

第2章 子どもにつけたい力

基本目標3 健康・体力の向上



運動やスポーツに親しみ、運動習慣を身に付けることによって、たくましく生きるための体力の向上を図ります。

また、健康で豊かな生活を送るための基礎を育みます。

- 1 体力・運動能力の向上
- 2 心と体の健康教育の推進
- 3 食育の推進
- 4 安全教育の推進



1 体力・運動能力の向上

◆ ねらい

子どもの発達段階や体力・運動能力の状況を踏まえた体育科・保健体育科の授業を改善することによって、子どもの十分な運動量を確保し、体力・運動能力の向上を図ります。

また、子どもが運動に親しむ機会を拡充することにより、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の基礎を身に付けさせます。

◆ 取組指標とその評価

H30までは全60校、R1からは全59校

取組指標	H28	H29	H30	R1	R2	R3	目標値
① 体力・運動能力向上推進指定校 ^{※1} に指定した学校数(校)	1	3	3	3	3	3	6年間で 小学校 延べ15校
② 全学年を対象として「5分間運動 ^{※2} 」を実施した学校数(校)	60	60	60	59	59	59	全小中学校 (59校)

※1 体力・運動能力推進指定校…体育科の授業や授業外での体力向上につながる取組を行い、実践事例などの報告を行う学校。毎年3校を指定。(令和3年度指定校は富洲原小学校、泊山小学校、浜田小学校)

※2 5分間運動…主運動につながる授業はじめの5分間に行う心と体をほぐす運動。

○ 取組指標①

3校を指定校とし、体育の授業の充実や、休み時間等の運動遊びを充実させるための環境整備等を行い、体力向上につながる取組を進めてきました。令和4年度以降も、毎年3校を指定し、市全体の体力向上を図ります。

○ 取組指標②

全校において「5分間運動」を実践することができました。四日市市運動能力・体力向上推進委員会を活用し、今後も全市的な取組を継続するとともに、「新5分間運動^{※3}」の活用を広げるための取組を進めます。

※3 新5分間運動…従来の5分間運動を主運動とのつながりという視点から見直したもので、授業の導入段階に「汗が出る・声が出る・笑顔が出る」ことを目的に行う、学びのはじまりとしての運動。

◆ 具体的な施策の現状と課題

本市における課題克服のため、各教員の得手不得手に影響されることなく、どの子ども運動やスポーツの特性に触れることのできる授業づくり、達成感や成就感が感じられる授業づくり、日常的に運動に触れたいくなる環境づくりを進める必要があります。令和3年度の主な取組内容としては次の2点です。

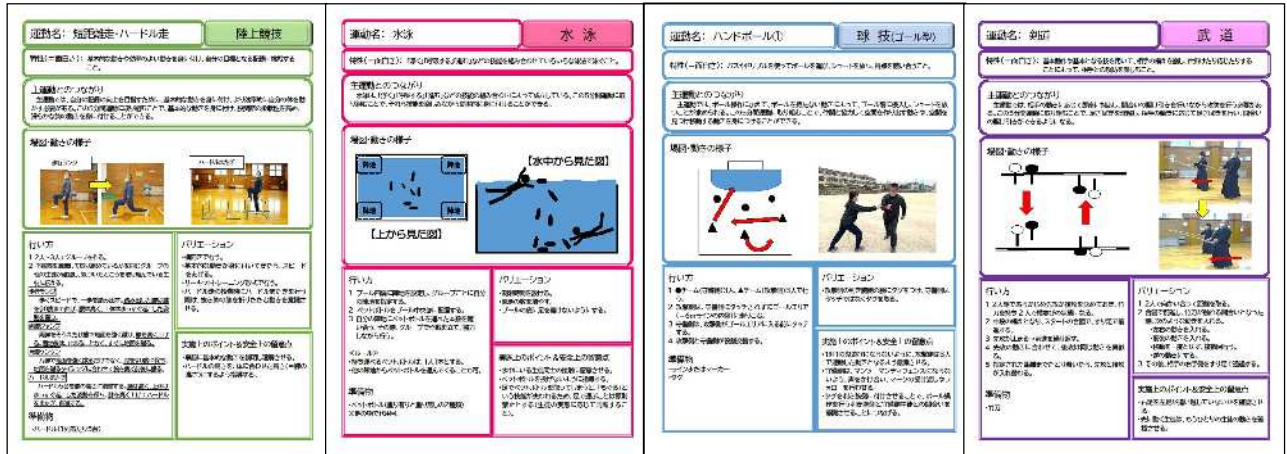
(1) 授業始めの「5分間運動」の取組の充実 新プロ4

本市においては、子どもたちが学びに対して主体的に取り組むことができるようにすること、体育科、保健体育科の授業で十分な運動量を確保し、課題となる体力・運動能力を向上させることを目的に、授業はじめの5分間運動の充実を図り、子どもが「体を動かすことが楽しい」と感じられるような取組を継続しています。

令和2年度には、四日市市運動能力・体力向上推進委員会が中心となり、主運動と5分間運動のつながりという視点から5分間運動を見直し、小学校体育科教育指導資料として「新5分間運動スタートブック」を作成しました。

令和3年度は、前年度に引き続き、四日市市運動能力・体力向上推進委員会が中心となり、中学校保健体育科教育指導資料として「Warm up+ 新5分間運動スタートブック」を作成しました。中学校版では、けがの予防や動きやすい体づくりを目的に行ってきた従来のウォームアップに加えて取り組むことができる内容としました。また、各種目における中核となる技能を具体化し、コツをつかむ経験を積み重ねさせていくことを大切にしました。

作成にあたっては、四日市市運動能力・体力向上推進委員会が中心となり中学校保健体育科教育研究協議会、小学校体育科教育研究協議会の協力を得ながら協議を進めてきました。



Warm up+ 新5分間運動スタートブック (一部)

(2) 主体的に運動に取り組む授業の創造

子どもたちが主体的に運動に取り組むことができる授業を創造していくためには、何よりも指導者の意識改革、授業改善が必要であると考えています。

令和3年度においては、小学校体育科教育研究協議会役員の先生方を講師として招聘し、ZOOMを使用したオンライン形式で新5分間運動の理解を深める研修を行いました。また、夏季研修会では、「知っ得! 体育指導のはじめの一步」を作成、配付し、体育指導の基礎基本について見直す研修を行いました。

また、体力・運動能力推進指定校が各々設定した研究テーマに基づいて取り組んだ実践を、実践事例として各校へ公開し、実践の共有を図ることができるようになりました。



【実践報告(成果と課題)より一部抜粋】

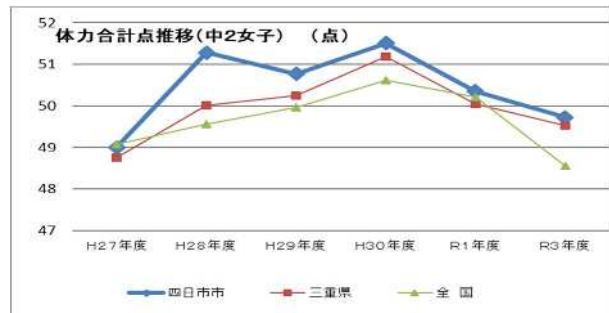
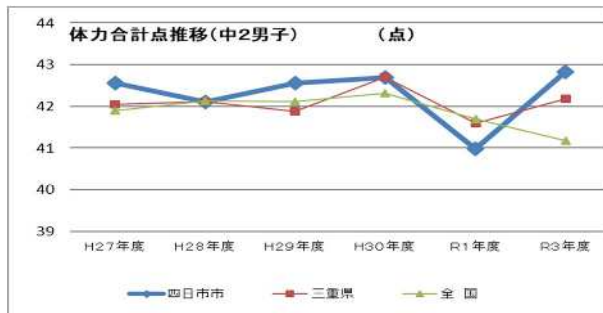
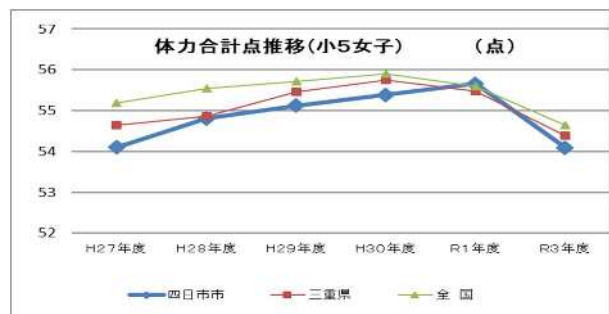
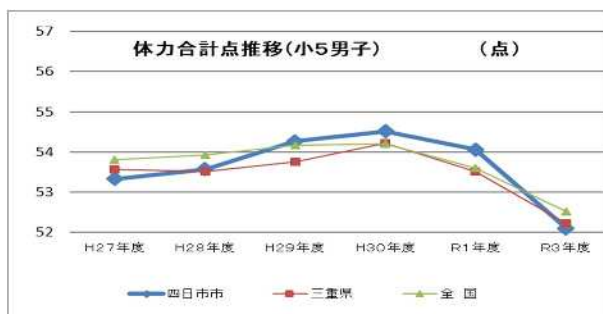
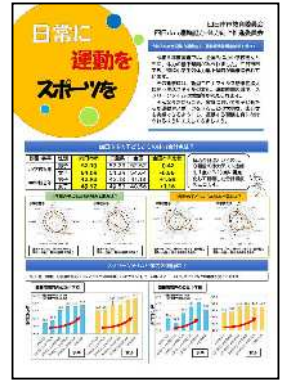
研究テーマに掲げた5分間運動について、その意義及び実践内容を、本校職員に周知するために、ミニ研修会を5月に実施した。いくつかの実践を確認し合い、実際に自分達で活動を行ってみたことで、運動の必要性について理解し合うことができた。研修会を行ってからは、体育科では各学年の実態に応じてバリエーション等を変えながら5分間運動を行う様子が見られるようになり、体育科の中での5分間運動が位置付けられるようになった。

また、授業の在り方が変化してきたこともあり、子どもの姿にも変化が見られるようになってきた。「先生、今日はどんな運動を最初にやるの?」と尋ねてくることも増えた。活動を展開することで、仲間とともに体を動かすことの楽しさを味わっているように感じる場面が見られるようになった。

(3) 全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果分析と発信 **新プロ4**

本市においては、平成23年度から四日市市運動能力・体力向上推進委員会で新体力テストの結果分析を行うことで、子どもたちの体力・運動能力等の現状を把握しています。また、分析結果をもとにして、体力・運動能力の向上にかかる有効な手立てや環境づくり等の取り組みについて、研究を行い、情報発信しています。

また、体力低下傾向の背景に、新型コロナウイルス感染症拡大に伴う生活スタイルの変化、運動時間の減少、スクリーンタイムの増加等が考えられることから、令和4年度小学校5・6年生及び令和4年度中学校2・3年の保護者向けにリーフレットを作成、配付し、各家庭においても子どもたちが運動やスポーツをすることの大切さ、楽しさを実感できるように働きかけています。



◆ 今後の方向性

- 令和2年度から新教育プログラムの柱4として「運動大好き！走・跳・投UPプログラム」を位置付けました。今後は、小学校体育科教育指導資料として作成した「新5分間運動スタートブック」、中学校保健体育科教育指導資料として作成した「Warm up+ 新5分間運動スタートブック」の活用を進めるとともに、新たな情報、教職員の意見を随時取り入れ、本市の現状にあった指導資料となるように、定期的に改訂、更新していきます。
- 体力・運動能力推進指定校や四日市市運動能力・体力向上推進委員会では、子どもたちが楽しみながら運動能力向上に取り組むことができる体育科・保健体育科の授業改善を進めていきます。
- 教員の意識改革や指導力向上を目的とした研修会を年3回行ったり、体力・運動能力推進指定校における取組を好事例として紹介したりしながら、市内全校へ広がっていきます。



2 心と体の健康教育の推進

◆ ねらい

子どもたちが健康で安全な生活を自ら管理し、改善していくための資質や能力を育成します。また、学校保健委員会の取組を充実させるとともに、関係機関と連携した健康教育を推進します。

◆ 取組指標とその評価

H30 までは全 60 校（小学校 38 校）、R1 からは全 59 校（小学校 37 校）

取組指標	H28	H29	H30	R1	R2	R3	目標値
学校三師の知見を活用した学校保健委員会や研修会等を開催した学校数（校）	小学校 33 中学校 17 (50)	小学校 35 中学校 22 (57)	小学校 38 中学校 22 (60)	小学校 37 中学校 22 (59)	小学校 37 中学校 22 (59)	小学校 37 中学校 22 (59)	全小中学校 (59校)

学校三師（学校医・学校歯科医・学校薬剤師）の知見を活用した学校保健委員会や研修会を開催したり、感染症情報などを寄稿いただき学校通信等に掲載、発行したりするなど、学校三師が、専門的な立場から、児童生徒や保護者、教職員に対して指導や助言を行いました。

◆ 具体的な施策の現状と課題

(1) 授業を中心とした健康教育の推進

健康教育については、保健の授業（小学校は保健領域、中学校では保健分野）はもとより、関連する教科（社会・理科・家庭・生活等）や総合的な学習の時間、特別活動等でも行っています。

保健の授業は、小学校3年生から学習が始まり、主に体の成長や病気、けがの予防、心の健康など、自他の健康について学習をしています。がん教育については、「病気の予防」の単元で学習を進めています。性教育について、保健領域（小）、保健分野（中）で学習した知識をさらに深めるため、産婦人科医や助産師等を学校に招聘するなどして講演会を開催しています。

また、学校での性を含めた健康に関する指導は、児童生徒の実態や課題、また心身の発達段階に応じて、教育活動全体を通じた各教科等において、関連づけて指導しています。



助産師による講演会

(2) 関係機関と連携した健康教育の推進

学校保健委員会は、自校の児童生徒の健康課題について、学校・保護者・関係機関が協議するための組織であり、効果的に機能させることで、健康教育の推進につながります。

すべての小中学校において学校保健委員会を設置し、会議、講演会、研修会等、学校の課題に応じて様々な形態で開催、実施をしています。

令和3年度も、新型コロナウイルス感染症対策の観点から、オンライン会議を開催したり、動画配信等を用いて各教室で取組を共有したりする等、各校で工夫しながら効果的な健康教育を進めました。



学校薬剤師による
薬物乱用防止教室



第2章 子どもにつけたい力 基本目標3 健康・体力の向上

学校保健委員会や研修会等には、各校の学校三師も参加し、専門的な立場から指導・助言を行うことで、参加者が健康課題への意識を高めるとともに、その具体的な改善方法や工夫を知り、実践への意欲を高めることにつなげています。

＜学校三師と連携した健康教育の実践例＞

- ・学校医による「感染症予防」の寄稿を保健だよりに掲載
- ・学校歯科医から学校での口腔衛生指導への助言
- ・学校薬剤師による「医薬品の正しい使い方教室」（薬物乱用防止教室を含む）の実施

＜その他の機関と連携した健康教育＞

- ・産婦人科医や助産師による性感染症予防に関する出前講座
- ・消防本部所有の消防関係資材（心肺蘇生練習用品等）を利用した授業実践
- ・警察、ライオンズクラブによる「薬物乱用防止教室」の実施



オンラインを活用した
学校保健委員会

（3）個別及び集団の健康課題に応じた取組の充実

○養護教諭・担任等による個別及び集団指導

定期健康診断の結果等から、子どもたちの健康状態を把握し、健康課題に応じた指導を実施しています。（例：生活リズムの確立、むし歯予防、視力低下の予防等）

○アレルギー疾患に対する適切な対応

「学校のアレルギー疾患に対する取組ガイドライン」「学校におけるアレルギー疾患の手引」を活用し、学校職員・保護者・医療機関・学校三師・消防本部が連携し、共通理解をもってアレルギー疾患を持つ児童生徒への対応にあたっています。

○「心の健康」の指導の充実

Y E S net（四日市早期支援ネットワーク）と連携し、「心の健康」の充実を図っています。

（4）新型コロナウイルス感染症に係る健康教育等の取組

○令和3年度も、引き続き、「学校における新型コロナウイルス感染症に関する衛生管理マニュアル」に基づく感染症対策を進めるとともに、感染症予防について正しく理解し、適切な行動がとれるよう、各校においては、学校三師からの専門的な知見を活かし、日常生活の指導をすすめました。

○家庭向けの「学校感染症だより」発行し、学校での感染症対策をお知らせするとともに、家庭で協力いただきたいことや健康管理に役立つ内容等をお知らせし、保護者への情報発信を行いました。

◆ 今後の方向性

- 学校保健年間計画に基づいて、教科や特別活動等との関連を図りながら、性と命の教育を含む健康教育を実施します。また、必要に応じて専門機関や関係機関とも連携し、指導の充実を図ります。
- 保健統計資料を活用し、児童生徒の健康状態を把握します。また、学校三師と連携し、学校保健に係る情報交換を定期的に行うことで、自校の健康課題を明確にします。
- 学校三師の知見を活用した学校保健委員会や研修会等を開催し、自校の健康課題の解決に向け、保護者とも連携しながら、適切に対応するよう努めます。
- 児童生徒が自らの健康を管理していく実践力を培う健康教育を重視し、感染症予防や基本的な生活習慣の形成など健康課題の解決、健康の保持増進に努めます。
- 「学校における熱中症予防対策マニュアル」を活用し、熱中症事故防止に向け、適切な対策を行います。



3 食育の推進

◆ ねらい

子どもたちが生涯にわたって健全な心と身体を培い、豊かな人間性を育んでいく基礎となる食育の推進を図ります。そのため、食に関する指導に学校給食を生きた教材として活用し、子どもが自らの「食」を判断し、選択する実践力の向上を図ります。

また、健全な食生活を実践することができるよう、栄養教諭等や関係機関*と連携した食に関する指導の充実を図ります。

※ 関係機関…市農水振興課・健康づくり課・市教育委員会学校教育課・外部企業など

◆ 取組指標とその評価

H30までは全60校(小学校38校)、R1からは全59校(小学校37校)

取組指標	現状値 H28	H29	H30	R1	R2	R3	目標値
①教育委員会発行の給食だよりで、生産者情報を盛り込んだ記事の掲載回数(回)	未実施	3	3	3	3	3	年3回以上
②栄養教諭等や関係機関*と連携した授業等を実施した学校数(校)	小38 中19 (57)	小38 中21 (59)	小38 中21 (59)	小37 中22 (59)	小37 中21 (58)	小37 中22 (59)	全小中学校 (59校)

取組指標①・・・市内で作られているブロッコリー(内部地区)やトマト(内部地区)、大根(四郷地区)の栽培の様子などを紹介しました。今後も、給食に使用する食材をとり上げていきます。

取組指標②・・・栄養教諭等が配置されていない学校では、配置校から出向く栄養教諭等との連携だけでなく、関係機関との連携を図ることで、専門性を活かした食育の取組を進めています。

◆ 具体的な施策の現状と課題

(1) 学校給食の充実

○栄養バランスのとれた給食の提供

学校給食では、成長期にある児童生徒に栄養バランスのとれた豊かな食事を提供することにより、心身の健全な発達を図っています。



小学校給食



中学校給食

学校給食の概要 (令和3年5月1日)	区分	小学校	中学校
	実施校数	37校	22校
	対象人数	15,453人	7,785人
	実施回数	179回	183回
	給食費	月額(高)4,600円 (低)4,400円	1食300円

○地産地消の推進

小学校給食では、「みえ地物一番給食の日」や「四日市ふるさと給食の日」を中心に、地場産物を優先的に使用するほか、日本の伝統料理や郷土料理を取り入れていま

す。また、生産者情報の給食だよりへの掲載や、食育授業において生産者の仕事の工夫を題材に取り上げる等、子どもたちの地場産物や地元生産者への興味・関心を高める機会を設けることを通して、地元への愛着心を育んでいます。

○中学校デリバリー給食の充実

中学校では、家庭弁当との選択制で、デリバリー方式の給食を実施しています。給食を教材とした食育を進めることや、給食を利用したことのない生徒が利用するきっかけとなるよう、生徒考案のメニューや、人気漫画にちなんだメニューを取り入れるなど、より一層内容の充実を図っています。

(2) 食に関する指導の充実

○学校給食を活用した取組

多くの学校では、「食に関する指導計画」に基づき、学校給食を活用した食の指導が行われています。小学校では、給食室の見学や、給食に使用される地元食材についての学習等、児童の発達段階に合わせた指導を全学年で行っています。中学校では、学校放送で、デリバリー給食のメニューに関する「給食指導資料」を紹介する等、小中学校ともに、生きた教材である学校給食を活用した食の指導の充実に努めています。



献立の食材について紹介する放送委員の生徒

○栄養教諭等や関係機関との連携

小学校に配置されている18名の栄養教諭等は、小学校だけでなく中学校にも出向き、食育を推進しています。また、種苗に携わる専門家から、土づくり・種まき・収穫・調理といった一連の野菜づくりを体験する活動等、関係機関と連携した取組も増えてきています。

◆ 今後の方向性

(1) 学校給食の充実

○食育を推進する上で、学校給食が「生きた教材」となるよう、生産者等と連携した地産地消の取組を進め、食事内容のさらなる充実を目指します。また、『食物アレルギー対応マニュアル』に基づいた児童生徒への対応を行い、安全安心な学校給食の提供に努めます。

○中学校では、成長期にある中学生によりふさわしい給食を提供するとともに、給食を通じて食育や地産地消を推進するため、全員喫食を前提とした食缶方式による中学校給食の令和5年4月からの導入に向けて、具体的な事業推進を図ります。

(2) 食に関する指導の充実

○栄養教諭等や関係機関、地域の食育推進団体等との連携を深め、専門性の高い食の指導の充実に努めます。

○学校給食や関連教科等で地場産物を生きた教材として活用したり、栽培活動や調理体験、生産者との交流など、体験的な活動を充実させたりすることで、実践的な取組の強化につなげます。

○学校や地域において、自発的に食べ残しのない食生活が実践できるよう、環境教育と関連させた取組を進めます。

4 安全教育の推進

◆ ねらい

自他の生命の尊重を基盤として、自ら安全に行動し、他の人や社会の安全に貢献できる資質や能力を高めるとともに、安全な環境づくりについて、積極的に取り組むことのできる子どもを育てます。また、危険予測能力の向上を目指し、関係機関と連携したさまざまな体験活動を生かした安全教育の充実を図ります。

◆ 取組指標とその評価

H30までは全60校、R1からは全59校

取組指標	現状値 H27	H28	H29	H30	R1	R2	R3	目標値
交通安全教室、防犯教室（訓練）、防災・避難訓練のいずれかを家庭・地域・関係機関と協働して実施した学校数（校）	—	60	60	60	59	59	59	全小中学校（59校）

新型コロナウイルス感染症の影響で、例年とは異なる方法での実施もありましたが、全校において家庭・地域・関係機関と協働した安全教育を実施できました。今後も、継続して体験的な活動を取り入れた安全教育を推進します。

◆ 具体的な施策の現状と課題

【災害安全】

（1）家庭・地域・関係機関との連携を図った安全教育

- 「防災ノート」「家族防災手帳」を活用した防災教育の推進

近い将来、発生することが危惧されている南海トラフ地震などに対して、家庭での防災意識を高めたり、災害に対して十分な対策（備え）をしたりすることが大切です。そのため、防災ノートや家族防災手帳を活用した授業を展開し、児童生徒が学んだことを家庭でも共有し、地域の防災力の向上につなげていけるよう働きかけています。

（2）各校の実態に応じた防災訓練等の実施

	防災訓練 (地震・火災)	地域と連携		
		防災の学習	防災訓練	防災に関する話し合い
小学校（37校）	37校	25校	15校	6校
中学校（22校）	22校	9校	6校	4校

コロナ禍の中でも、各校がオンライン等も活用するなど、工夫して訓練を実施し、災害時に主体的に行動することができる子どもの育成を図っています。

【交通安全】

（1）関係機関と連携した交通安全教育の推進

- 各校では、交通安全教育を年間指導計画に位置づけています。実施の際には、道路管理課や警察、交通安全協会、公安委員会指定の自動車学校等の関係機関と連携し、学校の規模や地域の実情に応じて、体験活動を重視しながら交通安全指導を行っています。
- 令和2年度においては、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、予定していた交通安全教室の多くが中止となり、学校独自での取組が増加しましたが、今後も引き続き、交通ルールを守ろうとする意識の向上、「自転車安全利用五則」の徹底等、関係機関と連携した交通安全指導の充実を図ります。

○各校における交通安全指導取組状況

	実施校数	連携した関係機関			主な実施内容
		警察	自動車学校	その他※	
小学校 (37校)	37	13	0	9	シミュレーターを使った正しい自転車の乗り方指導や正しい歩き方の実技体験、腹話術を使った講話等。
中学校 (22校)	22	13	2	0	

「令和3年度学校安全に関する行政資料作成に係る調査（令和4年1月実施）より」

※その他…交通安全協会、四日市市交通安全協議会（とみまつ隊）等と連携し実施

(2) 子どもたちの安全を見守る体制づくり

学校・家庭・地域などが連携した登下校の安全指導が多くの地域で行われています。家庭や地域の方々からのご協力のおかげで、児童生徒が安全・安心に登下校できています。



登下校の見守りの様子

【生活安全】

(1) 防犯教育

防犯訓練（不審者侵入対応訓練）、防犯教室を警察等と連携を図って実施しています。また、「子ども防犯等情報データベース」を活用して、各校園及び地区市民センターなどで不審者情報等を共有し、防犯の指導に生かすとともに、緊急な情報共有が必要な場合は、四日市市学校・園情報メール配信システム（Home&School）により情報を保護者等の関係者に配信し、子どもの安全啓発に努めています。

<防犯訓練・教室の実施状況>

	防犯訓練・教室の実施（校）
小学校	31
中学校	18



親子防犯教室の様子

◆ 今後の方向性

- 引き続き、「防災ノート」や「家族防災手帳」を活用し、子どもが保護者と共に防災について考えられる取組を位置づけます。
- 各校園と家庭、地域が連携を図り、各々の役割を共有することで、様々な状況を想定した防災訓練の充実に努めます。
- 就学前から中学校まで、系統的な防災教育をより一層推進します。特に、中学校では、生徒が地域防災の担い手となることができるよう、共助の意識や実践力を高めていきます。
- 日々の学校生活と防災教育が一体化した「防災の日常化」に向けて、各教科等の学習内容について、防災につながる内容を見直していきます。
- 危険予測能力の向上を目指し、子どもの実態や地域の状況に応じて、関係機関と連携しながら体験活動を生かした安全教育の充実に努めます。また、日頃から身の回りの安全に対する意識を高め、各教科・特別活動・総合的な学習の時間等との関連を図りながら、問題解決に向けて取り組む力を育む授業などを行い、安全意識の高揚を図ります。
- 自校の重大事故や「ヒヤリ・ハット体験」を分析し、共通理解を図った安全指導を継続して実施します。また、不慮の事故が発生した場合、混乱せず、迅速かつ的確な対応ができるよう、全教職員の共通理解と協力の下、万全の体制の確立に努めます。