

# 令和元年度体力・運動能力, 健康課題に係る取組状況調査

対象：県内公立小・中・中等教育・高等学校（全日制）

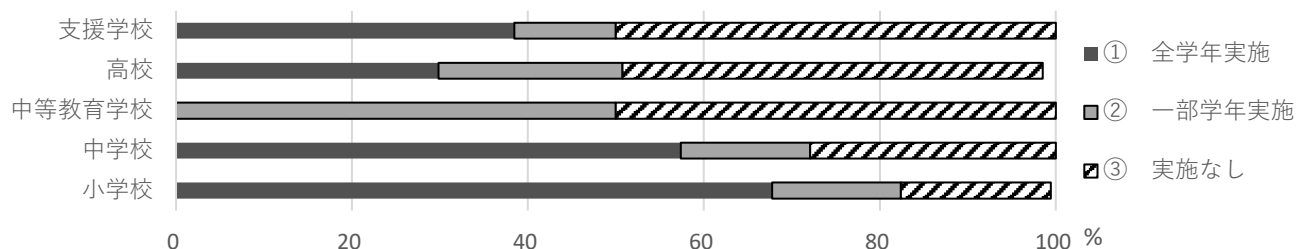
特別支援学校【全校種とも仙台市を含む】

## 学校全体への調査

### 【体力・運動能力の向上に係る組織的な取組について】

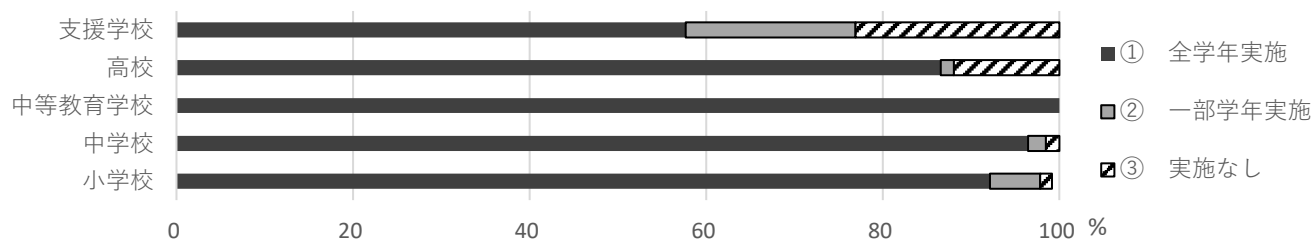
問1 授業改善に向けた教員研修等を実施していますか。

- ・体育に関するテーマの校内研究の実践
- ・調査に向けた測定講習会の実施
- ・体育授業検討会の実施
- ・外部講師による実技研修
- ・授業における実技ボランティアの活用



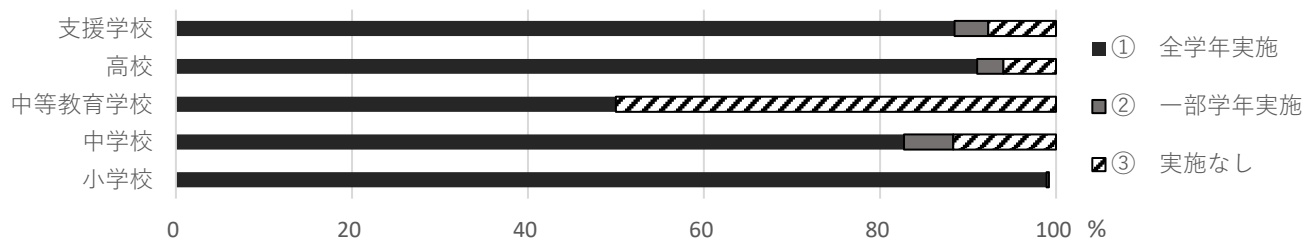
問2 児童が明確な目標を持てるような指導を行っていますか。

- ・体育活動年間指導計画の作成
- ・体力・運動能力調査の複数回の実施
- ・学校独自の運動カードの活用, 廊下掲示等の工夫
- ・調査結果を基にした個別の数値目標の設定



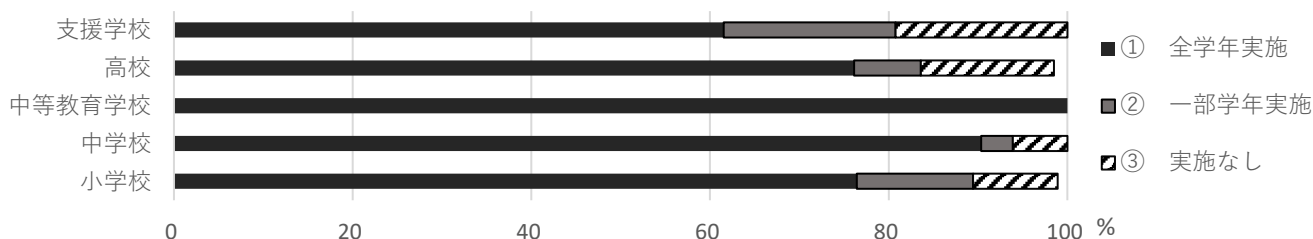
問3 運動機会確保のための工夫をしていますか。

- ・webなわとび広場への参加
- ・タイムテーブルの工夫
- ・体育館, 校庭の開放
- ・運動用具（ボール等）の貸出
- ・特別活動での計画実施（運動委員会活動等）
- ・運動会以外の体育的行事の実施（持久走, 球技大会等）



問4 校内で統一した補強運動等を実施していますか。

- ・元気アップエクササイズの活用
- ・補強運動の計画実施
- ・学校独自の運動プログラムの開発実践

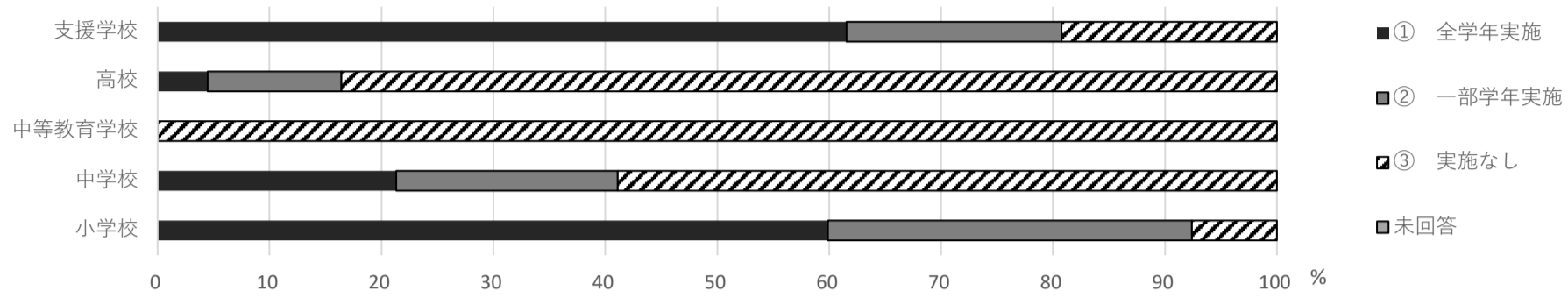


## 学校全体への調査

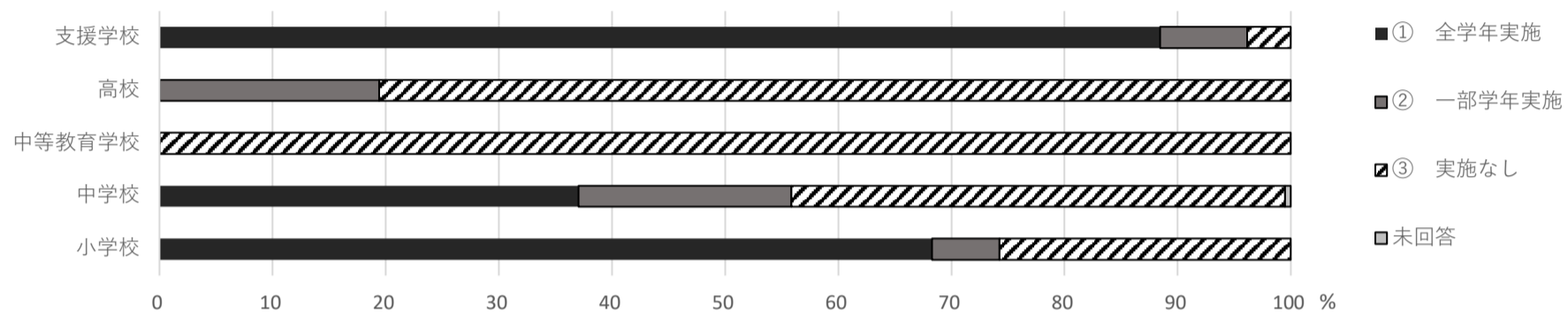
### 【歯科保健に係る取組について】

問5 教科以外で歯科の保健教育（集団指導）を実施しましたか。

(例) 学級活動等での保健教育 P T A研修会等  
全校集会等での歯科保健・食育指導 等



問6 歯みがき習慣の定着に向けた取組を実施していますか。



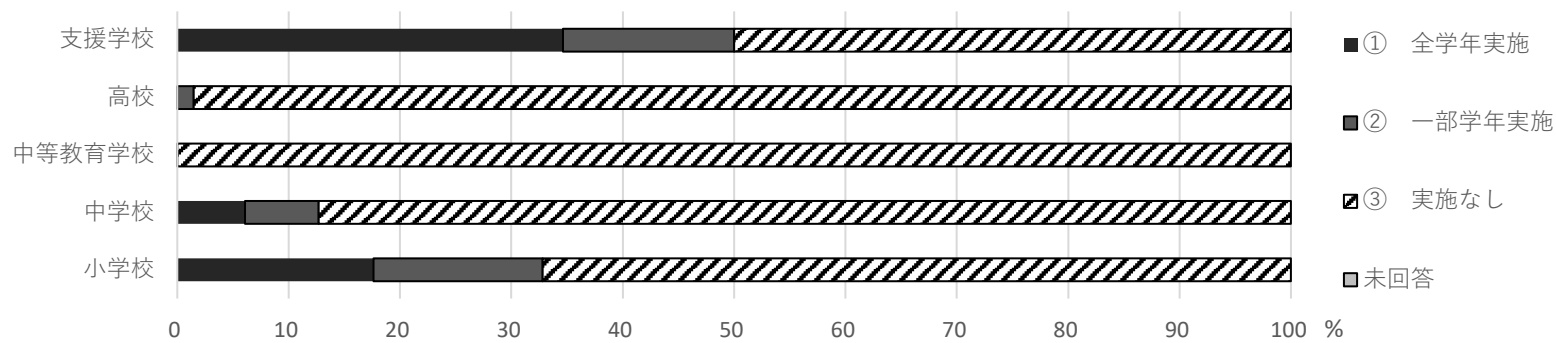
問7 貴校で行っている歯科保健に係る具体的な取組をご記入ください。（一部抜粋）

- 学校歯科医、歯科衛生士との連携による歯科指導の実施
- 市町村保健担当局事業との連携による歯科指導の実施
- 歯みがきタイムの時程への位置付け ・週1回のフッ化物洗口の実施
- 治療勧告者への複数回の勧告と個別指導 ・カラーテスター、デンタルフロスの活用
- 歯科検診時の校医による個別指導（重度う歯、歯肉炎がある児童を中心に）
- 健診当日は歯ブラシを持参し歯の磨き方を指導したり、実際に磨いてより効果的な方法を学習している。
- 上学年に検診前に口中を観察する宿題を出し、関心を持たせる。
- 年2回の歯科検診
- 歯科検診時に、学校歯科校医に依頼し口腔内の様子から家庭環境が心配されるお子さんをピックアップしていただいている。ピックアップされた児童について、夏休みに実施される個別保護者面談の際に話題にしていただき、歯科専門医受診に結び付くよう努力している。
- 歯科校医を講師に招き親子歯みがき指導を実施。（学習参観時）
- 町の歯科衛生士と養護教諭による口腔衛生指導を全学年で実施している。染め出しによる磨き残しの確認と歯磨き指導の他、1年生では自分の口腔内のpH、2年生では口腔内の細菌活性度、3年生では咀嚼力を調べる活動も行っている。
- 町健康福祉課の栄養管理士から、むし歯になりにくいおやつのとおり方を指導していただいている。
- 入学説明会で新入学児童の保護者に、乳歯が永久歯に及ぼす影響についての説明。
- 今年度の学校教育目標の重点努力事項に「全校での歯みがき実施率90%を目指す」として、生徒専門委員会の活動を中心に、全校で取り組んでいる。
- 歯科検診結果から個別に食事とおやつの内容の聞き取りと歯の磨き方指導
- 校医と連携した歯科教室（1・2・4・6年：歯の染め出し 3・5年：デンタルフロスの使い方）を毎年実施している
- 学校保健委員会で取り上げ、歯ブラシを購買で購入できるようにし、昼休みの歯みがきの励行をすすめている。
- 春と秋に歯科検診を実施し、その際に歯科衛生士によるプラークテストを全校児童に行っている。その結果を基に養護教諭が「歯の地図」を作成し、児童が自分の歯の健康状態について確認しながら色塗りをしている。その後家庭に持ち帰り、保護者にも確認をお願いし、コメントを記入してもらっている。この記録は、6年間使用できるようにファイリングして、各学級に保管している。
- あいうべ体操、良い姿勢と鼻呼吸でのあいうべ体操の励行
- かみかみメニューコンテストの実施と給食献立への採用
- 児童保健委員会で歯の健康についてアンケート実施や児童朝会での発表
- 学校保健委員会を保護者全員対象に参加を呼びかけている。
- 生活習慣チェックカード項目に「寝る前の歯みがき」を設け毎日、みがいた時間を記入する。
- 歯科校医への相談の有無の調査と生徒が直接相談する時間の設定。
- 歯に対する意識が高まる検診の直後に、その場で受診勧告書を配布している。
- 3学年を対象に卒業前検診を実施し、就職前までに治療が済むよう指導している。
- 歯科検診後、速やかに治療勧告書を配布し、未受診者には担任から教育相談時、保護者に声掛けしている。
- 夏期休業前、町の歯科衛生士に来校していただき、歯みがき教室を実施した。今年度は2色染めと、咀嚼ガムを用いた唾液量の確認を行い、歯科保健の重要性について学んだ。

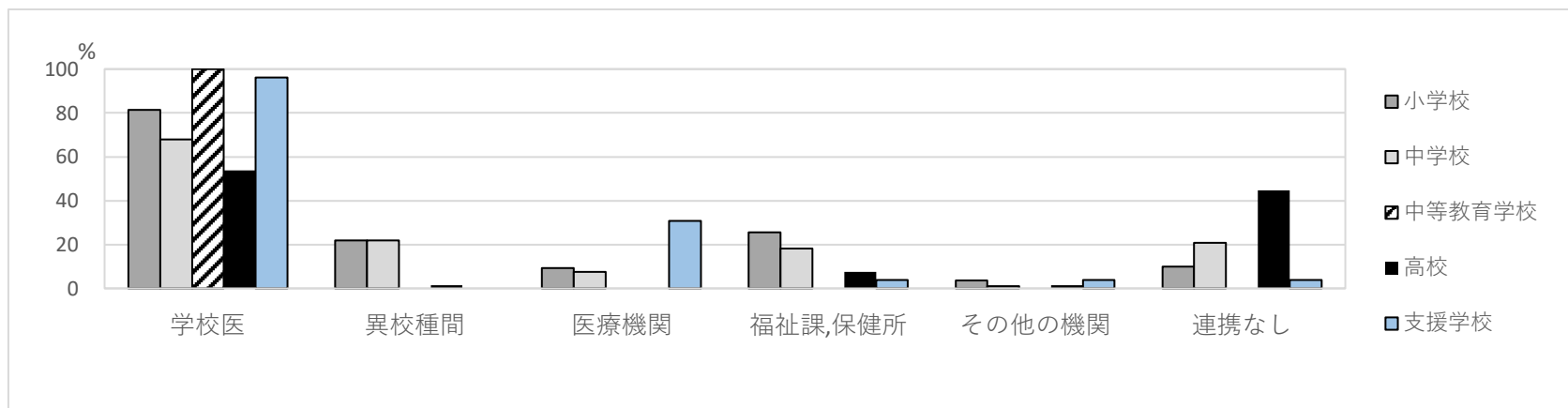
**学校全体への調査**

**【肥満対策に係る取組について】**

問8 教科以外で肥満に関する保健教育（集団指導）を実施しましたか。



問9 肥満の健康課題について、次の機関等と連携を図っていますか。（複数回答可）



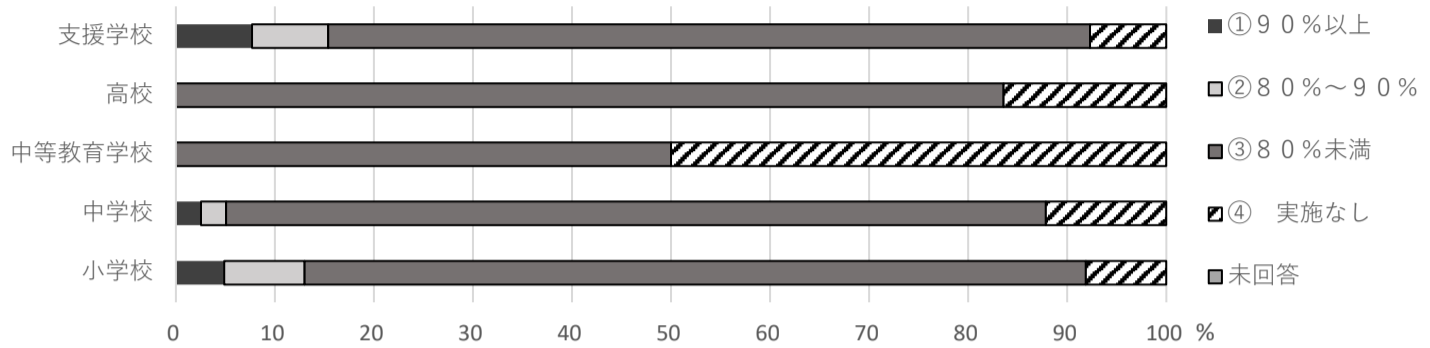
問10 貴校で行っている肥満の改善に向けた具体的な取組をご記入ください。（抜粋）

- ・身長・体重のバランスを児童に確認させ、肥満の予防や対策について指導している。また高度肥満の児童について毎月身長・体重を測定し経過を保護者に連絡し生活習慣の見直しを促している。
- ・1・3・5年生で、肥満度50%以上の児童と保護者には、学校医の病院で精密検査を受けていただくようお知らせし、血液検査結果等を通知する際に、肥満改善のプリントを渡して啓発している。
- ・学校医への個別相談を実施しています。
- ・給食指導の際、栄養教諭がランチルームで食に関する指導を行っている。
- ・発育測定後、肥満度30%以上の児童の情報を管理校医へ伝えている。管理校医の指導のもと、小児科医のもとで肥満指導を受けていただくよう保護者へお知らせしている。
- ・市から、肥満度50%の児童に対して生活習慣病予防調査を実施している。
- ・毎週〇曜日の業間休みに、外遊びを推奨する「〇〇〇タイム」という時間を設け、月ごとにダンスやマラソンなどのテーマを決め、児童が楽しく運動できる機会を設けている。また、一輪車や竹馬などの遊具の貸し出しを行っている。
- ・夏休みと冬休みの年に2回、肥満度中等度以上を対象に、健康相談を実施している。
- ・健康相談の際に栄養教諭と連携し、食事面からも指導している。
- ・「生活リズムカード」を配布し、長期休業中でも規則正しい生活を過ごせるようにしている。
- ・①「ランランタイム」：校庭が使用できる期間（春から秋）、アスレチックを取り入れたランニングを実施。
- ・②「ピョンピョンタイム」：校庭が使用できない期間（冬）、体育館で長縄跳びを実施。下学年と上学年に分かれて、3分間チャレンジしてお互いに回数を競い合い、意欲づけのために元気アップみやぎっ子！「Web」なわ跳び広場にエントリーしている。
- ・夏休みに市子育て支援課と協力し、市内の小学校児童のうち肥満度30%以上の希望者対象に栄養・運動指導を行っている。
- ・市では、毎年、夏休みに中等度肥満時以上とその保護者を対象にした健康教室を行っている。学校と市の健康福祉課などと連携し、歯科指導や運動を通して生活の改善に努めている。
- ・部活単位や個別の声かけにより、定期的な体重測定・記録を行い、生徒の生活を自己管理できるよう指導している。
- ・給食時間に栄養士と養護教諭による教室を巡回しての食育指導
- ・期間を設けて万歩計を活用して歩数を記録させ、運動推進を図っている。
- ・毎月1習慣ルルブル習慣を設定し、食事や睡眠、ゲームの時間等をチェックをして、規則正しい生活が身につくように指導している。
- ・保護者と面談したり、アンケートをとったりして家庭での食事や運動の様子について情報交換を行い、日々の指導に生かしている。
- ・体重管理のため、日ごろから意識付けができるよう校舎内の廊下などに体重計を設置し、活用できるようにしている。
- ・肥満指導ではなく、やせの生徒に対して個別指導を行っている。
- ・校内の自動販売機に炭酸飲料を入れないようにしている。
- ・定期検診の体位測定結果で前年度比で体重の増減が5kg以上ある生徒に保健調査をして状況を確認している。
- ・高度肥満の生徒に対しては、定期的な体重測定と放課後のウォーキングを行っている。
- ・2ヶ月に一度、身長体重測定を実施し、経過を観察している。短期間で体重増加がみられる場合は、個別に体重測定を週一回実施し、食生活や運動量等について確認し経過観察している。

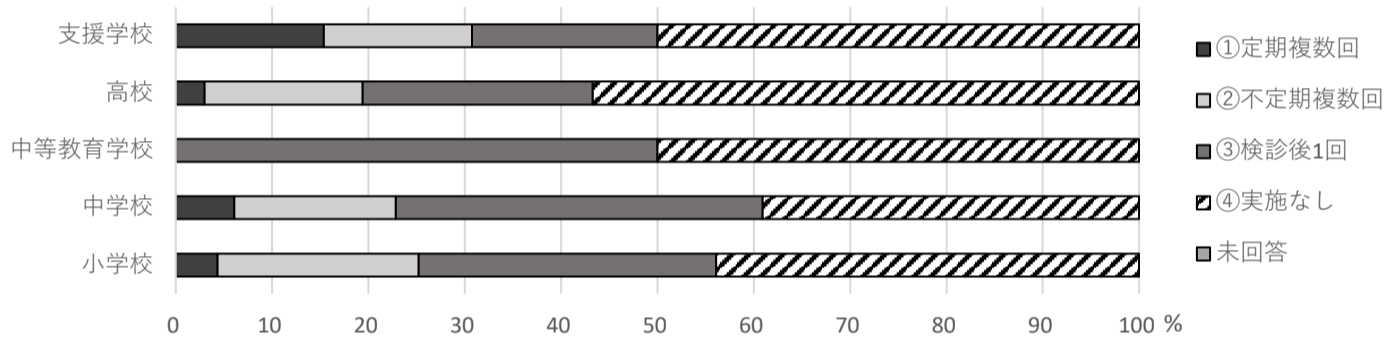
## 養護教諭への調査

### 【歯科保健に関する取組状況】

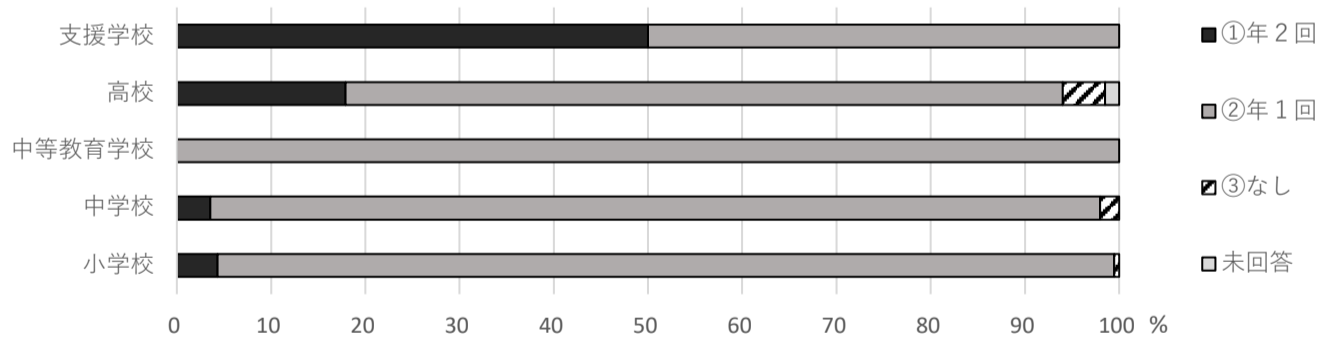
問11 歯科医療が必要な児童生徒に対して、歯科受診率向上の対策を実施していますか。（受診率）



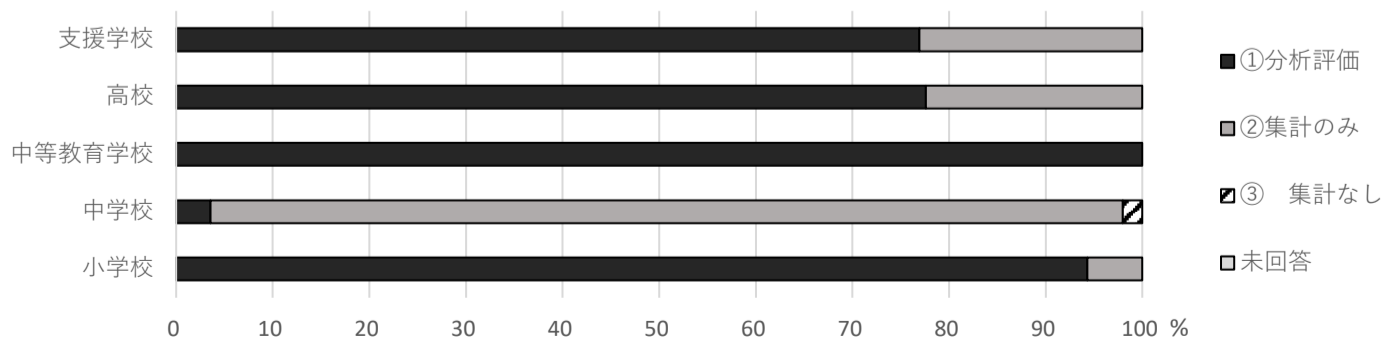
問12 歯科保健の個別指導を計画的に実施していますか。



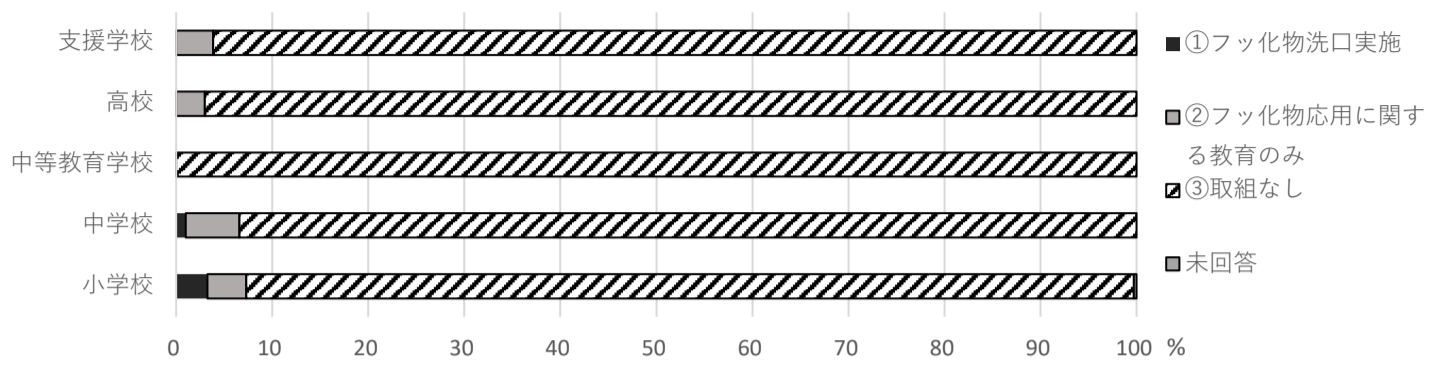
問13 学校保健委員会または地域学校保健委員会において、歯科保健に関して協議していますか。



問14 歯科健診の結果を集計した上で、分析・評価を行いましたか。



問15 「宮城県歯と口腔の健康づくり推進条例」で、フッ化物応用が明記されていますが、むし歯予防のためのフッ化物応用を推進していますか。



※ 歯科保健に係る取組状況調査は、宮城県健康推進課のホームページに掲載している歯科口腔保健事業チェックリストの項目を参考に作成したものです。

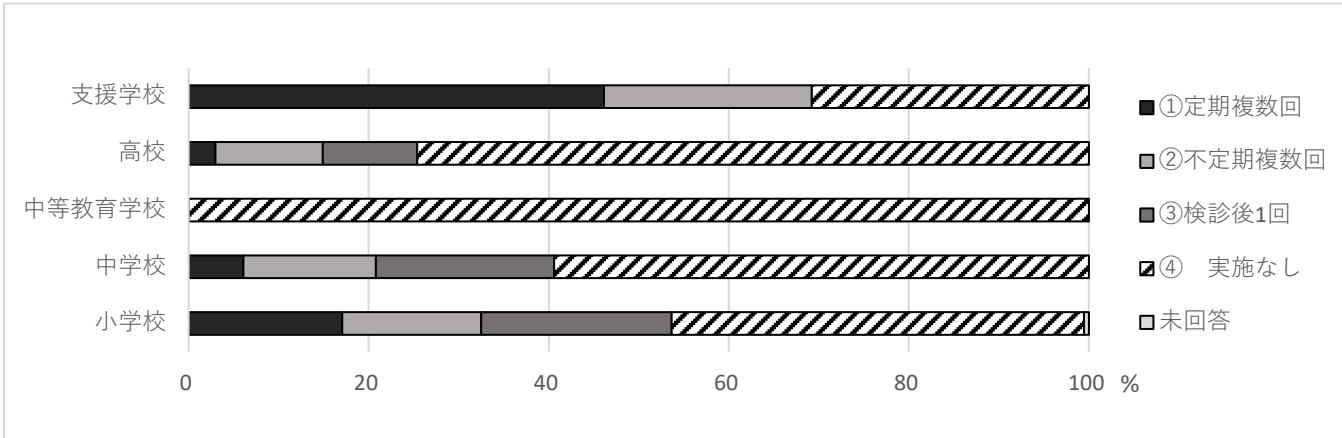
( 健康推進課HP: <http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/kensui/sikahoken.html> )

歯科口腔保健に関する取組状況を簡単に把握・評価できるチェックリストですので、分野ごとの状況把握や経年的な評価に御活用ください。

## 養護教諭への調査

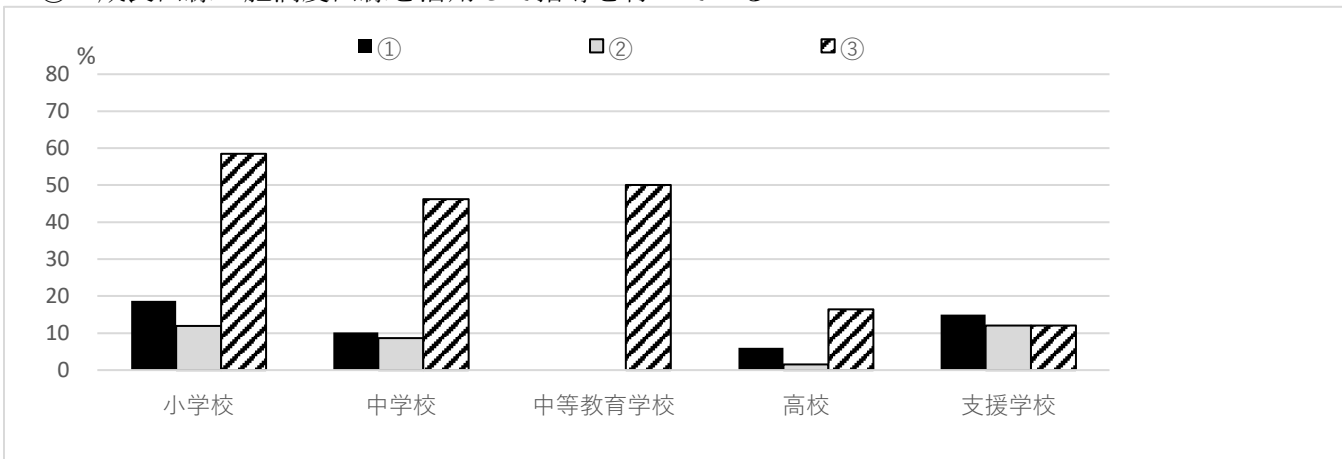
### 【肥満対策に係る取組について】

問16 肥満の個別指導を計画的に実施していますか。

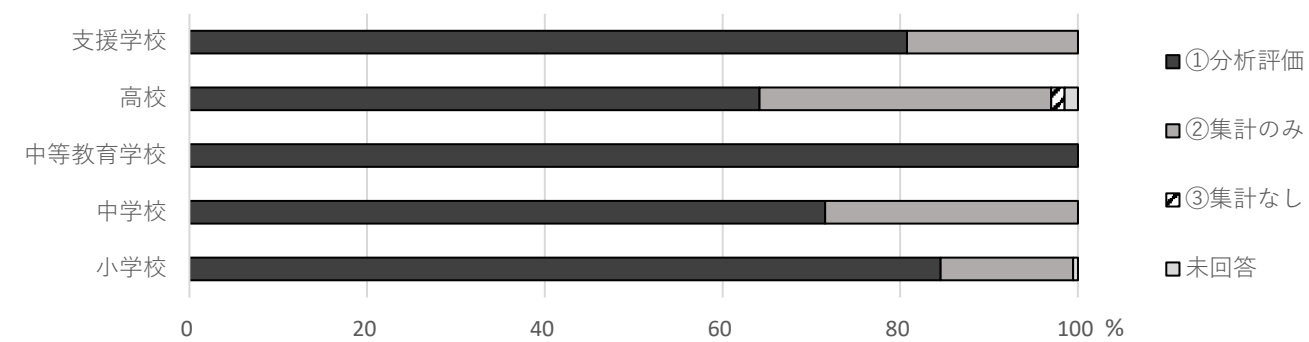


問17 個別指導で行っていることはありますか。（複数回答可）

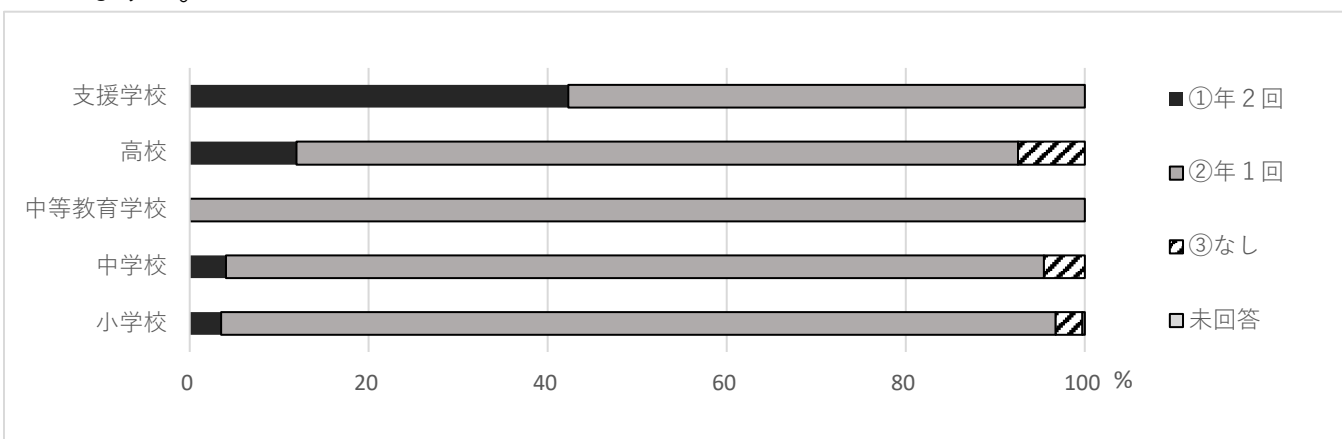
- ① 担任・保健体育の先生と連携し、運動指導を行っている
- ② 栄養教諭等と連携し、食育指導を行っている
- ③ 成長曲線・肥満度曲線を活用して指導を行っている



問18 健康診断結果（身長・体重，肥満度，成長曲線等）を集計した上で，分析・評価を行いましたか。



問19 学校保健委員会または地域学校保健委員会において，肥満に関して協議していますか。

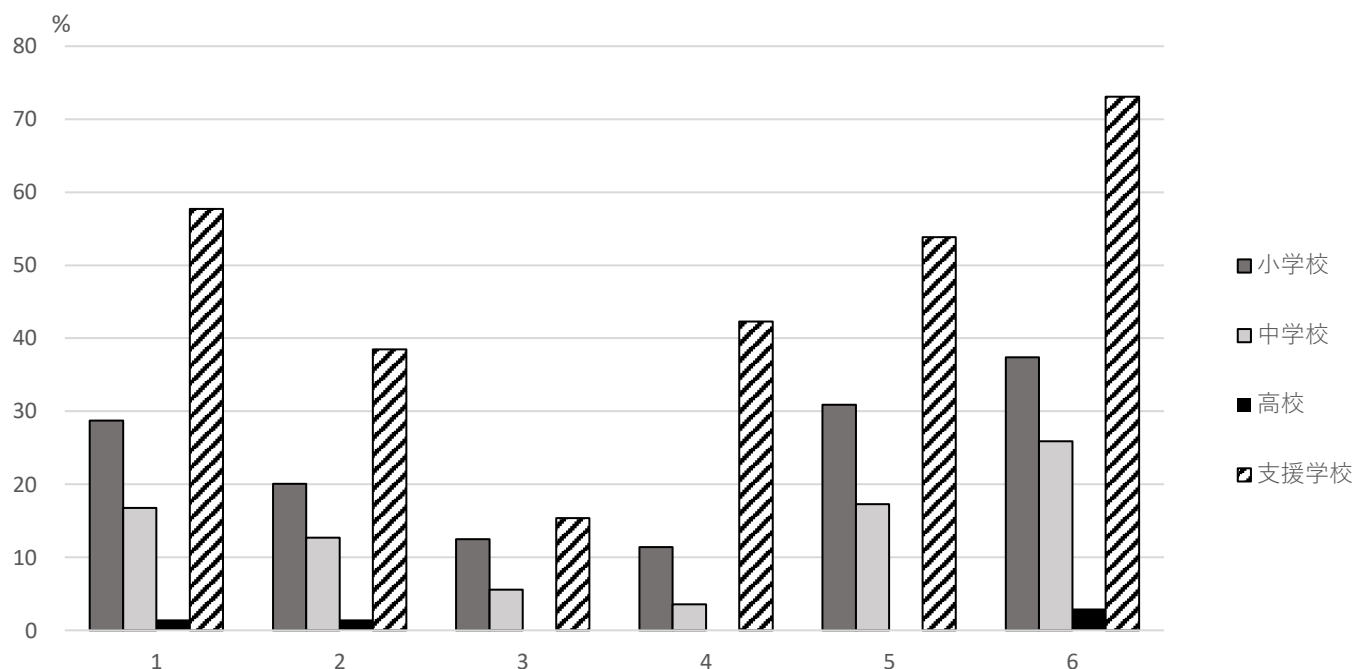




## 栄養教諭・栄養職員への調査

問20 むし歯や肥満改善のための取組をしていますか。（複数回答可）

- ① 集団の身体状況を把握するために、養護教諭と連携している
- ② 学校給食摂取基準を集団の身体状況に合わせて運用している
- ③ 身体状況に合わせて運用した給与栄養量についての評価を行っている
- ④ 関係職員と連携して、個別指導に取り組んでいる
- ⑤ むし歯や肥満を改善するために、間食やよく噛んで食べること等生活習慣についての食に関する指導を年間計画に位置付けて行っている
- ⑥ 給食日より、献立表などを活用した啓発を行っている



### 「令和元年度体力・運動能力、健康課題に係る取組状況調査」について

#### 趣旨

児童生徒の体力・運動能力、健康課題に対する取組状況を把握し、健康課題の解決と体力・運動能力向上に向けた総合的な健康教育の推進に資することを目的として調査を実施する。

#### 調査対象

県内公立小学校、中学校、中等教育学校、高等学校（全日制のみ）、特別支援学校

#### 調査期間

令和元年8月1日（火）～10月31日（火）