

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、体重は、男女とも県の平均とほぼ同様である。
- ・学年に応じて、能力のばらつきが見られる。全体的に見ると、ほとんどの種目において全国平均を下回っており、特に走力（50m走）・投力（ボール投げ）・立ち幅跳び（跳躍力）に落ち込みが見られる学年が多い。前年度と比較しても、立ち幅跳び、反復横跳び、50m走等複数の種目において記録の伸びがあまり見られなかった。

（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。）

- ・運動が好きと感じている児童の割合は約9割であり、昨年度と比較してわずかに上昇した。
- ・運動が「得意」「やや得意」と回答した児童は、昨年度と比較して、5ポイントほど低下した。体力に自信がある児童は約7割となった。
- ・早寝早起きを心掛けている児童は全体の約7割である。昨年度よりも低下した。
- ・ほとんどの児童が朝食をきちんと食べているが、「食べないことが多い」と回答している児童の割合が昨年度と比較して上昇した。
- ・交通事故防止や不審者から身を守ろうとする意識は高い。

（3）授業や健康安全・体育的行事等への取組状況から

（※体力・保健・食育・安全について、それぞれ記入する。）

- ・体育の授業だけでなく、休み時間に鬼ごっこや短縄、ボール遊び等、進んで友達と遊ぶ児童が見られる一方で、教室や図書室等の室内で過ごす児童も多く見られる。
- ・手洗い・うがいをよく行い、感染予防に努める児童が多い。
- ・お弁当の日に向けての計画や当日の準備等、意欲的に取り組む児童が多い。
- ・集団登下校の様子から、安全意識の高さを感じられる反面、わずかだが意識の低い行動も見られる。今後も指導の継続を要する。

2 今年度の重点目標

心身ともに健全で安全な生活を送るための資質・能力を備え、進んで健康・体力の向上を目指す児童の育成

—健康・体力の向上に向けた継続的な指導の実施、目標達成に向けた主体的取組の充実、
発達段階に応じた保健指導や安全指導等の充実—

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）望ましい生活習慣の育成

- ★□ 朝食を食べていない児童の把握と，一人一人の状況に応じた適切な個別指導の実施（通年）
- 食育だよりの発行（通年）
- 保健だよりの発行（通年）
- ・ 睡眠を中心とした生活習慣をアンケート等で把握し，課題に応じた指導を実施（通年）

（2）健康・体力の向上

- ★□ 運動領域ごとの補強運動の導入（通年）
- ★□ 教科体育での学習カードの活用や場の設定の工夫による活動量の確保（通年）
- 養護教諭・栄養士と連携した保健の学習や学級活動（通年）
- 運動に親しみ健全な仲間づくりができる共遊の時間の設定（通年）
- 水泳，縄跳びがんばりカードの使用（7月，12月）
- ★□ 「うつつのみや元気っ子チャレンジ」を活用し，長期休業中の運動の啓発（7月，12月）
- 運動に関するイベントの実施（9～1月）
（ドッジボール大会，元気っ子チャレンジの種目に取り組む大会）
- 「思いっきり遊ぼう活動」を基盤とした外遊びの励行及び活動場所の確保（通年）

（3）家庭・地域との連携協力

- ★□ 保護者の健康に対する関心を高めるための保健だよりの発行（通年）
- ★□ 家庭との連携による「早寝・早起き・朝ごはん」運動の推進（通年）
- ★□ 健康診断や生活習慣チェックシート等の結果の家庭への周知（4月，9月，1月）
- ★□ 生活習慣改善プログラムの実施（9月，1月）
- P T Aや地域団体と連携した下校時の安全パトロール（通年）
- 避難訓練の実施とその事前・事後指導の充実（通年）