

I 学校経営における健康教育について

心も体もたくましい子どもを育てる教育 ～食育と家庭と連携を通して～

☆本校の概要☆

本校は、東京都の東に位置する港区にあり、平成3年氷川、赤坂、檜町の3小学校を統合し、この地区の核となる小学校として設置された。氷川小学校は、勝海舟の住居跡地に建てられ、3つの学校の看板は、勝海舟直筆の物であり、檜町小学校の校歌は、山田耕作の作曲である。歴史ある地域であるが、昨今は、学区域に六本木ヒルズやミッドタウン、赤坂サカスが次々に建てられ、近代的な町へと変貌を遂げている。赤坂唯一の学校でもあり、卒業生や地域の方の学校への思いは、大変熱心である。大都会の近代的なビルに囲まれながら、古い歴史と地域の熱心な思いの中で、本校児童380名（12学級）は、のびのびと学校生活を送っている。



1 学校経営方針と健康教育

◎教育目標

- 「やさしさと思いやりのある子どもを育てる教育」
- 「よく学びよく遊ぶ子どもを育てる教育」
- 「心と体をきたえる教育」

人間性豊かに、たくましく生き抜く子どもの育成を目指して、上記3つを柱として教育活動に取り組んでいる。学力向上を図るためには、学力の土台となる体力の向上と規範意識の向上、そして家庭での規則正しい生活習慣の確立が重要となる。

◎健康目標

- 「自分の健康に関心をもち、
進んで健康づくりに取り組む子どもを育てる」

健康教育を教育計画の保健・給食部のなかに位置付け、保健と健康を一体にした健康目標を定めている。

学校では、体力向上の取組と食育の推進を図り、保護者と連携して生活習慣の確立に取り組む、健康教育を全教育活動で推進している。

2 学校保健（安全）計画

学校保健安全計画（別紙添付）

教育目標や健康目標に即した学校保健全体計画を作成した。

重点目標として、①保健教育の充実を図る②生活習慣や生活活動の変容を図ることとした。①は特に、性教育と薬物乱用防止教室を行う。②は保健学習で扱うと共に保健指導の中にも取り入れた計画となっている。

3 健康教育の推進体制

体力向上の取組

校務分掌教科の体育部の体力向上推進担当者が中心となり、全学年の体力づくりの企画・提案を行っている。

1 学期

・4年・5年・6年に体力テストを実施

結果を分析し、本校の課題を授業の中で取り組む運動を全学年に提案し、体育授業を改善・工夫を図っている。

2 学期

・1か月間毎日中休みに行われる持久走の取組

全学年一斉に5分間音楽を聞きながら自分のコースを走る。走った周を記入し、終了後、先生から記録証がもらえる。

・最終日に実施される持久走大会

4年700m、5、6年1000m。記録は掲示板に載せています。

・縄跳び集会や大縄跳び大会

決められた時間の中で、どの学級がたくさん飛べたかを競う。

・屋内プールを活用した5月から12月までの水泳指導

卒業までに100メートル全員泳げることを目標に進めている。

家庭と連携した生活習慣の確立

「家庭と連携した健康アップ大作戦」

主任養護教諭が中心となり保健主任・栄養士・学級担任が協働して、家庭での生活習慣の見直しとよりよい生活習慣の確立を図っている。年4回実施し、児童や保護者の感想を記入し学校に提出し、養護教諭が丁寧に返事を書いて返している。

食育・給食指導の充実

「学級担任と協働して児童の食べ物や給食への関心を高める授業」

食育推進チームと給食主事が月に1度研修会を開き、児童の食育の課題を話し合っている。保護者には給食試食会を実施したり、給食便りを発行したりし、食育の重要性を啓発している。また、保健委員会・給食委員会・代表委員会等の児童が、食べ物や給食への関心を高める主体的な活動を実施している。

☆校内研修☆

毎月の保健給食部の話し合いを元に、職員会議で保健主任や養護教諭から児童の課題が提案され、教職員全体で意見を出し合い研修を行っている。

さらに担当者が、体育研修会を随時開き、体力を高める運動の実技研修を教員に行っている。

4 学校保健委員会

- 開催回数 年2回
- 協議題等
- 主な出席者 校長、副校長、教職員、学校医、保護者、学校評議員
- 所要時間 約1時間

平成21年度の学校保健委員会

平成20年度に児童の家庭での生活習慣の実態を知るため、食及び生活実態調査アンケートを行った。その中でも顕著に表れた以下の3点の項目について注目した。

「食べ物と生活の習慣について」（1年生から6年生まで）

- | | |
|-------------------|------------------|
| 1. 遅寝・遅起き傾向 | 22時以降の就寝・・・36.6% |
| | 7時以降の起床・・・51.7% |
| 2. 好き嫌いが多い | ・・・・・・・・・・82.1% |
| 3. 朝食を食べない・時々食べない | ・・・・11.6% |



第1回目 本校児童の健康診断結果と家庭での生活習慣の改善

平成20年度のアンケートの結果を受けて本校児童は、「遅寝・遅起き傾向」「好き嫌いが多い」「朝食を食べない」等の健康課題が明らかになったので、学校保健委員会の場で問題提起をした。

保護者からは、「子どもが野菜嫌いだがどうしたらよいのか」「おやつはどの程度与えたらよいのか」等の質問があった。内科校医は医学的側面からアドバイスをし、本校栄養士は具体的に「野菜嫌いでもこれなら食べられるレシピ」等を紹介し、栄養学的側面からアドバイスをした。また、「早く寝かしつけるために我が家ではこんな工夫をしている」等保護者からの積極的な意見も出された。

<成果と課題>

保護者、地域の方々を巻き込んで行うことができよかった。事前に保護者から校医への質問を出してもらったり、当日は保護者が会場設定や記録をとるなど、積極的に関わってもらい、参加意識を高めることが出来た。来年度は、児童も参加できるような学校保健委員会を計画してみたい。

第2回目 いま、子供の睡眠が危ない！！

本校児童の健康課題である睡眠について、日本睡眠学会睡眠医療認定歯科医師の本校歯科校医による講演を行った。

主な内容：ア・睡眠とは何か イ・睡眠と学力 ウ・ホルモンと睡眠 エ・遅寝と寝不足がもたらす心身への悪影響など。最後は、「眠りは脳と心と体の大切な栄養」という熱いメッセージで締めくくられた。また、講演の後、保護者からの睡眠についての悩みや質問などに丁寧に答えていただいた。

<成果と課題>

普段何気なく考えていた子供の睡眠であったが、講演をしていただいていたがに子供の心や体の成長と睡眠の重要性が高いかを伝えることが出来た。この講演において得たことを、家でも実行する機会となったことは大きな成果である。このような講演会を聞くことはあまりないため、生活習慣について課題のある本校の子供たちをしつけている親にとって貴重な経験となった。さらに健康について、幅広くアドバイスをしていたりお話しをお聞きしたりする機会を増やしていくことが課題である。

5 学校医、学校歯科医、学校薬剤師の活動状況

		主な活動内容	出校回数
学校医	内科	定期・臨時・就学時健康診断、学校保健委員会出席	6
	眼科	同上	4
	耳鼻科	同上	4
	学校歯科医	同上、歯科講話、歯磨き指導	7
	学校薬剤師	薬物乱用防止教室、環境検査	12

II 特徴的な活動

- 近年、特に重点を置いている健康教育の重点課題、課題解決のための活動のねらい、計画と実践、主な成果などについて書いてください。

！！健康アップ大作戦！！

保護者と連携した生活習慣改善を目指す

平成20年度に行った児童のアンケートの結果から健康課題が明らかになったことは、前述の通りである。そこで、その健康課題について意識化をはかり、各家庭でも考えてもらおうと提案したのが、「わたしのこころとからだ・健康アップ大作戦！」である。

健康アップ大作戦を成功させましょう 平成21年12月
～大作戦カレンダーによる自己点検～

「人生とは習慣である」
人生は、ひとりで言えば習慣です。アリストテレスは、「習慣とは繰り返された運動」であり、習慣が人間の性格や品性をつくると言っています。
習慣に早くから配慮した者は、おそらく人生の楽しみも大きく、習慣をあとで改めた者の人生はむなしいものになってしまう。習慣は日々の積み重ねですから、それが悪い性になってしまえば、その後はつらいとも楽なとも感じなくなります。よい習慣をからだに定着させるにはよい方法です。
～ 徳島加藤病院院長 菅原明「生き方上手」より ～

【こころとからだの健康アップ大作戦記入例】

- ・夜、〇〇時までは寝ます。
- ・朝、〇〇時には起床します。
- ・朝ごはんをしっかり食べます。
- ・朝食後と寝る前には歯磨きをします。
- ・テレビを消してごはんを食べます。
- ・テレビやゲームの時間は〇〇分以内をします。
- ・外で元気に遊びます。
- ・家事をします。(食器洗い、洗濯物、お風呂掃除、そうじなどが、犬・猫の世帯等)
- ・体力づくりをします。(なわとび、マラソン、散歩等)
- ・寝る前に睡眠帳を確認し、準備します。
- ・学校での出来事をおうちの人に話します。
- ・家族でだんらんをします。
- ・本を読みます。
- ・家庭学習を毎日〇〇分はやりませう。
- ・おうちの人との約束を守ります。

★カレンダーへの記入の仕方
①上記項目の中(自分で考えた目標でもよい)から3つ選び、裏に記入してください。
②1日の終わりに項目ごとに毎日評価(○・△・×)をし、カレンダーに記入します。
③記入し終わりましたら、おうちの方からメッセージを書いてもらってください。
※冬休み明けに学校担任まで提出してください。

おうちの方からのメッセージ
前回は同じ目標をやっていました、〇の数も増え、習慣づいてきたように思います。

わたしのこころとからだ・健康アップ大作戦！ 12月
赤坂小 1年生 〇組 氏名 _____

大作戦 ① しっかりごはんを食べる。
② 歯磨きをする。
③ 外で遊ぶ。

	1日(日)	4日(水)	8日(日)	11日(水)	15日(日)	18日(水)	22日(日)
①	△	○	○	○	○	○	○
②	○	△	○	○	○	○	○
③	○	○	○	○	○	○	△
	25日(日)	28日(水)	29日(木)	30日(金)	31日(土)	1日(日)	2日(月)
①	○	○	○	○	○	○	○
②	○	○	○	○	○	○	○
③	○	○	○	○	○	○	△
	7日(日)	10日(水)	14日(日)	17日(水)	21日(日)	24日(水)	27日(日)
①	○	○	○	○	○	○	○
②	○	○	○	○	○	○	○
③	○	○	○	○	○	○	△
	3日(日)	6日(水)	9日(土)	12日(火)	16日(土)	19日(火)	23日(日)
①	○	○	○	○	○	○	○
②	△	○	○	○	○	○	○
③	○	○	○	○	○	○	○

〈健康アップ大作戦の実施方法〉

- ① 児童一人一人がもつ健康課題や生活習慣がそれぞれ違うので、保護者と子どもが一緒に話し合っ、子どもの健康課題を見つける。
- ② 健康課題を克服するための目標を立てる(3つ)。
- ③ 目標に沿った実践を行う。
- ④ 一日を振り返り、毎日カレンダーに評価(○・△・×)をつける。
- ⑤ カレンダーが最後まで終わったらお家の方からのメッセージを書いてもらう。
今までの良くない生活習慣を改め、より良い自分へと変身させていくという試みである。また、家族からの励ましの言葉や褒めてもらうことを通して自尊心が高まることも期待している。

全校の目標順位

1位 早く寝る	43%	9位 家庭学習をする	13%
2位 早く起きる	40%	10位 ①TV・ゲーム・PCをやりすぎない	11%
3位 ご飯をしっかりと食べる	31%	②持ち物の準備・時間割確認	11%
4位 お手伝いをする	27%	11位 手洗い・うがい・病気をしない	
5位 本を読む	23%	12位 好き嫌いをしない・野菜を食べる	
6位 体力作りをする	22%	13位 学校の出来事をお家の人に話す	
7位 歯を磨く	21%	14位 約束を守る	
8位 外で元気に遊ぶ	13%	15位 TVを消してごはんを食べる	

学年別目標順位

	1位	2位	3位
1年生	ご飯をしっかりと食べる 好き嫌いをしない 残さず食べる	早く寝る	外で元気に遊ぶ 体力作り
2年生	早く寝る	早く起きる	外で元気に遊ぶ 体力作り
3年生	早く起きる	早く寝る 本を読む	外で元気に遊ぶ 体力作り
4年生	外で元気に遊ぶ 体力作り	早く起きる	ご飯をしっかりと食べる 好き嫌いをしない
5年生	早く寝る	お手伝いをする	家庭学習をする
6年生	早く寝る 早く起きる	ご飯をしっかりと食べる 好き嫌いをしない	外で元気に遊ぶ 体力作り

〈お家の方からのメッセージ抜粋〉

- [1年生] 朝ごはんは、早起きするとしっかり食べられることがわかったね。腹筋は50回もできる日もあったね。自分から勉強するのはえらいね。
- [2年生] 早寝早起きがまだまだなので、引き続き親子で気持ちを新たに習慣づけに努めたいと思います。活字離れになりがちなので読書も続けます。
- [3年生] よくがんばって私から掃除機を取り上げてお掃除してくれました。
- [4年生] うがい・手洗いが習慣になり良かったです。家事手伝いも進んで行きました。家に引きこもることもなく外に出て元気に遊び、体力づくりができました。
- [5年生] 冬休みだけの大作戦にしないで、ずっと続けて欲しいものです。
- [6年生] 前回と同じ目標でやっていました。〇の数も増え、習慣がついてきたように感じます。

このように子どもが一人だけで頑張るのではなく、家族が近くで見守って励ましてくれることや一緒にチャレンジしてくれることも子どものやる気を引き出し、自尊感情を高めることにつながっていると考える。

〈20年度と21年度のアンケート結果の比較〉

21年度は「健康アップ大作戦」を7・8月、10月、11月、12月の計4回実施した。そのことにより、20年度に行った食及び生活実態調査アンケートの結果から何らかの成果があったのかどうかを知るため、21年度2月に再度同じアンケートを児童に行った。

◆結果

	一昨年度	昨年度	差異
1. 遅寝・遅起き傾向			
22時以降の就寝	36.6%	36.9%	+0.3%
7時以降の起床	51.7%	45.8%	-5.9%
2. 好き嫌いが多い	82.1%	74.4%	-7.7%
3. 朝食を食べない・時々食べない	11.6%	10.8%	-0.8%

「22時以降の就寝」は、健康アップ大作戦を行う前より0.3%増えていて、改善されていないことがわかった。その他「7時以降の起床」「好き嫌いが多い」「朝食を食べない」の3項目についてはいずれも前回より減っており、わずかであるが改善されていたことがわかった。

◎児童の変容

学校保健委員会や健康アップ大作戦など学校・家庭・地域が連携し健康教育活動を進めることにより、児童の生活習慣の変容がわずかであるがみられたことは、大変うれしいことである。しかし、就寝時刻など、家庭全体で取り組む内容は、一朝一夕では変容しないことが分かった。

◎楽しく続けるために

生活習慣の改善は、良い生活行動が習慣化されるまで努力して続けて行うことが大切である。そのためには、周りの大人が励まし応援することや家族が一緒になって取り組み、達成を目指すことが重要である。引き続き今年度も「健康アップ大作戦」を行い、児童の良い生活行動が習慣化されるよう、また、楽しく続けられるよう更に改良を重ねていきたい。

◎今年度の取り組み

今年度は、昨年度に学んだことを生かし実践につなげていく年である。更に学校保健委員会を活性化させていくためにも全員参加型とし、保護者や地域の方々だけではなく、子どもたち自身も参加する機会を作りたい。児童が、健康課題を自分のこととして捕らえ、将来につなげていける力となるよう保健委員会を活性化させていきたい。

栄養士と学級担任の協働による食育

児童への指導

2学年「野菜に興味をもとう」

野菜に親しみをもち、好き嫌いをなく何でも食べようとする意欲を育むことを目的とし、6月に「空豆の皮むき」、7月に「とうもろこしの皮むき」の指導を行った。児童は、「とうもろこしの皮むきを初めてして楽しかった。」「空豆は空に向かって生えているから空豆というのが面白い。」などの感想を口々に言い、野菜に興味・関心をもたせることができた。



今日から皮むき名人！！
むいた空豆は給食で食べれるんだ～！！
楽しみだね！！もうちょっとがんばろう！

4学年「ご飯をどれくらい食べたらいいのかな？」

4年生は、食の細かい児童が多いという理由から、食事の大切さと、自分の成長に必要な食事の量が分かることを目的とし、「ごはんをどれくらい食べたらいいのかな？」という栄養士による授業を3回実施した。実際にご飯をお椀に盛って確かめ、「こんなにご飯を食べた方がいいんだ。」と驚き、「これからは好き嫌いをしないで残さず食べる。」「もっとバランスのよい食事をしたい。」などの感想を言い、自分の課題に気付き、よりよい食事のあり方を考えることができた。

「おやつは、何をどれくらい食べたらいいの？」

前述の食生活実態調査の結果を受け、おやつの食べ方が問題点としてあげられたため、栄養士による「おやつは、何をどれくらい食べたらいいの？」を実施した。お菓子のパッケージを見ておやつのカロリーを知り、量を調整する方法を学んだ。児童は自分がおやつを摂りすぎていたことに気付き、これからは表示を見て注意して食べることや、市販のお菓子より手作りのおやつの良さを理解することができた。授業は、学校公開時に実施し、保護者と一緒に考えてもらうようにした。

どれくらい食べた
らいいのかなあ？



他学年へのアプローチ

その他の学年に対する食に関する指導としては、1年生、5年生、6年生に「北海道から送られてきた真昆布を観察しよう」や、3年生に「未来の浄水器と水」、後述する「スーパーシェフとの交流」などを行なった。全学年に対して同様の内容を指導することができなかつたため、授業の内容を給食便りで全校児童・保護者に伝え、食の大切さや食生活を改善するきっかけとした。

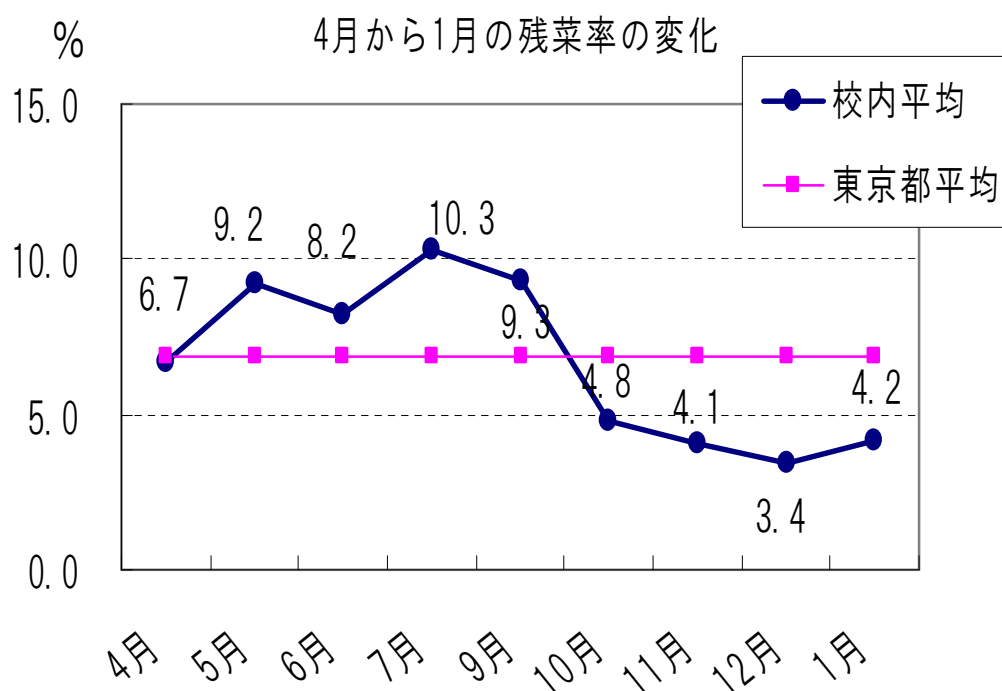


こんなに長いコンブ見るの初めて！
虫めがねでよく見てみよう！！

毎日欠かさず残菜を調べています！！

毎日の給食の残菜を料理ごとに計測し、残菜率や喫食率などを調査し、児童の栄養評価や献立作成を行なうための資料とした。残菜調査を開始した平成19年度の平均残菜率は11.8%と東京都の6.9%を大幅に上回っており、これは児童に必要な栄養素が身につけていない可能性を示している。給食室では、人気のない食材（特に野菜、豆、魚）は調理のバリエーションを増やし少量にして頻繁に提供したり、人気のあるメニューとないメニューを組み合わせたりするなどの工夫を行った。

そして、平成21年度には、教員の熱心な給食指導も功を奏し、本校の残菜率は減少していき、東京都の平均を下回るようになり、児童の健全な心身の成長にとっても意味のある結果になった。給食として提供された食べ物の命が、もれなく児童の体の一部として生まれ変わったことに、栄養士、調理主事ともとても喜びを感じた。



赤坂小学校の食育

給食試食会

児童が毎日食べている給食の実態を知ることや、食育について考える機会を設けるために、毎年保護者に呼びかけて給食試食会を行っている。副校長による体力と学力の関係の話、栄養士による給食や食に関する説明、調理主事が調理しているビデオの視聴、給食の試食、児童の給食の参観を行っている。保護者の意見は「食事のバラエティーの豊かさ、薄味など、家庭での食生活も見直してみようと思った。」「バランスのとれている給食を食べているからと安心せずに、家庭でも努力しなければならない。」「一食一食が健康への貯金という言葉が心に残った。」「白米の重要性、三角食べを家庭でも気にしたい。」などが挙げられた。学力と生活習慣の関係は深く、学力をつける基礎は家庭にあり、食生活がとても大切であることも説明した。給食試食会を通して保護者の意識改革につなげることができた。

近隣の幼稚園での食育授業

近隣の幼稚園に出向き、はしで食事を始めるようになる幼児に対し、正しいはしの持ち方を覚え、お互いに気持ちよく食べることができるマナーを身につけることを目的とし、「おはしの持ち方を身につけよう」という授業を行った。幼稚園から継続して、食の大切さを教えていくことが大切である。



毎月給食だよりの発行



1年生と地域の方による交流給食

お年寄りと接する機会をもつことが少ない本校児童の実態から、毎年1年生が地域のお年寄りとの交流を図っている。お年寄りに昔の遊びを教わったり、昔の話を聞いたり、一緒に給食を食べたりすることで、地域の方との親睦を深めている。

特色ある授業

スーパー給食



《スーパー給食》

超人シェフ倶楽部（渋谷区）の食育活動の一環として、一流シェフが考案し、調理した給食を全児童がシェフと一緒に食べるという活動を行った。この一流シェフによって作られたスーパー給食を食べる体験は、食べ物のおいしさを伝えることに加え、児童に食事への関心を高める機会を与え、好き嫌いをなくすきっかけを作ることとしている。当日の献立には旬の食材を用い、児童が苦手な魚や野菜も多く使用したが、児童からは「いつも苦手な魚が今日はおいしかった。」「筍が食べられるようになった。」などの声が聞かれた。「野菜をたくさん食べてほしい。家でもお母さんをつくってほしい。」というシェフや調理主事の願いや想いが伝わったスーパー給食となった。また、5校時は3年生と交流授業を行い、「なぜシェフになりたいと思ったか」「好きな献立、得意な献立は何か」等、シェフが児童の質問に答え、楽しい活動となり、児童の給食への関心が一層高まった。

元プロ野球選手を招いた 夢の公開授業



水道局による環境授業 で環境衛生についても勉強！



児童主体の活動

健康な体をつくり、元気で明るい毎日を過ごすために、児童側からの活動にも力を入れている。本校では現在九つの委員会が活動しているが、その中の「保健委員会」と「給食委員会」および「代表委員会」が健康な体作りの活動に取り組んでいる。また、本校の特色ある活動に「ファミリー給食」があるが、そこでも食事の環境を考えた取り組みを行っている。

保健委員会「替え歌でPR！」

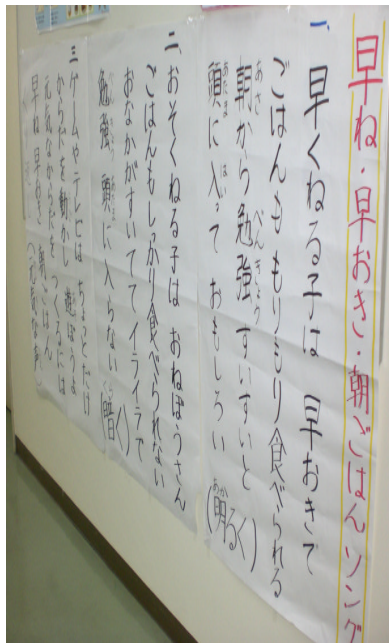
保健委員会は常時活動の他に、児童集会を利用して、全校児童に啓発活動を行っている。21年度は2月の集会で「早ね、早おき、朝ごはん」という歌を作り、披露した。これは児童自らが曲を選び、替え歌を作って練習して披露したものである。委員会児童が代表で歌い、その後みんなで合唱をした。発表後は保健室前の壁に掲示し、全校に「早寝、早起き、朝ごはん」の啓発運動を行った。



給食委員会「毎日が発表会」

本校は380人以上の全校児童が、毎日一緒にランチルームで給食を食べている。1年生から6年生までが、和やかな雰囲気の中で給食を食べるという環境がある。そこで全校児童同時に、「食」に対する関心や意識を高めようという給食委員会の活動がある。それは「一口メモ」や給食に関する「クイズ」、「季節行事食の紹介」などの趣向を凝らした発表である。毎日行うこの活動を、1年生から6年生までがとても楽しみにしている。献立メニューに関するクイズや、食材の生産地、食べ物の歴史など、バラエティーに富んだ内容になっている。委員会の児童は毎月の献立を見ながら、1年生から6年生までのみんなが給食に関心をもってもらえるようにと、一生懸命考えている。「食事を大切に作る心」を身に付けていこうとする児童活動である。

また「お誕生日給食」として毎月1回特別デザートを提供している。これも給食を楽しみにし、残さずに食べようという意識付けになっている。



ファミリー活動 「異学年交流」

本校の「ファミリー活動」は、1年生から6年生までの30人ほどが一班となり6年生のリーダー、サブリーダーを中心に、遊んだり給食を食べたりという異学年交流である。毎月1回のファミリー給食の時は、いろいろな学年の友だちと隣り合って、いつもと違う話題や、他の学年の給食の様子などをお互いに見て、楽しい雰囲気作りに一役買っている。



成果と課題

<成果>

よく学び、心も体もたくましい子どもを育てるため、全教職員の共通理解を図り、学力向上、体力向上、規範意識の向上と生活習慣の確立を目指し、教育活動全体で取り組んでいる。知・徳・体のバランスのとれた児童の育成は、これからの変化の激しい社会を力強く生きていくための重要なことである。学力と体力、規範意識、生活習慣は、密接な関係があることが昨年度の様々な報道で報告されている。

○体力テストでは全国平均を上回る

昨年度本校6年生の全国学力状況調査の結果は、学力は東京都の平均を大きく上回っていた。また、規範意識も大変高いことが分かった。また、体力テストの結果は、2項目以外は全国の平均を上回っていた。体力向上、生活習慣の確立、食育の充実への継続的な取組と日々の学力向上の取組の成果だといえる。

○早起きが増え、食事の好き嫌いが減少

また、児童の家庭での食と生活習慣の追跡アンケートの結果では、わずかではあるが早起きが増え、食事の好き嫌いが減少している。

○給食残菜率の減少

さらに、大きな成果は、給食の残菜率の減少である。児童の変容が如実に表れているとあってよいだろう。栄養士と学級担任が熱心に取り組んだ成果であるし、家庭や地域も巻き込んだ食育の成果であるといえる。

今後もよく学び、心も体もたくましい児童の育成のために、学校・家庭・地域が連携して取り組んでいく。

<課題>

○就寝時刻の改善

4回にわたり、健康アップ大作戦を実施し、早寝を1番の目標に掲げる家庭が多くあったにもかかわらず、就寝時刻については改善が図れなかった。児童の自覚と言うより、家庭生活全体の影響が大きいと思われる。家庭での生活習慣を家族全員で取り組み課題を改善していくことが、児童の成長にとって重要であることを引き続き啓発していく。