	------	-----	-----	------------

令和7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

- ・身長は全国・県の平均より低い。体重は2・3年男子が全国・県の平均よりも高く、肥満傾向（肥満度20%以上）においては2・3年男子、1年女子は国・県の平均よりも高い。う歯の保有率は全国・県より低い。また処置完了者は全国・県より高く、治療に行くといった習慣は身に付いている。しかし複数のう歯を保有している生徒も見られることから、引き続き健康教育を実践し、健康の保持増進について全体指導と個別指導が必要である。
- ・新体力テストでは、全国平均値と比較してほぼ全ての種目において男女ともに全国平均より下回っている。主に、男子では長座体前屈、女子では立ち幅跳びの強化が必要である。

(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・保健・食育・安全について、それぞれ記入する。)

- ・スマホ・ゲームの利用時間は、1時間未満が1割、3時間以上が4.5割いる。
- ・睡眠時間は、6～8時間が6.7割、6時間未満の生徒が約1割いる。
- ・毎日朝食を食べている生徒は81.5%である。朝食の重要性を学校全体で継続的に指導に当たることが大切である。
- ・日常生活や衛生検査の結果から、検温や手洗いの励行をするなど感染症の予防に注意した生活をしている。しかし、爪の衛生やハンカチの所持が定着していない生徒もいるので、継続した衛生意識の涵養を図る必要がある。
- ・並進や一時不停止についての危険意識が低く、日常的に行われている。下校時の交通マナーが悪い傾向にあるので、定期的な交通指導を今後も継続する必要がある。

(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・食育・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などに積極的に取り組む生徒が多い。男女を問わず、球技（バスケットボール・サッカー・バレーボール）への興味関心が高い。反面、陸上競技や器械運動なども苦手と感じている生徒が多い。
- ・定期健康診断は積極的に受診する態度がみられ、自分自身の健康や発育の状況について関心を持っている生徒が多い。
- ・お弁当の日や家庭科の課題を見ると旬のものを使った手作り料理をしている生徒が多く、食に関する興味関心は高い。
- ・避難訓練や交通安全教室には、安全意識をもって参加している。

2 今年度の重点目標

自ら健康・体力の向上に努め、心身ともに健康でたくましい生徒の育成

3 今年度の取組（「第2次宇都宮市学校教育推進計画後期計画」に関する取組は文頭に★、「令和7年度指導の重点」に関する取組は文頭に□）

(1) 基礎体力の定着と個々の発達段階に応じた体力向上

- ・★□新体力テスト結果から必要とされる補強運動の実施（種目に合わせて実施）
- ・★技能と体力、社会性を高める部活動指導の推進

(2) 生徒の自主的な学習活動・啓発活動による食を含めた生活習慣の確立

- ・★収穫体験
- ・安全委員会による交通安全意識の啓発
- ・□給食委員会・保健体育委員会活動の推進および啓発活動

(3) 家庭・地域との連携協力

- ・★ほけんだより、食育だより、地産地消紹介を兼ねた献立表の発行（通年）
- ・★食への関心を高め、感謝の心を育む手作りおにぎりの日・お弁当の日の実施（11月）
- ・PTAによる登下校時の交通安全指導
- ・★学校保健・給食合同委員会の開催
- ・定期健康診断の結果の家庭に通知および専門医受診勧告
- ・□家庭との連絡を密にし、学校生活において必要な配慮や感染症の予防の措置
- ・★警察などと連携した交通安全教室、防犯避難訓練の実施