

令和8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50m走，立ち幅跳び，シャトルランに落ち込みが見られる学年が多い。

(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割であるが，昨年度と比較して減少傾向にある。
- ・運動が「得意」「やや得意」と回答した児童は，市と比較して，3ポイント低い。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。昨年度と比較してわずかに上昇した。
- ・昨年を通してみると，朝食を食べない児童の割合は減少したものの，依然として2割程度の児童が毎日朝食を食べていない。
- ・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

将来にわたり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，自ら健康・体力の向上を目指す児童の育成

—心身の健康に向けた継続的な指導の実施と主体的取組の充実，
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8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）
 - 運動に親しみ自己肯定感の高揚を見据えた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）
- ★□ 「うつのみや元気っ子チャレンジ」を活用した，長期休業中の運動の啓発（7月，

10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，運動に関するイベント）
- 運動の日常化に向け，「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）
- ★□ 生活習慣チェックシートの実施（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）