

(様式4)

校種	小・中 どちらかに○	学校番号	63	学校名	宇都宮市立岡本小学校
----	---------------	------	----	-----	------------

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

- ・元気っ子健康体力テストの結果から、外に出て体を動かしたり、体育・運動の時間が好きと答えたりする児童が多い。学年が上がるにつれ、教室で過ごす児童が多く見られる。
- ・本校の児童は、走の運動に課題が見られるため、体育の学習の時間を活用して、成長させていきたい。
- ・定期健康診断から今年度の肥満傾向の児童は5.4%で、昨年度の5.9%と同程度である。
- ・むし歯のない児童は、全体の63.6%となっており、昨年度より6.4ポイント上回った。また、CO（要観察歯）は歯垢若干付着のある児童は減少したのにも関わらず、むし歯の未処置者が19.9%で、昨年度より2.3ポイント上回ってしまった。
- ・視力については年齢が上がるごとに視力低下者が見られる。長期休業中に行っている生活チェックカレンダーでは「ゲームや動画の時間が守れないとい。」という反省が多く見られた。

(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。）

- ・各学年の「運動をすることは大切だと思う」の肯定的回答が90%を超えているのに対して、運動を意識して生活している児童が多い。一方で、「健康や体力に自信があると思う」の肯定的回答に約70%であり、意識しているが、自信がもてていないことを伺える。
- ・「学校以外で、1日にどれくらい『テレビ』『スマートフォンやタブレット』等を用いて動画を見ていますか」という問いに対し、高学年になると視聴時間が増加する傾向にある。普段から画面を見て過ごす時間が増えている傾向が伺える。また、休日には『テレビ』『スマートフォンやタブレット』を3時間以上使用していると答えた児童が多く、結果から相当の時間画面を見ていることがわかる。
- ・「食事のマナーを守って食べることは大切だと思う」の肯定的回答が100%であることから、食事の基本的な態度について理解し、高い関心をもつ児童が多いことが伺える。一方で、給食の時間を見ると食事のマナーにやや課題が見られるため、引き続き、支援・指導し改善を図る。

(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。）

①体力

- ・体育的行事には、意欲的に取り組む児童が多い。
- ・業間や昼休みに外遊びをする機会が減少傾向にあったが、徐々に外遊びをする児童が増えている。

②保健

- ・学級活動や保健の授業におけるTTでの授業への参加、各種健康教室（歯の健康・薬物乱用防止）では、自身に関することであるため興味・関心が高く、意欲的に取り組む児童が多い。
- ・学校内科医と連携し、肥満児童へ受診勧告を行い、さらに受診状況についても共通理解を図った。
- ・高学年において、歯の健康に関する意識が低い傾向にあったため、6年生で「全国はみがき大会」に参加した。長期休みには歯磨きカレンダーを実施するとともにむし歯未処置者への受診勧告も配付した。

③食

- ・おにぎりの日、お弁当の日と2回の実施であったが、児童の発達段階に応じて、協力する家庭が多かった。
- ・給食指導では、苦手な食べ物を克服しようとしたり、初めての食材や料理でも食べようとしたりと、学校全体で食育指導に取り組んでいる。
- ・日頃の食事の様子では、家族と一緒に食事をとる家庭の割合がやや低い傾向である。
- ・マナー週間の効果と合わせて食事マナーに気をつけようとする意識が高まってきている。
- ・見た目や香りから特定の食べ物に、抵抗感を示す児童がやや見られる。
- ・食事のときのあいさつについては、肯定的割合が昨年度よりやや減少し、市の平均値よりやや低い。

④安全

- ・交通安全教室では真剣に話を聞いていて、安全に対する関心は高い。
- ・登校中は、おおよそ一列で歩道を歩いているが、下校時になると、横に広がって歩道を歩く児童を見かける。
- ・避難訓練では、落ち着いて避難することができる児童が多い。
- ・避難訓練を行うと、放送をよく聞かないまま避難を始めてしまう児童がいる。

2 今年度の重点目標

生涯を通じて健康な体づくりや安全に関心を持ち、主体的に行動する児童の育成

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）外遊びの奨励と運動機会の創出

以下に学校全体で取り組むことにより、減少傾向にあった運動の機会を増やすとともに、児童それぞれの体力の状況に応じ、体力の向上を図る。

□体育科において、昨年度の体力テストから見えた課題である筋持久力・全身持久力を高めるため、学年の状況に応じたサーキット・トレーニングやドリル・トレーニング、3分間走などの補強運動を、授業開始時に行う。（通年）

・「なわとびチャレンジカード」を活用し、家庭での運動機会を創出する。（12月）

★「元気っ子健康体力チェック」を実施するとともに、分析結果を踏まえた体力向上の取組を行う。（10月）
分析結果を児童及び保護者に周知することにより、外遊びや運動の必要性を認識させる。（通年）

（2）学校保健の推進

以下に学校全体で取り組むことにより、健康に関する正しい知識や望ましい生活習慣を身に付けさせる。

□むし歯予防のためのブラッシング指導及び長期休業中の歯磨きカレンダーを実施し、歯・口の健康状態について理解し、それらの健康を保持増進する態度や習慣を身につける。（6月・夏季・冬季）

□養護教諭とTTを組んで保健学習の実施（各学年の健康状態や年間計画に応じて）

□感染症の予防についての理解と、適切な行動についての指導の充実。

★定期健康診断について、学校医と連携した事後指導。

★視力低下予防のために目の愛護デーにおいて養護教諭や児童保健委員会、また地域学校園健康推進部会における啓発活動や学校眼科医との連携。（10月）

3) 食に関する指導の充実

以下に学校全体で取り組むことにより、食に関する正しい知識や望ましい食習慣を身に付けさせる。

★学校栄養士と学級担任とのチーム・ティーチングによる、栄養や食事マナー等をテーマにした授業や、宇都宮学と関連した食文化を学習する授業を行う。(年2回程度の実施)

★学校給食において、岡本地区で作られた米・野菜(アスパラ・生しいたけ・長ネギ・玉ねぎ等)を使用した料理や行事食等を提供するとともに、お昼の校内放送や掲示物、食育だより等を活用し、食材の産地等を児童及び保護者に周知する。(通年)

★宇都宮市統一宮っこランチ、トマト給食の実施(R7 通年)

□「おにぎりの日」及び「お弁当の日」を設定し、学校栄養士と学級担任とが連携しながら各学級で事前・事後指導を行う。

(4) 交通安全教室や避難訓練の実施

以下に学校全体で取り組むことにより、児童が危険を予測し、自らの命を守るための判断力及び行動力を身に付けさせる。

★□交通安全教室(5月)や災害を想定した避難訓練【R7は火災(4月)・不審者(10月)】を実施する。

・教職員による登校時の見守り指導を月に1度実施する。(通年)

・自転車免許事業(4学年児童対象:5月)や自転車免許事業の振り返り学習(5・6学年児童対象:10月)を実施する。

★PTAや地域協議会等と連携し、登下校の見守り活動や、通学路点検を実施する。(通年)