

(様式4)

校種	小・中 どちらかに○	学校番号	13	学校名	宇都宮市立峰小学校
----	---------------	------	----	-----	-----------

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

肥満傾向児の出現率は、男女ともに全国値を下回った。一方、痩身傾向児の出現率は、男子は全国値をやや下回り、女子は全国値を上回った。

裸眼視力1.0以上の児童の割合は、概ね、学年が上がるにつれて減少しており、高学年の裸眼視力0.3以下の割合が多い。また、県・全国の裸眼視力の割合と比較すると、裸眼視力1.0以上の児童の割合は、県・全国値を下回っている。そして、裸眼視力0.3以下の割合が、県・全国値を大きく上回っている。

歯科については、むし歯が無い児童は73.2%で、県・全国値を大きく上回っている。さらに、未処置歯のある者の割合が少なく、県・全国値を大きく下回っている。

元気っ子健康体力チェックの総合得点を全国の平均値と比較すると、男女ともに同等か上回っている。種目別に見ていくと、男女共に長座体前屈と反復横跳びは全国平均とほぼ同等か上回っている。しかし、男女ともに50m走は全国平均とほぼ同等か、下回っている。このことから、本校児童は、体の柔軟性と敏捷性はあるが、短距離走に課題があることが分かる。また、A+B判定児童の割合が男子51.27%、女子43.94%、D+E判定児童の割合が男子24.27%、女子23.98%であり、体力合計点の高い児童が多く、体力合計点の低い児童が少ないのが本校の特徴である。今後もこのようなバランスを保てるよう体力向上に努めていくが、総合得点を上げることを重視するのではなく、運動を得意な児童も運動が苦手な児童も運動を楽しく行いながら、結果として体力を向上できるような工夫を今後も継続していく。そして、休み時間に外遊びを積極的に行えるように、使用できる用具を整えていくことや行事を活用していくことを推進していく。

(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。）

体力面については、学校質問紙の結果から「各種検定カード等をもとに、めあてをもって運動に取り組んでいる」の肯定割合が、教職員96.3%、保護者72.4%、児童89.1%となった。なわとび検定においては、委員会活動による下級生への支援を行った。また、水泳、なわとび、鉄棒の学習においてもカードを活用し、意欲と技術の向上に努めた。しかし、保護者の肯定割合が80%を下回っているため、学年便りなどによる情報の発信を行い周知を図る。また、引き続き検定カードや学習カードを児童が家庭に持ち帰り、学校での取り組み状況を保護者に把握してもらう必要がある。そのため、体育で使用する検定カードや学習カードには必ず保護者が確認したことが分かる欄を設け、検定カードや学習カードを保護者に確認してもらうことに努めていき、児童の取組状況を保護者へ周知させていく。

保健については、「食後丁寧に歯みがきをしている」の肯定割合が児童89.8%、保護者90.7%である。引き続き家庭と連携して歯科指導の充実を図っていく。

食の面については、「朝食を食べている」の肯定割合は96.5%と昨年度よりも0.6%上回った。「好き嫌いをせずに食べている」「栄養バランスを考えて食べることは大切だと思う」の肯定割合も95.0%となり、昨年度よりも0.5%上回った。苦手なものでも一口は食べるよう声を掛けたり、給食委員会からの呼び掛けを工夫したりしたことの効果があつたと思われる。今後も、バランスよく食事をするための大切さを引き続き指導していく。

安全面については、「健康や安全に気を付けて生活している」の肯定割合は児童94.3%保護者93.0%である。交通安全教室や避難訓練（火災・地震）に臨む態度からも、安全に

関する意識の向上が見受けられる。

(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・食育・安全について、それぞれ記入する。)

体力については、児童は体育の授業に意欲的に取り組んでいる。また、各種検定や長なわ大会の練習に意欲的に行う姿が見られた。しかし、学年が上がるにつれて技能面での差が大きくなる実態も見受けられる。特に、水泳運動やマット運動、跳び箱運動、鉄棒などの技においては、低学年から系統的な指導が必要であるため、今後も指導を充実させていき、中学年、高学年でもできる楽しさを味わわせていきたい。

休み時間の過ごし方では、低・中学年は休み時間ごとに鬼遊びやドッジボールなど、バラエティに富んだ遊びをしている。また、一輪車や竹馬、固定遊具を使った遊びも見られる。高学年は、ボール遊びや鬼遊びなど外遊びをする児童が見られるが、外で遊ぶ児童と遊ばない児童の二極化が見られる。水曜日の外遊びを学校全体で励行するとともに、今年度も元気っ子健康体力チェック、運動会、小体連の各種大会、長なわ大会などの行事や運動委員による運動する機会、児童が楽しく意欲的に運動に取り組める体育の授業を通して体を動かすことの快さと楽しさを感じさせながら体力の向上を図っていきたい。

保健については、養護教諭や学校歯科医等による保健指導の他に、外部講師を招いた指導も取り入れ、より専門的な指導の充実を図っている。

食に関しては、給食委員会による献立の放送やオリジナルキャラクターを利用した呼び掛け、学校栄養士との連携授業など、栄養を意識して食べることへの意欲付けを強化している。

安全については、交通安全教室で登下校時の歩き方や自転車の乗り方などを振り返る機会を設けるとともに、普段の学校生活でも適時担任から指導している。また、不審者訓練や災害訓練を通して、自分の身を守る行動について意識を高めることができた。

2 今年度の重点目標

- (1) 元気っ子チャレンジや各種検定への積極的な参加、自発的なあいさつと返事の励行
- (2) 「うつのみや元気っ子健康体力チェック」の活用等による進んで運動に親しむ態度の育成、自己の健康増進に向けた生活習慣の定着

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) 食育の啓発及び生活習慣の育成

★□学級活動において、食育指導を行ったり、学校栄養士と連携した授業を行ったりして、食事の重要性や栄養バランスなどについて指導する。

★おにぎりの日やお弁当の日を活用して、食事について親子で共に考えたり、食への関心を高めたりする機会を設ける。

★マナーを守って楽しい食事ができるように、給食の時間にマナーに関する放送をしたり掲示物を充実させたりして、食や栄養に対する意識を高める。

(2) 健康・体力の向上

□各種検定カードや「うつのみや元気っ子チャレンジ」を活用する。

□元気っ子体力チェックを活用した運動習慣の定着。

★□教科体育の初めの時間に補強運動を取り入れ敏捷性・持久力・投力の向上を促す。

□定期健康診断に基づき、迅速な事後措置を行い、担任と連携を図りながら早期治療を促す。(前期)

・感染症や食中毒の予防など、適切な衛生管理や生活指導を行い、自己の健康管理ができる児童を育成する。(通年)

★ 姿勢指導や「目の体操」を実施し、視力低下の予防を図る。(通年)

(3) 安全教育の推進

★・安全点検の実施(毎月)

・避難訓練の実施(全学年・4月・7月・11月)

・自転車免許事業への参加(4年・6月)

★□市生活安心課による「交通安全教室」の開催(全学年・5月)

・保護者、地域ボランティアによる登下校時の安全確保協力、職員の登下校指導の実施(通年)

(4) 家庭・地域との連携協力

□体育の学習で活用した検定カードや学習カードを児童が家庭に持ち帰り、児童の実態を把握してもらおうと同時に学校での取り組みを家庭と共通理解することで、体力の向上と運動に親しむ態度を育成する。(通年)

★□保健だよりや食育だよりを通して、家庭と連携しながら児童の育成を図る。(通年)

★□学校保健・給食委員会を開催し、家庭や学校関係者と連携・協力しながら、「健康・体力・食育・安全」の健康課題について取り組む。(12月)

★□肥満傾向児童に対する保健指導を家庭と連携しながら行う。(通年)

★□生活習慣チェックを実施し、児童が自身の健康を振り返る機会をつくとともに、家庭に働きかけながら健康の保持増進や改善等が図れるようにする。(年1回以上)