

平成30年 教育委員会

第10回 定例会 議事日程

平成30年6月12日（火）午後3時

第1 議 案

【子ども施設課】

（1）議案第18号「千代田区立学校施設使用条例の一部を改正する条例」

【指 導 課】

（1）議案第19号「部活動ガイドライン」

第2 報 告

【指 導 課】

（1）千代田区基礎体力向上プラン

第3 その他

【子ども総務課】

（1）教育委員会行事予定表

（2）広報千代田（6月20日号）掲載事項

議案第 18 号

千代田区立学校施設使用条例の一部を改正する条例

千代田区立学校施設使用条例（昭和 62 年千代田区条例第 16 号）の一部を次のように改正する。

別表第 1 中「九段小学校、」を削る。

別表第 2 中「、富士見小学校」を「、九段小学校、富士見小学校」に改め、同表 1 の項を次のように改める。

1 プールを除く施設

学校名		使用料							
		麴 町	九 段	富 士 見	千代田小	昌 平	和 泉	麴 町	神田一橋
施設・使用区分		小 学 校	小 学 校	小 学 校	学 校	小 学 校	小 学 校	中 学 校	中 学 校
体育館	昼間	4,800 円	7,000 円	7,000 円	4,800 円	4,800 円	4,000 円	7,000 円	4,800 円
	夜間	6,900 円	10,000 円	10,000 円	6,900 円	6,900 円	5,800 円	10,000 円	6,900 円
武道場	昼間							4,000 円	4,000 円
	夜間							5,800 円	5,800 円
多目的ホール	昼間			900 円	2,300 円	3,400 円			2,300 円
	夜間			1,100 円	2,900 円	4,300 円			2,900 円
会議室	昼間			900 円	600 円	900 円		900 円	900 円
	夜間			1,100 円	700 円	1,100 円		1,100 円	1,100 円
和室	昼間				600 円	600 円		600 円	1,200 円
	夜間				700 円	700 円		700 円	1,400 円

ランチルーム	昼間	4,800 円	1,200 円	2,400 円				2,400 円	
	夜間	6,900 円	1,700 円	3,400 円				3,400 円	
教室（1室につき）	昼間	900 円	900 円	900 円	900 円	900 円	700 円	900 円	900 円
	夜間	1,100 円	1,100 円	1,100 円	1,100 円	1,100 円	900 円	1,100 円	1,100 円
合同教室	昼間							4,000 円	
	夜間							5,800 円	
校庭	昼間	1,300 円	1,300 円	1,300 円	1,300 円	2,100 円	1,300 円	1,300 円	1,300 円
	夜間	3,000 円	3,000 円	3,000 円	3,000 円	4,800 円	3,000 円	3,000 円	3,000 円
駐車場					30 分につき 200 円				

備考 昼間の使用料は、1 使用単位当たりの額とする。

附 則

（施行期日）

- 1 この条例は、平成 30 年 9 月 1 日から施行する。

（経過措置）

- 2 この条例による改正後の千代田区立学校施設使用条例別表第 2 の施設の使用について必要な手続は、この条例の施行の日前にこれを行うことができる。

千代田区立学校施設使用条例の一部改正について

1 改正理由

九段小学校の改築整備（7月工事完了、9月供用開始）にあたり、同校の目的外使用にかかる使用料の設定及び見直しをする必要があるため。

2 施行期日

平成30年9月1日から施行する。

※経過措置を設け、施設の使用について必要な手続は施行日前に行うことができることとする。

3 改正内容

下記のとおり使用料を改定する。使用料の設定及び見直しにあたっては、他千代田区立小・中学校の料金を参考とした。

施設・使用区分		使用料
体育館	昼間	4,000円
	夜間	5,800円



教室	昼間	300円
	夜間	600円
校庭	昼間	1,300円
	夜間	3,000円

施設・使用区分		使用料
体育館	昼間	7,000円
	夜間	10,000円
ランチルーム	昼間	1,200円
	夜間	1,700円
教室	昼間	900円
	夜間	1,100円
校庭	昼間	1,300円
	夜間	3,000円

4 その他

平成30年第2回区議会定例会に本条例の改正を提案し、議決後施行する。

新旧対照表（抄）

○千代田区立学校施設使用条例

新（改正後）										旧（現 行）									
附 則 （施行期日） 1 この条例は、平成30年 9 月 1 日から施行する。 （経過措置） 2 この条例による改正後の千代田区立学校施設使用条例別表第2の施設の使用について必要な手続は、この条例の施行の日前にこれを行うことができる。 別表第1（第2条、第5条関係） 番町小学校及びお茶の水小学校の学校施設使用料 別表第2（第2条、第5条関係） 麹町小学校、九段小学校、富士見小学校、千代田小学校、昌平小学校、和泉小学校、麹町中学校及び神田一橋中学校の学校施設使用料										別表第1（第2条、第5条関係） 九段小学校、番町小学校及びお茶の水小学校の学校施設使用料 別表第2（第2条、第5条関係） 麹町小学校、富士見小学校、千代田小学校、昌平小学校、和泉小学校、麹町中学校及び神田一橋中学校の学校施設使用料									
学校名		使用料								学校名		使用料							
施設・使用区分		麹町小学校	九段小学校	富士見小学校	千代田小学校	昌平小学校	和泉小学校	麹町中学校	神田一橋中学校	施設・使用区分		麹町小学校	富士見小学校	千代田小学校	昌平小学校	和泉小学校	麹町中学校	神田一橋中学校	
		昼間	夜間	昼間	夜間	昼間	夜間	昼間	夜間			昼間	夜間	昼間	夜間	昼間	夜間	昼間	夜間
体育館	昼間	4,800円	7,000円	7,000円	4,800円	4,800円	4,000円	7,000円	4,800円	体育館	昼間	4,800円	7,000円	4,800円	4,800円	4,000円	7,000円	4,800円	
	夜間	6,900円	10,000円	10,000円	6,900円	6,900円	5,800円	10,000円	6,900円		夜間	6,900円	10,000円	6,900円	6,900円	5,800円	10,000円	6,900円	
武道場	昼間							4,000円	4,000円	武道場	昼間						4,000円	4,000円	
	夜間							5,800円	5,800円		夜間						5,800円	5,800円	
多目的ホール	昼間			900円	2,300円	3,400円			2,300円	多目的ホール	昼間		900円	2,300円	3,400円			2,300円	
	夜間			1,100円	2,900円	4,300円			2,900円		夜間		1,100円	2,900円	4,300円			2,900円	
会議室	昼間			900円	600円	900円		900円	900円	会議室	昼間		900円	600円	900円		900円	900円	
	夜間			1,100円	700円	1,100円		1,100円	1,100円		夜間		1,100円	700円	1,100円		1,100円	1,100円	
和室	昼間				600円	600円		600円	1,200円	和室	昼間			600円	600円		600円	1,200円	
	夜間				700円	700円		700円	1,400円		夜間			700円	700円		700円	1,400円	
ランチルーム	昼間	4,800円	1,200円	2,400円				2,400円		ランチルーム	昼間	4,800円	2,400円				2,400円		
	夜間	6,900円	1,700円	3,400円				3,400円			夜間	6,900円	3,400円				3,400円		

	間	0円	0円	0円				0円	
教室 (1室につき)	昼間	900円	900円	900円	900円	900円	700円	900円	900円
	夜間	1,100円	1,100円	1,100円	1,100円	1,100円	900円	1,100円	1,100円
合同教室	昼間							4,000円	
	夜間							5,800円	
校庭	昼間	1,300円	1,300円	1,300円	1,300円	2,100円	1,300円	1,300円	1,300円
	夜間	3,000円	3,000円	3,000円	3,000円	4,800円	3,000円	3,000円	3,000円
駐車場					30分につき 200円				

	間	0円					0円	
教室 (1室につき)	昼間	900円	900円	900円	900円	700円	900円	900円
	夜間	1,100円	1,100円	1,100円	1,100円	900円	1,100円	1,100円
合同教室	昼間							4,000円
	夜間							5,800円
校庭	昼間	1,300円	1,300円	1,300円	2,100円	1,300円	1,300円	1,300円
	夜間	3,000円	3,000円	3,000円	4,800円	3,000円	3,000円	3,000円
駐車場					30分につき 200円			

改正

平成 4 年12月28日 条例第35号

平成 8 年 3 月29日 条例第14号

平成 9 年12月 9 日 条例第23号

平成10年 3 月31日 条例第24号

平成14年 3 月20日 条例第34号

平成14年12月10日 条例第73号

平成15年 3 月12日 条例第 9 号

平成18年 3 月 9 日 条例第 5 号

平成20年 7 月 7 日 条例第26号

平成21年12月 7 日 条例第34号

平成23年12月 7 日 条例第21号

平成26年 7 月 8 日 条例第12号

平成30年 月 日 条例第 号

千代田区立学校施設使用条例

東京都千代田区立学校設備使用条例（昭和22年千代田区条例第27号）の全部を改正する。

（趣旨）

第 1 条 この条例は、学校教育法（昭和22年法律第26号）第137条の規定により、千代田区立学校の施設（以下「学校施設」という。）の使用に関し、必要な事項を定めるものとする。

（対象施設）

第 2 条 使用できる学校施設は、別表第 1 及び別表第 2 のとおりとする。

（使用の手続き）

第 3 条 学校施設を使用しようとする者は、あらかじめ千代田区教育委員会（以下「委員会」という。）に申請し、その承認を受けなければならない。

2 委員会は前項の承認に際し、管理上必要があると認めるときは、条件を付することができる。

（使用の不承認）

第 4 条 委員会は、次の各号のいずれかに該当するときは、学校施設の使用を承認しない。

（1） 営利を目的とするものと認められるとき。

(2) 公の秩序又は善良の風俗を害するおそれがあると認められるとき。

(3) その他管理上支障があると認められるとき。

(使用料)

第5条 学校施設の使用の承認を受けた者（以下「使用者」という。）は、別表第1及び別表第2に定める額を超えない範囲内において委員会規則で定める額の使用料を前納しなければならない。

2 使用者が、電気、ガス又は水道を特別に使用したときは、別にその実費を徴収する。

(使用料の還付)

第6条 使用者が学校施設を使用しなくなり、又は使用できなくなったときは、既納の使用料は、還付する。ただし、還付することが適当でないと委員会が認めるときは、委員会規則で定めるところによりその全部又は一部を還付しないことができる。

(使用料の減免)

第7条 委員会は、特別の理由があると認めたときは、使用料を減額し、又は免除することができる。

(使用権の譲渡等の禁止)

第8条 使用者は、使用の権利を譲渡し、又は転貸してはならない。

(変更制限)

第9条 使用者は、学校施設の使用に際してこれに特別の設備をし、又は変更を加えてはならない。ただし、あらかじめ委員会の承認を受けたときはこの限りでない。

(使用承認の取消等)

第10条 委員会は、次の各号のいずれかに該当すると認めたときは、使用の承認を取り消し、又は使用を制限し、若しくは停止することができる。

(1) 使用目的又は使用条件に違反したとき。

(2) この条例若しくはこの条例に基づく委員会規則に違反し、又は委員会の指示に従わないとき。

(3) 災害その他の事故により、学校施設の使用ができなくなったとき。

(4) 工事その他の都合により委員会が特に必要と認めたとき。

(使用者による取消し等)

第10条の2 使用者が使用を取り消し、又は使用の内容を変更しようとするときは、委員会の承認を受けなければならない。

(原状回復の義務)

第11条 使用者は、その使用を終了したときは、直ちにその学校施設を原状に回復しなければならない。

2 第10条の規定により使用の承認を取り消され、又は使用を制限され、若しくは停止されたときも前項と同様とする。

(損害賠償の義務)

第12条 使用者は、使用に際しその学校施設等に損害を生じさせたときは、委員会が相当と認める損害額を賠償しなければならない。ただし、委員会がやむを得ない理由があると認めたときは、その額を減額し、又は免除することができる。

(委任)

第13条 この条例の施行について必要な事項は、委員会規則で定める。

附 則

1 この条例は、昭和62年9月1日から施行する。

2 この条例の施行日以降の学校施設の使用について必要な手続きは、施行日前にこれを行うことができる。

附 則 (平成4年12月28日条例第35号) 抄

(施行期日)

1 この条例は、平成5年4月1日から施行する。

附 則 (平成8年3月29日条例第14号)

この条例は、東京都千代田区教育委員会規則で定める日から施行する。(平8教委規則1・平8・10・2施行)

附 則 (平成9年12月9日条例第23号)

1 この条例は、東京都千代田区教育委員会規則で定める日から施行する。(平10規則3・平10・3・3施行)

2 この条例の施行日以降の学校施設の使用について必要な手続きは、施行日前にこれを行うことができる。

附 則 (平成10年3月31日条例第24号)

1 この条例は、平成10年7月1日から施行する。ただし、この条例の施行の日以後の施設の使用について必要な手続は、同日前にこれを行うことができる。

2 この条例による改正後の東京都千代田区立学校施設使用条例別表第1及び別表第2の規定は、平成10年7月1日以後に使用する者の使用料について適用し、同日前に使用する者の使用料につ

いては、なお従前の例による。

附 則（平成14年 3 月20日条例第34号）

- 1 この条例は、平成14年 4 月 1 日から施行する。
- 2 この条例の施行の際現にこの条例による改正前の千代田区立学校施設使用条例第 3 条の規定により使用承認を受けている者の使用料については、なお従前の例による。

附 則（平成14年12月10日条例第73号）

- 1 この条例は、千代田区教育委員会規則で定める日から施行する。（平15教委規則 1 ・平15. 3. 17施行）
- 2 この条例による改正後の千代田区立学校施設使用条例別表第 2 の施設の使用について必要な手続は、この条例の施行の日前にこれを行うことができる。

附 則（平成15年 3 月12日条例第 9 号）抄

（施行期日）

- 1 この条例は、平成15年 4 月 1 日から施行する。

附 則（平成18年 3 月 9 日条例第 5 号）

この条例は、平成18年 4 月 1 日から施行する。

附 則（平成20年 7 月 7 日条例第26号）

この条例は、公布の日から施行する。

附 則（平成21年12月 7 日条例第34号）

（施行期日）

- 1 この条例は、平成22年 4 月 1 日から施行する。
- （経過措置）
- 2 この条例による改正後の千代田区立学校施設使用条例別表第 2 の施設の使用について必要な手続は、この条例の施行の日前にこれを行うことができる。

附 則（平成23年12月 7 日条例第21号）

（施行期日）

- 1 この条例は、平成24年 4 月 1 日から施行する。ただし、第 2 条及び第 5 条第 1 項の改正規定は、公布の日から施行する。
- （経過措置）
- 2 この条例による改正後の千代田区立学校施設使用条例別表第 2 の施設の使用について必要な手続は、この条例の施行の日前にこれを行うことができる。

附 則（平成26年 7 月 8 日条例第12号）

（施行期日）

- 1 この条例は、千代田区教育委員会規則で定める日から施行する。（平26教委規則13・平26. 9. 1 施行）

（経過措置）

- 2 この条例による改正後の千代田区立学校施設使用条例別表第 2 の施設の使用について必要な手続は、この条例の施行の日前にこれを行うことができる。

附 則（平成30年 月 日条例第 号）

（施行期日）

- 1 この条例は、平成30年 9 月 1 日から施行する。

（経過措置）

- 2 この条例による改正後の千代田区立学校施設使用条例別表第 2 の施設の使用について必要な手続は、この条例の施行の日前にこれを行うことができる。

別表第 1 （第 2 条、第 5 条関係）

~~丸段小学校~~、番町小学校及びお茶の水小学校の学校施設使用料

使用区分		使用料	
施設		昼間（1 使用単位当たり）	夜間
体育館、講堂		4, 000円	5, 800円
教室（1 室につき）		300円	600円
校庭		1, 300円	3, 000円

別表第 2 （第 2 条、第 5 条関係）

麴町小学校、丸段小学校、富士見小学校、千代田小学校、昌平小学校、和泉小学校、麴町中学校及び神田一橋中学校の学校施設使用料

- 1 プールを除く施設

学校名		使用料							
施設・使用区分		麴町小学校	<u>丸段小学校</u>	富士見小学校	千代田小学校	昌平小学校	和泉小学校	麴町中学校	神田一橋中学校
体育館	昼間	4, 800円	<u>7, 000円</u>	7, 000円	4, 800円	4, 800円	4, 000円	7, 000円	4, 800円

	夜間	6,900円	<u>10,000</u> 円	10,000 円	6,900円	6,900円	5,800円	10,000 円	6,900円
武道場	昼間							4,000円	4,000円
	夜間							5,800円	5,800円
多目的ホール	昼間			900円	2,300円	3,400円			2,300円
	夜間			1,100円	2,900円	4,300円			2,900円
会議室	昼間			900円	600円	900円		900円	900円
	夜間			1,100円	700円	1,100円		1,100円	1,100円
和室	昼間				600円	600円		600円	1,200円
	夜間				700円	700円		700円	1,400円
ランチルーム	昼間	4,800円	<u>1,200円</u>	2,400円				2,400円	
	夜間	6,900円	<u>1,700円</u>	3,400円				3,400円	
教室（1室につき）	昼間	900円	<u>900円</u>	900円	900円	900円	700円	900円	900円
	夜間	1,100円	<u>1,100円</u>	1,100円	1,100円	1,100円	900円	1,100円	1,100円
合同教室	昼間							4,000円	
	夜間							5,800円	
校庭	昼間	1,300円	<u>1,300円</u>	1,300円	1,300円	2,100円	1,300円	1,300円	1,300円
	夜間	3,000円	<u>3,000円</u>	3,000円	3,000円	4,800円	3,000円	3,000円	3,000円
駐車場					30分につき200円				

備考 昼間の使用料は、1使用単位当たりの額とする。

2 プール

対象者		使用料			
		麹町小学校、千代田小学校、昌平小学校		富士見小学校、和泉小学校	
		区民	区民以外	区民	区民以外
個人	大人（高校生以上）	400円	600円	400円	600円

	小人（中学生以下）	200円	300円	200円	300円
団体（貸切）		24,000円		21,000円	

備考

- 1 プール使用料の単位時間は、2時間とする。
- 2 「区民」とは、千代田区内に住所を有する者をいう。

議案第19号

運動部活動ガイドライン



千代田区教育委員会

平成30年6月

本方針策定の主旨等

- 本方針は、義務教育である中学校・中等教育学校の運動部活動を主な対象とし、生徒にとって望ましいスポーツ環境を構築するという観点に立ち、運動部活動が以下の点を重視して、地域、学校、競技種目等に応じた多様な形で最適に実施されることを目指す。

- ・ 知・徳・体のバランスのとれた「生きる力」を育む、「日本型学校教育」の意義を踏まえ、生徒がスポーツを楽しむことで運動習慣の確立を図り、生涯にわたって心身の健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現するための資質能力の育成を図るとともに、バランスのとれた心身の成長と学校生活を送ることができるようになること
- ・ 生徒の自主的・自発的な参加により行われ、学校教育の一環として教育課程との関連を図り、合理的かつ効率的・効果的に取り組むこと
- ・ 学校全体として運動部活動の指導・運営に係る体制を構築すること

1 適切な運営のための体制整備

(1) 運動部活動の方針の策定等

- ア 校長は、区の「運動部活動ガイドライン」に則り、毎年度、「学校の運動部活動に係る活動方針」を策定する。

運動部活動顧問は、年間の活動計画並びに毎月の活動計画及び活動実績を作成し、校長に提出する。

- イ 校長は、上記イの活動方針、及び活動計画等を学校のホームページへの掲載等により公表する。

(2) 指導・運営に係る体制の構築

- ア 校長は、生徒や教師の数、部活動指導員の配置状況を踏まえ、指導内容の充実、生徒の安全の確保、教師の長時間勤務の解消等の観点から円滑に運動部活動を実施できるよう、適正な数の運動部を配置する。

- イ 区教育委員会は、各学校の生徒や教師の数、部活動指導員の配置状況や校務分担の実態等を踏まえ、部活動指導員を積極的に任用し、学校に配置する。

なお、部活動指導員の任用・配置に当たっては、学校教育について理解し、適切な指導を行うために、部活動の位置づけ、教育的意義、生徒の発達の段階に応じた科学的な指導、安全の確保や事故発生後の対応を適切に行うこと、生徒の人格を傷つける言動や、体罰は、いかなる場合も許されないこと、服務（校長の監督を受けることや生徒、保護者等の信頼を損ねるような行為の禁止等）に関する規定を遵守すること等に関し、任用前及び任用後の定期において研修を行う。

- ウ 校長は、運動部顧問の決定に当たっては、校務全体の効率的・効果的な実施に鑑み、教師の他の校務分掌や、部活動指導員の配置状況を勘案した上で行うなど、適切な校務分掌となるよう留意するとともに、学校全体としての適切な指導、運営及び管理に係る体制の構築を図る。
- エ 校長は、毎月の活動計画及び活動実績の確認等により、各運動部活動の活動内容を把握し、生徒が安全にスポーツ活動を行い、教師の負担が過度とならないよう、適宜、指導・是正を行う。
- オ 区教育委員会は、運動部顧問を対象とするスポーツ指導に係る知識・及び実技の質の向上並びに学校の管理職を対象とする運動部活動の適切な運営に係る実効性の確保を図るための研修等の取組を行う。
- カ 区教育委員会及び校長は、教師の運動部活動への関与について、「学校における働き方改革に関する緊急対策（平成29年12月26日文部科学大臣決定）」及び「学校における働き方改革に関する緊急対策の策定並びに学校における業務改善及び勤務時間管理等に係る取組の徹底について（平成30年2月9日付29文科初第1437号）」を踏まえ、法令に則り、業務改善及び勤務時間管理等を行う。

2 合理的かつ効率的・効果的な活動の推進のための取組

（1）適切な指導の実施

- ア 校長及び運動部活動顧問は、運動部活動の実施に当たっては、文部科学省が平成25年5月に作成した「運動部活動での指導のガイドライン」に則り、生徒の心身の健康管理（スポーツ障害・外傷の予防やバランスのとれた学校生活への配慮等を含む）、事故防止（活動場所における施設・設備の点検や活動における安全対策等）及び体罰・ハラスメントの根絶を徹底する。区教育委員会は、学校におけるこれらの取組が徹底されるよう、学校保健安全法等も踏まえ、適宜、支援及び指導・是正を行う。
- イ 運動部顧問は、スポーツ医・科学の見地からは、トレーニング効果を得るために休養を適宜に取る必要があること、また、過度の練習がスポーツ障害・外傷のリスクを高め、必ずしも体力・運動能力の向上につながらないこと等を正しく理解するとともに、生徒の体力の向上や、生涯を通じてスポーツに親しむ基礎を培うことができるよう、生徒とコミュニケーションを十分に図り、生徒がバーンアウトすることなく、技能や記録の向上等それぞれの目標を達成できるよう、競技種目の特性等を踏まえた科学的トレーニングの積極的な導入等により、休養を適切に取りつつ、短時間で効果が得られる指導を行う。

また、専門的知見を有する保健体育担当の教師や養護教諭等と連携・協力し、発達の個人差や女子の成長期における体と心の状態等に関する正しい知識を得た上で指導を行う。

(2) 運動部活動用指導手引の活用

- ア 運動部顧問は、運動部活動における合理的かつ効率的・効果的な活動のために、中央競技団体が作成した指導手引を活用して、2 (1) に基づく指導を行う。

3 適切な休養日等の設定

- ア 運動部活動における休養日及び活動時間については、成長期にある生徒が、運動、食事、休養及び睡眠のバランスのとれた生活を送ることができるよう、スポーツ医・科学の観点からのジュニア期におけるスポーツ活動時間に関する研究も踏まえ、以下を基準とする。

【休養日】

- 1 学期中は、週当たり2日以上以上の休養日を設ける。(平日は少なくとも1日、週休日は少なくとも1日を休養日とし、休養日が確保できなかった場合は、他の日に振り返る)
- 2 長期休業中の休養日の設定についても、「1」に準じた扱いを行う。また、生徒が十分な休養を取ることができるとともに、運動部活動以外にも多様な活動を行うことができるよう、ある程度長期の休養期間(オフシーズン)を設ける。

【活動時間】

- 1 1日の活動時間は、長くとも学期中の平日では2時間程度、週休日(祝日等を含む)及び長期休業中は3時間程度とし、できるだけ短時間に、合理的かつ効率的・効果的な活動を行う。

- イ 校長は、1 (1) に掲げる「学校の運動部活動に係る活動方針」の策定に当たっては、上記の基準を踏まえ、各運動部の休養日及び活動時間等を設定し、公表する。また、各運動部の活動内容を把握し、適宜、指導・是正を行う等、その運用を徹底する。ただし、定期考査や大会前について例外も有り得る。

4 生徒のニーズを踏まえたスポーツ環境の整備

(1) 生徒のニーズを踏まえた運動部の設置

- ア 校長は、生徒が楽しく体を動かす習慣の形成に向けた動機付けとなるように、レクリエーション志向で行う部活動や体力づくりを目的とした部活動等、生徒の多様なニーズに応じた活動を行うことができる運動部を設置する。
- イ 区教育委員会は、少子化に伴い、単一の学校では特定の競技の運動部を設けることができない場合には、生徒のスポーツ活動の機会が損なわれることがないよう、複数校の生徒が拠点校の運動部活動に参加する等、合同部活動等の取組を推進する。

(2) 地域との連携等

ア 区教育委員会及び校長は、生徒のスポーツ環境の充実の観点から、学校や地域の実態に応じて、地域のスポーツ団体との連携、保護者の理解と協力、民間事業者活用等による、学校と地域が共に子どもを育てるという視点に立った、学校と地域が協働・融合した形での地域におけるスポーツ環境整備を進める。

イ 区教育委員会及び校長は、学校と地域・保護者が共に子どもの健全な成長のための教育、スポーツ環境の充実を支援するパートナーという考えの下で、こうした取組を推進することについて、保護者の理解と協力を促す。

5 学校単位で参加する大会等の見直し

ア 区教育委員会は、学校の運動部が参加する大会・試合の全体像を把握し、週末等に開催される様々な大会・試合に参加することが、生徒や運動部顧問の過度な負担とならないよう、大会等の統廃合を主催者に要請するとともに、各学校の運動部が参加する大会数の上限の目安を定める。

イ 校長は、上記アの目安等を踏まえ、生徒の教育上の意義や、生徒や運動部顧問の負担が過度とならないことを考慮して、参加する大会等を精査する。

千代田区基礎体力向上プラン

平成30年3月

千代田区教育委員会

目 次

あいさつ

千代田区教育委員会 子ども部指導課長 杉浦 伸一	1
--------------------------	---

千代田区立千代田小学校 校長 浅岡 寿郎	1
----------------------	---

1 千代田区における基礎体力向上プラン策定の目的	2
--------------------------	---

2 基本的な考え方	2
-----------	---

3 基礎体力向上推進に係る千代田区における 主な体育・健康教育の取組について	3
---	---

各校の取組（4 運動面、5 生活習慣・食育）

麴 町 小 学 校	10
-----------	----

九 段 小 学 校	13
-----------	----

番 町 小 学 校	16
-----------	----

富 士 見 小 学 校	19
-------------	----

お茶の水小学校	22
---------	----

千 代 田 小 学 校	25
-------------	----

昌 平 小 学 校	28
-----------	----

和 泉 小 学 校	31
-----------	----

麴 町 中 学 校	34
-----------	----

神田一橋中学校	37
---------	----

九段中等教育学校	40
----------	----

あ い さ つ

千代田区の体力向上に向けて

千代田区教育委員会 指導課長 杉浦 伸一

体力は、人間の発達・成長を支え、人としての創造的な活動をするための源であり、病気やけがになりにくくするだけでなく、意欲、気力、忍耐力などの精神面の充実にも深く関わっています。我が国の子どもの体力は、昭和60年頃を境に大きく低下してきています。特に、走力、投力、握力などは長期的に低下一途を辿っており、体力向上は大きな課題となっています。

このような、子どもたちの体力低下状況及び東京都の体力向上に向けたさまざまな取組の推進を受けて、千代田区では、「千代田区共育ビジョン」で「心と体の健康づくりとスポーツを通じた体づくり」（健康と体力の向上）を掲げ取組を推進してきました。そして、この度、基本的な生活習慣等にも取組を広げた「千代田区基礎体力向上プラン」を作成いたしました。今後、このプランを活用し、千代田区の子どもたち一人一人が健康について考え、健康増進・体力の向上に取り組み、何事にも意欲をもってあたることができるようになってもらいたいと考えています。

最後になりましたが、本プラン作成にご尽力いただきました千代田区立千代田小学校 浅岡寿郎校長をはじめ、区内体育健康教育委員会の先生方、並びにご支援をいただきました多くの皆様に心より御礼申し上げます。

しなやかな心とたくましい体

千代田区立千代田小学校 校長 浅岡 寿郎

技術革新や情報機器の進展によって、子どもたちを取り巻く環境や生活スタイルは大きく変わりました。時間・空間・仲間と言われる三つの間が子どもたちの世界から減少し、体をつかって遊んだり、関わったりする機会も希薄になっています。また、望ましい生活習慣や食習慣の形成とは裏腹に、生活リズムが夜型になり、朝から体調不調を訴える子どもも少なくありません。

体力は私たちの生活を支える基盤であり、生きる力の源です。その体力づくりに欠かせない日常の行動や遊びの時間が確保しにくい現状を考えたとき、学校教育のなかで意図的・計画的な体力向上や健康づくりに関する取組は、極めて重要であると言えます。時間的な制約はありますが、学びや体験によって、子どもたちの意欲や態度の向上を図るとともに、仲間と共に運動する喜びや価値を獲得することにつながります。

このたびのプランは、千代田区立学校が具体的な取組や計画を示し、その実施状況を評価しつつ、オール千代田で子どもたちの体力向上と健康づくりを推進する決意とも言えます。それぞれの学校の取組や特色を互いに学び合いながら、活用していただけたら幸いです。

結びに、作成にあたりご協力いただきました各学校の校長先生方、委員の皆様へ深く感謝を申し上げますとともに、ご指導いただきました指導課指導主事の皆様に厚く御礼を申し上げます。

【千代田区基礎体力向上プラン】

テーマ

自ら考え進んで体力向上・健康増進に取り組み、
何事にも意欲をもてる千代田の子

1 千代田区における基礎体力向上プラン策定の目的

基礎体力向上の取組の基本原則は、運動面の取組だけではなく、バランスのとれた「栄養、運動、休養」を徹底すること、基本的な生活習慣の定着を図ること、家庭と連携を図り日常生活におけるアクティブライフを実践することである。

千代田区では、平成28、29年度、体力向上の推進の第一段階として、体力テストの結果を基に、学年別・男女別、種目別の具体的な到達目標を設定し、「体力テストを生かした改善取組シート」を作成し、運動能力の取組について、強化を図ってきた。

平成30年度は、昨年度の運動能力に加えて、基本的な生活習慣等にも取組を広げた「千代田区基礎体力向上プラン」を作成し、単に体力テストの向上を図るだけでなく、子どもたち一人一人が健康について考え、健康増進・体力向上に取り組み、何事にも意欲をもってあたることを目標とし上記テーマを掲げ、取り組んでいくこととする。

2 基本的な考え方

(1) 体力の重要性

体力は、人間のあらゆる活動の源であり、物事に取り組む意欲や気力といった精神面の充実にも深く関わり、人間の健全な発達・成長を支え、健康的で充実した生活を送る上で大変重要である。

(2) 子どもたちの発達・成長における体力の意義

体力は、人間の発達・成長を支え、人として創造的な活動をするために必要不可欠なものである。したがって体力は、人が知性を磨き、知力を働かせて活動していく源であり、生活をする上での気力の源でもあり、体力・知力・気力が一体となって、人としての活動が行われていく。このように、体力は「生きる力」の極めて重要な要素となっている。

意図的に体を動かすことは、運動能力や運動技能の向上を促し、体力の向上につながる。同時に、病気から体を守る体力を強化してより健康な状態を作り、高まった体力は人としての活動を支えることとなる。子ども、特に小学校低学年以下の子どもは、他者との遊びなどによる身体活動を通して、体の動かし方を体得し、脳の発達を促していくなど、体を動かすことと心身の発達が密接に関連している。

このように、体を動かすことは、身体能力を向上させるだけでなく、知力や精神力の向上の基礎ともなる。したがって、体を動かすことによって得られる体力は、人間の活動の源であり、病気の抵抗力を高めるなどの健康維持のほか、意欲や気力の充実に大きく関わっており、人間の発達や成長を支える基本的な要素である。

(3) 子どもたちに求められる体力とは

子どもたちに求められる体力には、「運動するための体力」と「健康に生活するための体力」の二つが挙げられる。また、体をよく動かすことが意欲や気力を高めるように、体力の向上は、気力、意欲、精神的ストレスに対する強さや思いやりの心など精神面に好影響を与える。したがって、心と体を一体として体力を向上させていくことにより、精神的な面も充実していく。

(4) 食事等の生活習慣の大切さ

我が国では、医学の進歩や生活環境の改善などにより、平均寿命が延び、世界有数の長寿国となる一方、疾病構造は変化し、がんや循環器疾患、糖尿病などの生活習慣病が大きな割合を占めるようになった。

今後、高齢化の一層の進展に伴い、生活習慣病に罹患する人の増加が見込まれている。高齢期になっても生き生きと暮らすためには、若年から生涯にわたる心身の健康づくりに取り組むことが重要である。

食習慣については、野菜を目標量摂取している人、脂肪エネルギー比率が適正な範囲内の人、食塩の摂取を目標量に抑えている人は、いずれも都民の3人に1人に満たない現状である。適切な量と質の食事をとることは、生活習慣病の予防、生活の質の向上のほか、社会生活を営むために必要な機能の維持・向上の観点からも重要である。

(5) 家庭、地域との連携

体力向上・健康増進のためには、「基本的生活習慣の定着」「栄養・運動・休養（健康三原則）」「アクティブライフの実践」が基礎・基本となる。これらの具体的な取組の展開に当たっては、保護者・地域や関係団体との連携を図りつつ、児童・生徒の安全と知・徳・体のバランスのとれた人間形成にも十分配慮した取組としていくことが重要である。

3 基礎体力向上推進に係る千代田区における主な体育・健康教育の取組について

千代田区では、次のような体育・健康教育の取組を行い、基礎体力向上推進を区全体で進めている。

(1) 小学校陸上記録会

① ねらい

- ・自身の記録を測る機会を得ることにより、運動に対する興味や関心を高め、生涯にわたって積極的に運動に親しむことができるようにする。
- ・児童が自己の記録に挑戦したり、運動の仕方を工夫したりすることで、運動の楽しさを味わうとともに友達と協力することの大切さを味わうことができるようにする。

・区内の他の学校の友達との交流を通して、自分自身のことについて考え、区内の友達を知る機会にするとともに、千代田区民として広い視野をもてるようにする。

② 対 象 小学校6年生

③ 種 目

男・女 50mハードル、男・女 50m走、男・女 100m 走、男・女 350m リレー

(1) 小学校水泳記録会

① ねらい

・お互いの泳ぎを見て学び、競技を通じて学校間の交流を深める。
・自己の泳力を知り、これからの水泳学習の意欲付けとする。

② 対 象 小学校5年生

③ 種 目

男・女 50m（自由形・平泳ぎ）、男・女 25m（自由形・平泳ぎ）、男・女リレー

(2) 中学生東京駅伝大会

① ねらい

より多くの中学生が学校や部活動の垣根を越えて高い目標に向けて切磋琢磨し、中学校期における健康増進・持久力等の体力向上、公正・協力等の態度の育成、努力・忍耐力等の精神力の向上に資する。

② 対 象 中学校2年生（選抜制）

③ 種 目 ・男子の部 42.195km（17名）・女子の部 30km（16名）

(4) 中学校運動部活動

① ねらい

・自発的・自主的にスポーツを味わい、より高い水準の技能や記録に挑戦する中で、スポーツの楽しさや喜びを味わい、学校生活に豊かなものにする。
・スポーツに生涯親しむ能力や態度を育てる。また、体力向上や健康の増進を図る。

② 対 象 中学校全学年（希望制）

③ 主な運動部 バスケットボール部、陸上部、水泳部、テニス部など

(5) 東京都及び全国の児童・生徒体力・運動能力、生活運動習慣等調査について

① ねらい

東京都及び全国で実施している児童・生徒体力・運動能力、生活運動習慣等調査に参加し、千代田区と東京都及び全国の子どもの体力状況を把握・比較分析することにより、子どもの体力向上に係る取組の成果と課題を検証しその改善を図っている。

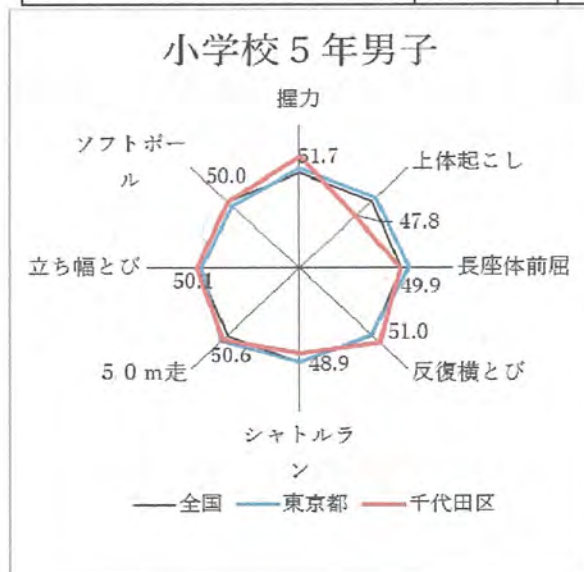
この調査を通じて、子どもの体力の向上に関する継続的な検証改善サイクルを確立し、学校における体育健康に関する指導の改善に役立てている。

② 対 象 小学校1年生～6年生、中・中等教育学校1年生～3年

③ 平成29年度の結果（平均）及び平成30年度の目標値について

小学校5年男子

種目	千代田区	T得点			
		千代田	全国	都	平成30年度 千代田区目標値
握力（kg）	17.17	51.7	50.0	50.5	51.8
上体起こし（回）	18.62	47.8	50.0	50.5	50.0
長座体前屈（cm）	33.05	49.9	50.0	50.7	50.7
反復横跳び（回）	42.70	51.0	50.0	49.9	51.1
20mシャトルラン（回）	50.00	48.9	50.0	49.9	50.0
50m走（秒）	9.30	50.6	50.0	50.8	50.8
立ち幅跳び（cm）	151.86	50.1	50.0	49.6	50.2
ソフトボール投げ（m）	22.54	50.0	50.0	49.3	50.1

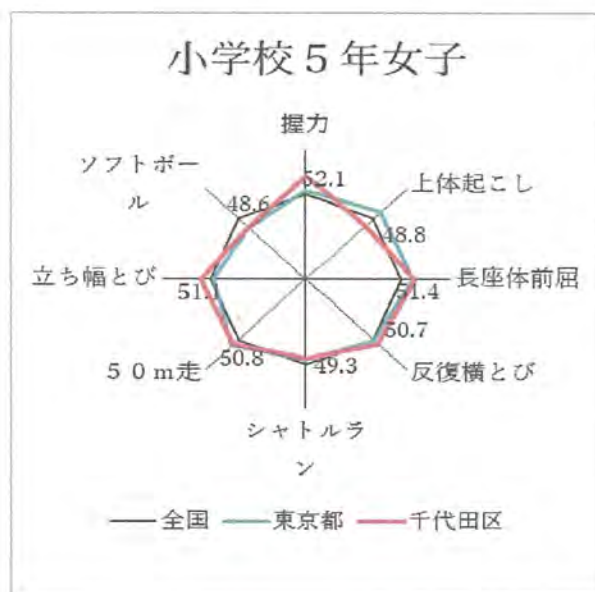


【分析結果から】

- 都のT得点を上回った種目は8種目中4種目、また全国のT得点を上回った種目は8種目中5種目であった。
- 平成30年度は、上体起こし及び20mシャトルランを重点強化種目とし、さらにその他の種目についても底上げを図っていく。

小学校5年女子

種目	千代田区	T得点			
		千代田	全国	都	平成30年度 千代田区目標値
握力 (kg)	16.93	52.1	50.0	50.4	52.2
上体起こし (回)	18.16	48.8	50.0	51.1	50.0
長座体前屈 (cm)	38.59	51.4	50.0	51.2	51.5
反復横跳び (回)	40.58	50.7	50.0	50.1	50.8
20mシャトルラン (回)	40.44	49.3	50.0	49.4	50.0
50m走 (秒)	9.54	50.8	50.0	51.0	51.0
立ち幅跳び (cm)	147.77	51.1	50.0	49.7	51.2
ソフトボール投げ (m)	13.27	48.6	50.0	48.5	50.0



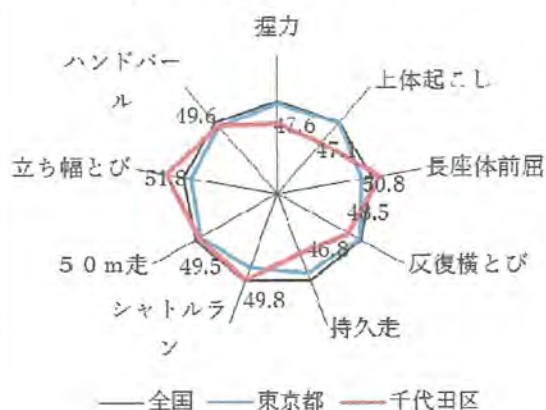
【分析結果から】

- 都のT得点を上回った種目は8種目中5種目、また、全国のT得点を上回った種目も8種目中5種目であった。
- 平成30年度は、上体起こし及びソフトボール投げの2種目を重点強化種目とし、さらにその他の種目についても底上げを図っていく。

中学校 2 年男子

種目	千代田区	T 得点			
		千代田	全国	都	平成 3 0 年度 千代田区目標値
握力 (k g)	27. 16	47. 6	50. 0	49. 7	49. 6
上体起こし (回)	25. 65	47. 1	50. 0	50. 0	49. 1
長座体前屈 (c m)	44. 05	50. 8	50. 0	48. 9	50. 9
反復横跳び (回)	50. 70	48. 5	50. 0	49. 8	50. 0
持久走 (秒)	411. 66	46. 8	50. 0	49. 0	48. 8
2 0 m シャトルラン (回)	85. 43	49. 8	50. 0	48. 5	50. 0
5 0 m 走 (秒)	8. 03	49. 5	50. 0	49. 4	51. 0
立ち幅跳び (c m)	199. 70	51. 8	50. 0	49. 3	51. 9
ハンドボール投げ (m)	20. 35	49. 6	50. 0	49. 5	50. 0

中学校 2 年男子

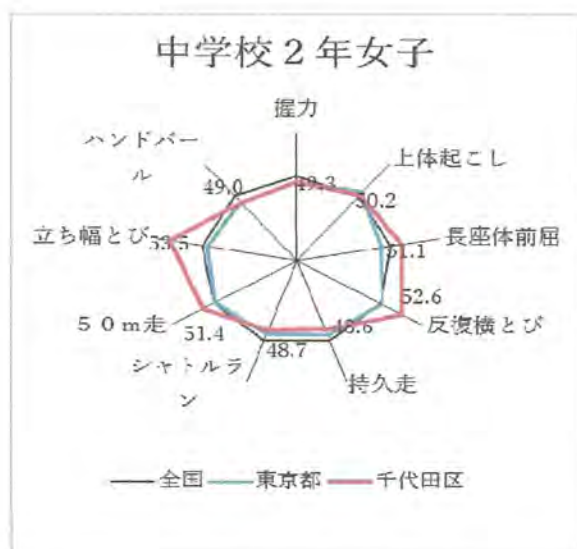


【分析結果から】

- 都の T 得点を上回った種目は 9 種目中 5 種目、また、全国の T 得点を上回った種目は 9 種目中 2 種目であった。
- 平成 3 0 年度は、全国・都の T 得点を下回った上体起こし及び持久走を重点種目として、強化に取り組んでいく。

中学校2年女子

種目	千代田区	T得点			
		千代田	全国	都	平成30年度 千代田区目標値
握力 (kg)	23.51	49.3	50.0	49.3	50.0
上体起こし (回)	23.84	50.2	50.0	50.6	50.7
長座体前屈 (cm)	46.94	51.1	50.0	48.9	51.2
反復横跳び (回)	48.53	52.6	50.0	50.2	52.7
持久走 (秒)	293.39	48.6	50.0	49.4	50.0
20mシャトルラン (回)	56.41	48.7	50.0	49.3	50.0
50m走 (秒)	8.69	51.4	50.0	49.9	51.5
立ち幅跳び (cm)	177.24	53.5	50.0	49.5	53.6
ハンドボール投げ (m)	12.56	49.0	50.0	49.0	50.0



【分析結果から】

- 都のT得点を上回った種目は9種目中6種目、また、全国のT得点を上回った種目は9種目中5種目であった。
- 平成30年度は、全国・都のT得点を下回ったハンドボール投げ及び持久走を重点種目として、強化に取り組んでいく。

(6) 小学校・中学校 教育会体育研究部の活動について

【小学校体育部会】

体育科の授業改善を目指して、継続的な研究・研修に取り組む。小学校体育研究部会では「課題の解決に向けて、主体的・協働的に取り組み、運動への意欲を育む体育学習の研究主題を設定し、平成29年度は、水泳系領域部会、陸上運動系領域部会、ボール運動系領域部会に分かれ、研究授業を行っている。

【中学校保健体育部会】

中学校保健体育科では「生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の育成」、「健康の保持増進のための実践力の育成」及び「体力の向上」の三つが重要なねらいとなっている。

一方、東京都及び全国の児童・生徒体力・運動能力、生活運動習慣等調査の結果から、千代田区は各種目において全国平均から大きく離されている。中でもボール投げと持久走が大きく全国平均から離されている現状がある。

これらのことを踏まえ、千代田区中学校保健体育部会では、生徒がともに活動する中から全国平均を大きく下回っているこの二種目について体づくりの単元をもとに体力向上に取り組んでいる。

4 運動面について

(1) 麴町小学校の児童の実態

【日常生活・体育授業から見る児童の実態】

- ・外遊びを好む児童は多い。低学年を中心に幅広い運動に親しんでいる。低学年は、縄跳びや鬼遊び、中・高学年は、固定遊具や一輪車、ベースボール型ゲーム、バスケットボールが中心になっている。
- ・体育の学習では、意欲的に取り組む児童が多い。特に低学年はどのような運動にも進んで取り組む様子が見られる。一方で、学年が上がるにつれ、体育の授業に対し、苦手意識をもつ児童が増えている。

【体力・運動能力、運動習慣等調査から見る児童の実態】

- ・全国平均と比較すると、全体的に数値が低い傾向にある。特に男女共に平均を大幅に下回っている種目が、20mシャトルランと立ち幅跳びである。これら2種目が重点課題になっている学年が3学年となっており、持久力を高める運動や脚筋の瞬発力を高める運動を継続的に取り入れる必要がある。

(2) 目標と取組内容

○ 目標

- ・体育の授業の工夫や体育朝会の内容などを充実させることで、運動時間を確保し、体力・運動能力調査の数値を全国平均程度に向上させる。
- ・オリンピックやパラリンピックについて学ぶことを通して、運動やスポーツに親しみ、フェアプレー精神などのスポーツ志向を高める。

○ 取組内容

【体育の授業の工夫】

- ・年間指導計画を見直し、低学年から多様な動きを経験させることを重視する。
- ・年間を通して体育の授業で取り組める持久走カード、縄跳び検定カードを作成し、継続して取り組み、持久力等を高められるようにしている。
- ・鬼ごっこやラダートレーニングなど、すばやい動きが必要な運動を取り入れる。
- ・体づくり運動では、固定遊具を使い、様々な運動やタオル絞りなどの握る動きを多く取り入れる。

【休み時間・放課後等の体育的活動の工夫】

- ・体育朝会を充実させ、集団行動や体育的技能を身に付けるとともに多様な運動感覚を養う。
- ・学期ごとに短縄チャレンジ、長縄チャレンジなどを取り入れ、継続的に運動に取り組むことで体力向上につなげる。

【特色ある学校の取組】

- ・オリンピックやパラリンピアンとの交流を通して、スポーツへの関心を高める。

5 生活習慣・食育について

I 生活習慣

(1) 麴町小学校の児童の実態

- ・両親共働きの家庭や遅くまで習い事に行っている児童は、睡眠時間が不足している傾向にある。特に高学年になるにつれ、その傾向が高くなる。
- ・朝食の欠食や食べていても単品食などで済ませている児童が多数いる。
- ・両親の帰りが遅いため、夕食をとる時間が9時以降になってしまったり、場合によっては食べずに寝てしまったりする児童も少なからずいる。
- ・スマートフォンやタブレットを所持している児童の割合が全国平均に比べ数値が高く、長時間にわたり、タブレットなどを使用してゲームを楽しんでいる児童が多い。
- ・姿勢の悪さや、タブレットなどの長時間使用が原因の肩こりを訴える児童が多い。肩こりからくる頭痛に悩まされている児童も少なからずいる。
- ・運動時間の不足にともなう体幹の筋力不足から、姿勢が悪い児童が多い。

(2) 取組内容と目標

○ 目標

- ・早寝、早起きなど基本的な生活習慣の形成を図るとともに、継続して運動に取り組める時間や場所を確保し、児童の体力向上に取り組む。

○ 取組内容

- ・規則正しい生活習慣を身に付けるために「早寝・早起きすこやかキッズ」というワークシートに取り組み、児童自身が自分の生活習慣の見直しができるようにしている。
- ・保護者に対して毎年様々なテーマで健康に関する講演会を行う。今年度は「足育」の観点から、足の健康が全身の健康につながることを伝え、家庭での児童の健康維持を訴えた。
- ・セーフティ教室等を利用して、高学年児童はスマートフォンやSNSの使い方の講演会を聞き、それらの正しい使い方を学ぶ機会を設ける。
- ・高学年では、薬物乱用防止教室などを行い、薬物の種類や薬物の危険などを学ぶ機会を設ける。
- ・毎学期に行う発育測定では、保健カードに自分の目標を記入し、年度の終わりにはそれらの目標を振り返る活動を行っている。その活動を通して、児童は自分の健康に対し関心をもてるよう促している。
- ・体育の授業において、年間を通して体幹力補強運動や主運動につながる補助運動の内容の充実を行い、筋力を向上させる取り組みを行っている。
- ・保健委員会の取組として、歯磨きや手洗いうがいの大切さをポスター等にして訴える取組を行う。
- ・校内に廊下や階段での歩き方を指導するポスター等を掲示し、けがのない安全な生活を全校に呼びかける。

Ⅱ 食育

(1) 麴町小学校の児童の実態

- ・給食の様子を見ていると、食べ慣れない料理や苦手な食材を残したり、時間内に食べ終わらなかったりする児童がいる。特に、野菜や煮魚、白米などの残量が多い。
- ・肘をついて食べたり、食器を持たずに食べたりする児童もあり、食事のマナーに課題が見られる。
- ・健康な食生活が心身の健康に重要であると認識している児童は少ない。
- ・お箸の持ち方に課題がある子が多い。
- ・家庭での食生活は、保護者へのアンケートによると朝ごはんはかなりの家庭が食べさせているが、その内容は菓子パン一つなど単品食べの児童も見受けられる。

(2) 目標と取組内容

○ 目標

- ・食事（食事のマナーや栄養バランスなど）に対する正しい理解を深め、望ましい食生活を養う。
- ・給食指導を通して、児童相互の親近感を深めたり、好ましい人間関係を育てたりする。
- ・正しい箸の使い方ができるようになる。

○ 取組内容

- ・毎月の給食目標を立て、健康な食生活とマナーの改善を促す。
- ・給食だよりを毎月発行し、家庭や地域と連携を図り、食育にあたる。
- ・旬な食材を使った料理や、各地域の郷土料理等の献立を取り入れ、食に関心をもてるようにする。
- ・毎日の給食時間に給食委員会の児童による食事のマナーやバランスよく食べることの意味、食べ物に含まれる栄養素などについて放送する。
- ・毎月一回食育の日を設け、クイズなどを通して、児童にバランスのとれた食事の大切さなどについて考える機会を与える。
- ・児童が給食を残さずおいしくいただけるように、給食室でどのように調理の工夫や味付けの工夫をしているのか等栄養士による指導を行う。
- ・ランチルームに月の給食目標や盛り付け方の掲示をし、食事のマナーを常にふり返れる環境を整えている。
- ・ランチルーム給食では、給食時間の前半10分を「もぐもぐタイム」とし、給食の食材を味わいながら食べたり、食事のマナーを意識して食べたりできるようにしている。
- ・キッズ班（縦割り班活動）で年に数回給食を食べる機会を設け、異学年との交流を通して豊かな人間関係を育む。
- ・年に1回青空給食を行い、食に関する意欲を高める。
- ・全校児童が歯科校医の先生から、よく噛んで食べることの大切さや、歯に良い食べ物と間食の取り方などを学ぶ。
- ・給食試食会や地域の方とのふれあい給食などを催し、保護者や地域の方に給食を味わってもらうことで、家庭や地域と連携を図り、食育を行う。

九段小学校

4 運動面について

(1) 九段小学校の児童の実態

【日常生活・体育授業から見る児童の実態】

＜休み時間＞

本校では、校庭のほかに曜日ごとに一学年ずつ体育館を使用して遊んでいる。全体的に外で遊ぶ児童が多い。ただし、高学年になるにつれて図書室などで過ごす児童が増える傾向にある。

校庭では、学年問わず短縄に取り組む児童が多い。段階別にみると、低学年はドッジボールなどの遊びが見られる。中学年は鬼遊びや一輪車、ハンドベースが多く、高学年はバスケットボールで遊ぶ児童が多い。その中で、鬼遊びをしている児童とボール遊びをしている児童との接触によるけががしばしば見られる。また、体育館では概ねバスケットボールで遊んでいる。

＜体育授業等＞

意欲的に取り組む児童が多い。学年が上がるにつれて自分の不得意な分野がはっきりし、それに対する苦手意識が強まる傾向にある。

毎週の児童朝会終了後には、全校児童でラジオ体操に取り組んでいる。

【体力・運動能力、運動習慣等調査結果から見る児童の実態】

＜全国・東京都平均との比較＞

男子の長座体前屈の記録はすべて全国平均を上回っており、女子も1学年を除き平均を上回る記録となった。また、男女ともに反復横跳びの記録も概ね全国平均を上回った。

女子のソフトボール投げが全体的に平均を下回っている。男子のソフトボール投げも概ね平均と同値となっていることから、投げる力に課題が見られる。

(2) 目標と取組内容

○ 目標

「楽しい」「できる」授業の展開を工夫することで、一人一人の児童が主体的に運動しようとする児童の育成を目指す。また、毎回の授業時に学級ごとに決まった運動を行うことで、体力テスト時の「立ち幅跳び」「20m シャトルラン」のスコアを全学年において平成23年度の全国平均値を上回ることを目指す。

○ 取組内容

【体育の授業での工夫】

- ・体育の授業において、一学級一実践として各学級で取り組み内容を定め、持久力や跳躍力を向上させる実践を行っている。（時間走・ゴム跳び・短縄・長縄等）

【休み時間・清掃の時間での工夫】

- ・日常の学校生活の中でも、外遊びや掃除の時間などにも意識させることで、体力の向上を図っている。（外遊びの励行、ぞうきんがけや机・イス運びにより足腰を鍛える等）
- ・各月ごとに「九段チャンピオン」と称し、全校児童を対象に「登り棒」や「ラダー」、「長縄」などの記録を図り、学期末の朝会時に表彰する。

【特色ある学校の取り組み】

- ・毎週の児童朝会后には、体育部の教員が朝礼台の上に立ち、毎月の指導のポイントに沿ってラジオ体操に取り組んでいる。

5 生活習慣・食育について

I 生活習慣

(1) 九段小学校の児童の実態

日常の観察や保健室の来室状況からみると、児童の課題として「睡眠不足」が考えられる。身体的な問題としては、児童朝会時に気分不良を訴える、睡眠不足による頭痛を訴える、があげられる。

小学生の望ましい睡眠時間は9～10時間。高学年になるにつれ、習い事や家庭の事情等で、望ましい睡眠時間が確保されていない児童もみられる。こういった、生活リズムの乱れは、成長の遅れや、注意・集中力の低下、不安やイライラ、疲労感等、身体的にも精神的にも密接に関連してくる。将来にわたって健康な体をつくるために、今から規則正しい生活習慣の定着を図る必要がある。

(2) 目標と取組内容

○ 目標

- ・基本的な生活習慣である、早寝、早起き、朝ごはん、歯磨きを習慣化させる。
- ・自分の健康について考え、自ら意識して、実践できる児童を育てる。

○ 取組内容

【保健だより・掲示物】

- ・自分の体や健康についての知識を得ることにより、生活の改善への意欲が高まることから、保健だよりや掲示物を通して生活習慣改善を呼びかけている。

(例：朝ごはん・睡眠・姿勢・歯の健康・目の健康・心の健康・風邪の予防)

【基本的な生活習慣の確立】

- ・歯科校医による口腔ケアを全学年行っている。磨き残しのない歯磨きができているか染め出しをして確認をしながら、自分に合った磨き方の工夫を知ること、歯をきれいにみがけるようにする。

【学校保健委員会】

- ・学校保健委員会において様々なテーマで講演会を開催している。平成29年度は、耳鼻科校医による「耳・鼻・のどの話」ということで、なりやすい疾病やケガの予防について学んだ。学校保健委員会を通して、学校・家庭・地域の連携をさらに深め、児童の健康の保持増進につなげていく。

【保健指導】

- ・今年後は、足から健康を考える「足育」をテーマとした。速く走れるようになるためには、しっかりと土踏まずを作ること。そのためには、足指を動かすこと、たくさん運動することが必要であることを、1年生を対象に保健指導を行った。

Ⅱ 食育

(1) 九段小学校の児童の実態

食に関しての興味はあるものの、食べ慣れない食材や料理については消極的である児童が多いように感じられる。また、偏食や三角食べができない、食器を持たずに食べる等、マナーについての改善が求められる。給食の時間も短く、準備に時間がかかってしまうと、時間内に食べきれない児童もいるクラスもある。

(2) 目標と取組内容

○ 目標

- ・食べ物の働きや栄養について理解を深める。(体の健康)
- ・楽しい給食時間を通して、望ましい人間関係や豊かな心を育てる。(心の健康)
- ・日常の準備・会食・後片付けをはじめ、招待・交流給食を通して協調性や社会性及び感謝の気持ちを培う。(社会性の涵養)
- ・自らの健康の大切さを知り、望ましい食生活の習慣を身につける。(自己管理能力の育成)
- ・食物を大切にし、食物の生産等にかかわる人々へ感謝する心をもつ。(感謝の心)
- ・各地域の産物、食文化や食にかかわる歴史等を理解し、尊重する心をもつ。(食文化)

○ 取組内容

【身のまわりを清潔に整える】

- ・服装を整える。当番は白衣、帽子、マスクを着用する。
- ・手をきれいに洗い、洗った手は汚さない。

【よい食べ方をする】

- ・食事の前後に心を込めてあいさつをする。調理室で作業する人への感謝の気持ちを忘れない。
- ・よい姿勢で、ひと口30回以上噛み、適当な速さで食べる。(20分くらい)・
- ・正しい箸の使い方である。(持ち方、動かし方、箸使いのマナー)
- ・好き嫌いをしないで、できるだけ残さないように食べる。
- ・楽しい話題でまわりの人を不快にさせることのない態度で食べる。

【健康によい正しい食事のとり方を身につける】

- ・献立から栄養バランスの取れた食事について理解する。
- ・食物を合理的に組み合わせてとることが健康によいことを理解する。

【ふれあい給食】

- ・なかよし給食(1年生と幼稚園5歳児とのふれあいを深める)
- ・地域の方々、祖父母とのふれあい給食(家庭や地域の人々とのふれあいを深める)
- ・給食試食会(1年生の保護者に学校給食の実情を知らせ食育・給食指導への理解を深める)
- ・お誕生給食(その月に誕生日を迎える児童をメッセージカードとデザートでお祝いをする)

4 運動面について

(1) 番町小学校の児童の実態

【日常生活・体育授業から見る児童の実態】

- ・外遊びが好きな児童は多い。しかし、足をくじいたり、友達のボールを受け取ろうとして突き指をしたり、他の遊びの子とぶつかってうちみをしたり、怪我をする児童が多い。
- ・休み時間の外遊びは、低学年は遊具での遊びや一輪車や鬼遊び、中学年は鬼遊びやベースボール型ゲーム、高学年はバスケットボールやベースボール型ゲームが中心となっている。
- ・体育朝会の一つである長縄朝会に向けて、休み時間に取り組んでいる。
- ・学年が上がるにつれ、体育の授業に対し、苦手意識のある児童が増える傾向にある。

【体力・運動能力、運動習慣等調査結果から見る児童の実態】

全国平均と比較すると・・・

- ・握力は、全体的に低い傾向である。(特に2年)
- ・高学年の女子の上体起こしが低い傾向である。(5年、6年)
- ・50m走は、全体的に全国平均より低い傾向である。(全学年)
- ・ソフトボール投げは、全体的に男女学年別に分けて12項目中9項目下回っている。
- ・長座体前屈・反復横跳び・20mシャトルラン・立ち幅跳びは、高い傾向である。(全学年)

(2) 目標と取組内容

○ 目標

- ・「楽しい」「できる」体育授業を展開することによって、児童の運動有能感を高め、運動好きの児童を育てる。
- ・準備運動後に行う折り返し走、固定遊具を活用した補助運動など、体育授業の工夫、運動時間を確保する工夫などによって、低学年の握力、中学年の調整力(50m、ソフトボール投げ)、高学年の(上体起こし、50m走)の数値を全国平均程度に向上させる。

○ 取組内容

【体育・保健体育の授業の工夫】

- ・BGMを活用した準備運動、主運動につながる運動の工夫、折り返し運動について、資料を基に全教員で共通理解したり、校内研修を行ったりする。
- ・全学年でマット運動や鉄棒運動、体づくりの運動などの充実を図り、体を丸めたり、伸ばしたりするなど様々な動きを経験する。
- ・高学年は、紙鉄砲やタオルを活用して、正しいオーバースローでのフォームを身に付けられるようにする。

【休み時間・放課後等の体育的活動の工夫】

- ・年間を通して、日常生活に取り入れることのできる内容の体育朝会を行い、一人一人が自主的に運動できるようにし、多様な運動感覚を養う。また、異学年交流できるようにする。

〈例〉集団行動、ラジオ体操、長縄や短縄を用いた運動、番町スポーツランドの取組

- ・1月の約一か月間、持久走大会に向けて、週3回朝に時間走を行い、持久力を高める。

5 生活習慣・食育について

I 生活習慣

(1) 番町小学校の児童の実態

【日常の観察や体力テストの結果から】

- ・猫背になったり、読書をする際やノートを書く際に目が近かったりするなど姿勢が悪い。
- ・寝不足が原因による体調不良を訴える児童が多い。
- ・朝食欠食も時々見られ、基本的な生活習慣の定着に課題がある。
- ・習い事等の忙しさから、疲労感や睡眠不足、肩こりを訴える児童が高学年に多い。
- ・不注意や歩行のルールを守っていないことなどから発生する怪我が多い。
- ・8時間以上の睡眠を確保できているのは全体の59.5%である。高学年になるにつれて睡眠時間が確保できていない。
- ・学校独自に行ったアンケートによると、携帯を所持している4～6年生の児童は全体の約87%、SNS利用は約72%と多かった。

(2) 目標と取組内容

○ 目標

- ・心と体の健康に関心をもち、安全に留意して健康的な生活を送ることができる児童を育成する。

○ 取組内容

【のぞましい生活習慣の定着】

- ・「早寝・早起き・朝ご飯」や「番町の子ども」を意識させ、生活リズムの定着を図る。
- ・よい歯の表彰：未処置のむし歯をなくし、口腔内衛生状態に関心を持たせる。(6月)
- ・歯磨き指導：歯や口の課題を見つけ解決する意欲や技能を育成する。(2年児童、保護者)

【薬物乱用防止】

- ・6年生のセーフティ教室「たばこと薬物の害」～薬物乱用防止教育～
薬物の種類や薬物の危険を学ぶ実態や健康被害の理解をする。

【携帯電話やパソコンなどのデジタル機器の情報モラル】

- ・4年生のセーフティ教室「ネット安全教室」
メールの書き方や個人情報の流出等、ネット使用におけるマナーや留意点について学ぶ。
- ・5年生のセーフティ教室「e-ネット安心講座」
ケータイ依存やネット詐欺等、子供に迫るネット危機の実態を知り予防と対策法を学ぶ。

【保健関係】

- ・「健康カード」を活用し、健康生活への意識を高める。(7月、3月)
- ・保健だよりを通し、家庭との連携を深め、健康生活の改善に役立つように工夫する。
- ・応急処置(迅速で正しい処置・記録)時に個別指導を行い、予防教育へとつなげていく。

【健康委員会の取組】

- ・学校安全マップ(2学期)を活用して、けがの予防を全校に呼びかける。
- ・手洗いうがい月間(1月)

Ⅱ 食育

(1) 番町小学校の児童の実態

- ・学校給食が円滑に行えるように積極的に当番活動に参加している児童は多く、また、食事が楽しくできる場をみんなで工夫し、正しい食事の仕方を身に付けている。
- ・健康な体になるために、調和のとれた食事をとることの大切さを知り、好き嫌いせず食べようとしている児童が多い。
- ・健康な生活をする自分が自分にとって大切だという意識がやや薄い。
- ・日本文化である箸を使った食事の仕方や和食のよさに気付いたり、食べ物や人に対して感謝したりする気持ちが低い。

(2) 目標と取組内容

○ 目標

- ・体験型食育学習の充実を図る。
- ・望ましい食習慣を身に付け、食事の正しいあり方を体得させる。
- ・給食指導を通して、児童相互の親和感を深め、好ましい人間関係を育てる。
- ・箸を使った食事の仕方や和食のよさに気づき、感謝の気持ちを育てる。

○ 取組内容

【給食指導】

- ・給食目標を立て、健康な生活をするための大切さを身に付けるようにする。
- ・各季節の行事食や各地の郷土料理、世界の料理等の献立を立てて年間を通じ指導する。
- ・箸の持ち方、食事のマナー、食物アレルギー、偏食、小食、過食等の個別指導を行う。
- ・給食だよりを毎月発行し、家庭や地域との連携を図る。

【食育】

- ・食育活動：学年に応じて、学校訪問日に設定し、親子で学ぶ機会を設ける。

〈一例〉 1年「バナナうんちで元気な子～生活リズムを整えよう～」（12月）

2年「めざせ 野菜名人」（通年）

3年「働く人とわたしたちの暮らし～大田市場～」 （10月）

4年「お箸知育教室」（3月）

5年「食べ物や飲み物の酸性・中性・アルカリ性について」（7月）

6年「餃子づくりを体験しよう」（2月）

【食に関する交流活動】

- ・1年生の親子給食：楽しく親子で会食しながら、学校給食の良さを理解し、給食指導にあたっている担任との連携を図る。（1年児童、保護者）
- ・ふれあい給食：地域の高齢者を招き、児童との会食を通して児童が望ましい食環境について学ぶ。また、高齢者に対するいたわりの気持ちと敬愛の念を育てる。（3年）
- ・幼稚園5歳児とのふれあい給食：4月に入学を控えた幼稚園児を招き、一緒に給食を食べながらの交流を通して、1年生に上級生となる喜びをもたせる。

4 運動面について

(1) 富士見小学校の児童の実態

【東京都及び全国の児童・生徒体力・運動能力、生活運動習慣等調査の結果より】

- ・50m走は全学年男女ともに全国の平均を上回っている。
- ・20mシャトルランは、3年男女・5年女子を除き、全国平均を上回る結果となっている。
- ・ソフトボール投げ・握力・上体起こし・長座体前屈においては、男女ともに全国平均を下回る学年が多い。

【日常生活・体育授業から見る児童の実態】

本校では高学年が校庭・体育館を使用し、低学年が校庭・屋上校庭を使用することとなっている。体育館ではおよそ4～6年生を合わせて15～20名ほどの児童がバスケットボールで遊んでいる。校庭では、4、5年生の一部がドッジボールやドッジビーで遊ぶ姿が見られるもののその数は15～20名ほどである。低学年は外で鬼ごっこやジャングルジム、うんてい、鉄棒などを行う姿が多くみられる。そこから、高学年になるにつれて、休み時間に遊ぶ児童の減少と遊びが固定されていることが分かった。全学年を通して様々な遊びに親しませる時間をつくることが重要である。体育の時間では、多くの児童が主体的に取り組む姿が見られる。1年生からクリたく準備運動としてビートランニング（音楽に合わせて一定の時間を走る）や折り返し運動を授業の初めに取り組み、体力の向上に努めている。

(2) 目標と取組内容

○ 目標

- ・生涯を通し運動に親しむ児童を育成していく。
- ・体育の授業の工夫、運動時間を確保する工夫などによって、体力・運動能力調査の数値を全国平均程度に向上させる。
- ・アスリートとの交流やオリンピック・パラリンピックについて学ぶことを通して、運動やスポーツに親しみ、フェアプレー精神などのスポーツ志向を高める。
- ・体育の授業の工夫や朝運動タイム、運動朝会などを充実させることにより、運動の機会を確保し多様な動きを経験させる。

○ 取組内容

【体育の授業の工夫】

- ・クリたく準備運動の継続（これまで行ってきた、体育時間のクリたく準備運動を継続して行う。）
- ・ビートランニング（1～6年を通して、体育の授業の最初に音楽に合わせたランニングを行う。）

【朝会・集会、休み時間等の体育活動の工夫】

- ・全校で休み時間遊ぶ日の設定
休み時間に必ず遊びをする時間をつくる。教員も率先して遊ぶことで様々な遊びに触れる機会をつくる。
- ・クリたくモーニング
朝遊びの時間を確保し、クラスごとに遊ぶ時間をつくる。体力の向上だけではなく、主体性や協働性を高めることができる。
- ・持久走記録会
年に一度持久走記録会を行う。練習期間定め、休み時間に7分程度走る時間を設ける。
- ・大縄集会
全学年で3分間の大縄を飛ぶ回数を競う集会。目標回数を決めクラスごとに取り組む。
- ・運動集会
運動委員（児童）による運動を紹介する活動。動きのコツや遊び方などを紹介する。
- ・クリたく Tuesday（全校児童）
全校朝会後の時間を使って、10分間教員が前に立ち様々な運動を全校児童で行う。

5 生活習慣・食育について

I 生活習慣

(1) 富士見小学校の児童の実態

平成 29 年度東京都児童・生徒体力・運動能力、生活運動習慣等調査結果から、平均睡眠時間を 8 時間以上確保できている児童が、4～6 年生では全国平均を下回っている。1～3 年生までは、6 時間以下の睡眠と答えた児童が 0%であるのに対し、4～6 年生では、10%に近い割合になっている。4 年生男子に至っては、17%にものぼる。また、運動に関しても同様に、一日の運動時間を 30 分未満としているのは、高学年で 30%を超えている。こういった生活習慣の問題は身体症状と密接に関連していると考えられている。

(2) 目標と取組内容

○ 目標

具体的に体力テストの数値目標を設定して、目標値達成のため具体的な取り組みを実施している。生活習慣という視点で考えると、運動を楽しむ安全に習慣化することが目標となる。このことから、自分の生活を振り返り、問題点に気づき、生活を改善する意欲をもてるようになることを目標とする。

○ 取組内容

【各学年の取組】

体育の授業において、年間を通して持久走や柔軟運動などを取り入れ、柔軟性・持久力を向上させる取り組みを行う。

【保健だよりの充実】

健康にかかわる知識を得ることにより、生活の改善への意欲が高まることから、保健だより等により

- ・「生活リズムを整えよう」
- ・「夏を健康に過ごそう」
- ・「目を大切にしよう」～IT 眼症とは～
- ・「姿勢を正しくしよう」

といったテーマで記事を掲載し、生活習慣の改善を呼びかける。

【家庭や地域との連携】

保護者に対しては、学校保健委員会を通じて講演会を開催する。昨年度の実績として第一回学校保健委員会で、色覚について校医の先生からお話をいただいた。また、第二回学校保健委員会では、企業に依頼し、おなか元気教室を開催した。

【その他の取組】

- ・健康委員会による発表
- ・保健室前のポスターによる呼びかけ
- ・保健だより
- ・発育測定時の養護教諭からの指導

Ⅱ 食育

(1) 富士見小学校の児童の実態

食に関する指導の全体計画および年間指導計画（別紙にて掲載）に基づき、各学年の発達段階に応じて各教科及び領域で食に関する取組を行っている。

これらの学習を通して、食べることと健康のつながりや、栄養と働きについて理解している児童は多い。しかし、給食の様子を見ていると、食べ慣れない料理や苦手な食材を残したり、時間内に食べられず残してしまったりする児童もいる。クラスの食べ残しがゼロであっても個々に見ると盛り付け量が極端に少ない児童や、一部の料理をはじめから減らしてしまう児童がいる。

家庭での食生活では、平成 29 年度東京都児童・生徒体力・運動能力、生活運動習慣等調査結果より朝ご飯を食べている児童は都の平均より高い。しかし、食事内容を見てみると、朝ご飯の内容がパンだけ、ジュースだけ、と単品食べる児童も多く見受けられ、ただ何か食べればいいのではなく内容について見直す必要がある。

(2) 目標と取組内容

【各学年で取り組む食育】

本校では「本物体験」をテーマに食育の取組を行っている。健康・食育・体力向上プランも活用し、各学年の児童の実態に合わせ計画的に食育を行っている。授業で取り組んだ内容を給食と連携させることを大切にしている。

1年生：グリーンピースを観察しよう

4年生：わかめ教室（理研の出前授業）

6年生：アスリートの食事

【給食関係】

ランチルーム給食、青空給食（お弁当給食）、なかよし班（縦割り班）給食、お誕生日給食などを行っている。また、6月には読書月間に絵本に出てくる料理を給食で提供したり、5年生が昨年度の総合的な学習の時間に考えた給食の献立を再現したりした。東京都産の食材も積極的に取り入れている。

準備時間を短くして十分に食べる時間がとれるように全教職員が協力して取り組んでいる。十分に余裕をもって食べられるので、担任の先生が「おかわり」の呼びかけをすると配り残った料理も給食時間内に残さず食べることができている。

【家庭や地域との連携】

試食会や学校保健委員会で食に関する話をした。1年間で食べる食事回数と給食回数を比較すると、給食の回数は約6分の1であることを伝えた。給食として食べる6分の1が残りの6分の5の食事につながるように取り組んでいることや、児童の給食中の様子、地産地消などについて話をした。

【食育だよりの充実】

今月の給食目標を伝えたり、家庭に給食や食育の取組の様子を紹介したりするために食育だよりを活用している。今月の目標については児童用の食育だよりを作成し、学級活動などで担任の先生が活用しやすいように工夫している。家庭用の食育だよりは、児童の様子や保護者の方からリクエストのあったレシピを紹介したり、掲示物を紹介したりしている。また、各学年の食育の取組の後には、ワークシートの感想部分を紹介し、家庭での様子を教えていただけるように返信欄を設けた食育だよりを作成している。

【校内環境の整備】

献立に関する掲示物の他に、給食で使用するじゃこの中から見つかった小さな海の生き物（タツノオトシゴ、いか、えびなど）の紹介、いろいろな豆の標本などを作製した。

4 運動面について

(1) お茶の水小学校の児童の実態

【日常生活・体育授業から見る児童の実態】

- ・特に低学年児童に運動に意欲的に取り組む児童が多い。
- ・学年が上がるにしたがって、運動に対する意欲や体力の二極化、低下傾向がある。
- ・外遊びを好む児童は多いが、遊びの内容が固定化されており、幅広い運動遊びに親しんでいるとは言い難い。

【体力・運動能力、運動習慣等調査結果から見る児童の実態】

- ・握力が強い。(全学年)
- ・50m走が速い。(2年男子、3年女子、4年、6年)
- ・女子の投げる力が低い。(全学年)
- ・男女ともに敏捷性が低い。(5年、4年、3年)
- ・学年が上がるにしたがって、持久性に課題が見られるようになる。(6年男子、5年)

(2) 目標と取組内容

○ 目標

- ・「楽しい」「できる」「わかる」「かかわり合う」体育授業を展開することによって、児童の運動有能感を高め、運動好きの児童を育てる。
- ・体育授業の工夫、運動時間を確保する工夫などによって、全学年の敏捷性(反復横跳び)、女子の投げる力(ソフトボール投げ)、高学年の持久性(20mシャトルラン)の数値を全国平均程度に向上させる。

○ 取組内容

【体育・保健体育の授業の工夫】

- ・お茶Tタイム(準備運動、主運動につながる運動)の工夫について、資料を基に全教員で共通理解し、取り組むようにする。〈例〉ボール投げサーキット、ジャンピングタッチ等
- ・体づくり運動領域において、「体づくり運動年間計画」「単元計画モデル」を活用し、体育授業の充実を図る。

【休み時間・放課後等の体育的活動の工夫】

- ・体育朝会を充実させ、集団行動や運動技能を身に付けるとともに多様な運動感覚を養う。(集団行動、かえる倒立、前屈、ラジオ体操、長なわや短なわを用いた運動、体力テストの取り組み方等)
- ・お茶の水スポーツタイムとして、昼休みを活用し、様々な運動遊びを経験させることで、日常の遊びの幅を広げる。〈例〉宝運び鬼、パタパタファイト、忍者ランド等

【家庭・地域と連携した取組の工夫】

- ・全校共通の運動カード「お茶の子ぐんぐんカード」を作成し、長期休業中の家庭での実践を促す。〈例〉前屈、上体おこし、V字バランス、ブリッジ、かえる倒立等
- ・地域の人材を活用した体育授業や体育的行事を行う。

5 生活習慣・食育について

I 生活習慣

(1) お茶の水小学校の児童の実態

【日常生活、保健室への来室からみられる児童の実態】

① 睡眠について

- ・睡眠不足の影響と思われる体調不良や午後授業中の居眠りが見られる。
- ・学年が上がるごとに習い事等による睡眠時間確保困難な状況が見られる。
- ・知識はあるが、実践は伴わない。

(本人・保護者が本当に睡眠時間の確保が重要であるという認識が足りない。)

- ・保護者の就労時間の影響による夜更かしが見られる。
- ・休日の過ごし方が影響した睡眠不足による学校生活への影響がある。

② その他生活習慣全般について

- ・外遊びなど児童が自由に遊べる時間と空間の確保の難しさがある。
- ・スマートフォン、ゲーム機を長時間利用する傾向が見られる。
- ・入浴や身だしなみ等、身体の衛生が毎日整えられない児童がいる。
- ・バランスの良い食事や手作りの食事が十分でない家庭がある。

(2) 目標と取組内容

○ 目標

- ・望ましい生活習慣を確立しようとする意識を児童自身がもち、実践できる。

○ 取組内容

【保健指導での工夫】

- ・本校では、毎月1回15分程度の保健指導の時間が確保されている。平成29年度はその時間を利用し、全学年の児童へ睡眠時間の調査を行った。調査結果からは、休日は遅寝、遅起きというような休日の生活リズムが大幅に変化し、学年が上がるにつれて夜更かしの割合が増加している実態が分かった。そこで、休日の過ごし方、必要な睡眠時間、睡眠の重要性について保健指導を実施し、保健だよりで実態調査の統計結果を示し、生活リズムを整えようと意識できるようにする。また、3年生以上の体育科、保健学習との関連を図り、指導の効果を高める。

【マナーの日等を活用した食育活動との連携】

- ・本校では、月に1回食育の取組として、給食時間中、保健給食委員会によるマナーの日がある。この時間、食事のマナーについては勿論であるが、感染症対策などに関係した手洗いなどの衛生指導、好き嫌いなく食べる食習慣の大切さ、健康であるためには食習慣だけでなく、運動や睡眠が大切であることなども盛り込んだ内容を指導内容に取り入れる。

【家庭への啓発・連携】

- ・保健指導の内容を保健だよりに掲載したり、保健指導で使用するワークシートを家庭へ持ち帰ったりすることを通して、家庭でも話題にできるようにする。
- ・保護者から「家での指導が困難であり、生活習慣を整えるように子供に養護教諭から話してほしい」と相談があったケースに対しては、児童を呼んで分かりやすく個別指導を行う。

Ⅱ 食育

(1) お茶の水小学校の児童の実態

- ・多くの児童が食に関心を持ち、食生活の大切さを理解している。
- ・食に関する知識が豊富である。
- ・食に関する知識や関心が日常生活での実践に結びついている児童は少ない。
- ・偏食や食事のマナーでは改善が求められる。
- ・指導後には、きちんと意識した行動ができる。
- ・食育推進のための校内体制を整え、家庭への働きかけと共に、継続した指導が必要である。

(2) 目標と取組内容

○ 目標

- ・毎日バランスのとれた朝ごはんを食べることの大切さを知り、実践することができる。
- ・健康な体、豊かな心をつくるために、よりよい食生活を実践することができる。
- ・正しい食事のマナーを身に付け、みんなで楽しく食事をするすることができる。

○ 取組内容

【委員会活動を通した食育の取組】

- ・毎日の給食時間に、その日の給食の献立や食材、栄養等について放送で紹介する。
- ・毎月1回「マナーの日」を設ける。給食時間に各クラスで、紙芝居やクイズをする。
〈例〉アレルギーについて知ろう、よくかんで食べよう、手洗いをしっかりしよう等
- ・每学期「食育朝会」を実施する。テーマは、児童の様子から必要な内容を選択し、給食時間の充実を図る。
〈例〉給食の食べ方を考えよう、残さず食べよう、冬を元気に過ごそう等

【食への関心を高める取組】

- ・給食で使用する旬の食材について学び、実際に触れる機会をもつ。
〈例〉第1学年グリーンピースのさやむき・第2学年とうもろこしの皮むき
- ・食材や調理方法について知り、調理を体験することで生活に生かせる力を育てる。
〈例〉食育向上プランにおける親子料理教室の実施（第2学年さつまいもの4色トリュフ・第3学年ロシア料理ビネグレット・第5学年孀恋じゃがいものおやき）

【家庭・地域と連携した取組】

- ・給食だよりやホームページ、給食試食会、給食運営協議会において、給食や食育の取組について情報を発信することで、家庭に食育の啓発を行う。
- ・地域の方を招き会食をすることで、食事のマナーに気を付け、楽しく会食する大切さを学ぶ。
〈例〉ふれあい給食の実施（第2、4学年祖父母・第3学年町会長、シルバーボランティア・第5学年高齢者センター）

4 運動面について

(1) 千代田小学校の児童の実態

【日常生活・体育授業から見る児童の実態】

- ・外遊びを好む児童は多いが、遊びの内容が固定化されており、幅広い運動に親しんでいるとは言い難い。低学年は遊具での遊びや鬼遊び、中・高学年ではバスケットボールやベースボール型ゲームが中心になっている。
- ・中学年、高学年になるにしたがって、教室や図書コーナーで過ごす児童が多くなる。
- ・体育の授業では、意欲的に取り組む児童が多い。特に、低学年は運動に意欲的に取り組む児童が多い。反面、高学年では苦手意識をもつ児童がやや増加する傾向にある。

【体力・運動能力、運動習慣等調査から見る児童の実態】

- ・全国平均と比較すると、握力・ソフトボール投げは男女ともに高い結果であった。一方、低い傾向にあったのは、20mシャトルラン・上体起こしであった。
- ・学年ごとに結果を見ると、学年が上がるにつれて全国平均を下回る種目が増加していた。

(2) 目標と取組内容

○ 目標

- ・「楽しい」「できる」「わかる」体育学習を展開することによって、児童の運動有能感を高め、運動好きの児童を育てる。
- ・体育の授業づくりの工夫や体育朝会など充実させることにより、運動の機会を確保し、多様な動きを経験させる。体力・運動能力調査の数値を全国平均程度に向上させる。

○ 取組内容

【体育の授業の工夫】

- ・年間指導計画の見直しをしながら、低学年では多様な動きを経験させることを重視する。
- ・体づくり運動領域において、「体づくり運動年間計画」「単元計画モデル」を活用し、体育授業の充実を図る。

【休み時間・放課後等の体育的活動の工夫】

- ・体育朝会を充実させ、集団行動や体育的技能を身に付けるとともに多様な運動感覚を養う。
- ・体力向上週間を設定し、20分休みを活用して様々な運動に触れ、自己の体力への気付きや体力の向上を目指す。

【家庭・地域と連携した取組の工夫】

- ・地域にある企業である大塚製薬との健康増進に関する協定の締結を行い、「熱中症対策」等の出前授業を実施する。

【特色ある学校の取組】

- ・学校保健委員会で講師を招き、専門的な指導を受ける。
- ・オリンピック・パラリンピアンとの交流を通じて、スポーツへの関心を高める。
シンクロナイズドスイミング、車いすバスケットなど
- ・サッカーやバレーボールの選手を招き、連携プレーによる攻撃や守備の仕方を学び、基本的な技能の向上と運動への興味・関心を高める。
- ・国際陸上競技連盟認定コーチ（陸上選手）との触れ合いを通して、走・跳・投を中心とした運動に関する基礎基本を学ぶ。

5 生活習慣・食育について

I 生活習慣

(1) 千代田小学校の児童の実態

生活・運動習慣等調査結果から、毎日運動をする習慣が付いている児童は、男子児童はどの学年でも半数以上おり、女子児童はほとんどの学年で3分の1程度である。1日の運動時間としては、30分から1時間程度体を動かしている児童が多い。

朝食については、どの学年でもほぼ全員の児童が毎日食べている。しかし、中学年以降では1割程度の児童が、朝食を時々抜いてしまうことがあるという結果であった。

1日の睡眠時間は、学年により大きなばらつきが見られた。1年生では、8割以上の児童が8時間以上の睡眠をとっているが、学年が上がるにつれて8時間以上の睡眠をとる児童は減少していき、6年生では4割程度である。3年生以上では、6～8時間の睡眠時間が一番多く、半数程度いた。中には、6時間未満と答えた児童も数名見られた。就寝時刻については、差があるものの7割以上の児童が毎日ほぼ決まった時刻であると答えていた。

(2) 目標と取組内容

○ 目標

健康な生活を営むのに必要な事柄を理解させ、望ましい健康行動を自分で意思決定でき、実践する態度や習慣を養う。

○ 取組内容

【保健だより】

- ・学級活動や家庭との連携を深めるためによりよい健康情報を集めて精選し、健康生活の改善に役立つよう情報を発信する。

【生活リズムの確立】

- ・千代田区保健所の方を招いて低学年を対象に歯みがき指導をし、歯みがきの習慣化・健康な口腔の大切さを学ばせる。また、夏季休業日に合わせて歯みがきカレンダーを配布し、歯みがきを継続することへの意識を高める。
- ・低学年を対象に排便指導を行い、生活リズムを確立することで、体調を良好に保つことにつながることを指導する。

【学校保健委員会】

- ・保護者に対して様々なテーマで講演会を開催し、児童の成長と健康について一緒に考える機会とする。

【保健学習】

- ・第3学年「1日の生活の仕方」1日の生活リズムを整えるとともに、食事・運動・休養および睡眠が大切であることを学習する。
- ・第6学年「生活習慣病の予防」生活習慣が関わる病気の予防については、偏った食事を避けたり、口腔の健康を保ったりするなど、健康により生活習慣を身に付けることが大切であることを学習する。

Ⅱ 食育

(1) 千代田小学校の児童の実態

給食の様子を見ると、入学当初は苦手な食材を残す児童が見られるが、給食を通して徐々に慣れていく様子が見られる。学校全体での残菜率は2%を下回っており、特に和食の献立の日は残菜率0%ということも少なくない。

しかし、個々の児童について詳細に見てみると、食べ慣れない料理や苦手な食材を残したり、時間内に食べられず残してしまったりする児童もいる。また、学級の食べ残しがゼロであっても個々に見ると盛り付け量が極端に少ない児童や、一部の料理を始めから減らしてしまう児童がいる。

家庭での食生活では、生活・運動習慣等調査結果を見ると、朝食については食べないという児童はいないが、ときどき抜いてしまう児童が2年生以上の学年で数名見られた。また、食事内容について聞いてみると、パンだけであったり、自分一人だけで食べたりしている児童が見られた。

(2) 目標と取組内容

○ 目標

- ・食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。
- ・心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。
- ・正しい知識・情報に基づいて、食物の品質及び安全性等について自ら判断できる能力を身に付ける。
- ・食物を大事にし、食物の生産等に関わる人々への感謝する心をはぐくむ。
- ・食生活のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付ける。
- ・各地域の産物、食文化や食にかかわる歴史等を理解し、尊重する心をもつ。

○ 取組内容

【栄養士による献立の工夫】

- ・東京の地場産物、全国各地・海外の料理を取り入れ、給食や食材への関心を高めたり、多様な食材に触れさせたりする。
- ・噛むことを意識するように、月に2～3回は「噛み噛み献立」を設定する。
- ・家庭ではあまり食べないような食材を意図的に使い、多様な食材に慣れさせる。

【地域企業との連携】

- ・地域にある大塚製薬の方を講師に招いて「食育セミナー」を開催する。

【咀嚼指導】

- ・日本大学歯学部附属歯科衛生専門学校の方を招き、4年生を対象によく噛んで食べることの効果や役割について学ぶ。

【食育の授業】

- | | |
|-------------------------|-----------------|
| ・3年 キッコーマンによる「大豆」の学習 | 4年 「牛乳」 |
| 5年 「ニジマス」、大塚製薬による食育セミナー | 6年 味の素の栄養士による授業 |

昌平小学校

4 運動面について

(1) 昌平小学校の児童の実態

【日常生活・体育授業から見る児童の実態】

- ・休み時間は屋上校庭や学校隣接の芳林公園、体育館で遊ぶ児童が多い。屋上校庭は天候の影響を受けずに使用できるため、ほぼ毎日体を動かすことができる環境にある。
- ・体育の授業に、意欲的に取り組む児童が多い。授業で学習した内容を、休み時間に実践する児童も目立っている。
- ・屋上校庭は面積が大きいいため、ボールを思い切り投げる運動をしにくいいため、投力が育ちにくく課題を残している。

【体力・運動能力、運動習慣等調査から見る児童の実態】

- ・全国平均と比較すると男女ともに、上体起こし・長座体前屈・シャトルランは低い傾向にある。
- ・男子は、反復横跳びとソフトボール投げが高く、握力が低い傾向がある。
- ・女子は、握力が高く、反復横跳び、ソフトボール投げが低い傾向がある。
- ・体力合計点は、男女とも全国平均を上回っている。

(2) 目標と取組内容

○ 目標

- ・健康・体力を保持・増進する資質や能力を高めるために、保護者を含めた健康教育を推進する。また、充実した施設・設備を活用して運動の楽しさを味わわせ、日常化を図り、児童の体力向上を推進する。
- ・スポーツテストを年2回実施し低い項目の改善への取組を強化する。
- ・準備運動からサーキットトレーニングなどを取り入れ、短い時間に繰り返し取り組む。
- ・柔軟性を高めるため、準備運動や体づくり運動を重視する。

○ 取組内容

【体育の授業の工夫】

- ・年間指導計画の見直しを行い、投力を育成する種目を充実させる。
- ・体づくり運動を適宜取り入れることで柔軟性を高めるとともに、体育授業の充実を図る。
- ・水泳指導は、年間を見通した指導計画を立て、継続して温水プールを活用し、水泳指導を実施する。また、水泳指導は2学年合同で行い複数の教員による指導体制を整えとともに、外部講師を登用し能力級別の指導を充実させる。
- ・6月と12月に体力テストを実施し、結果を分析するとともに、都平均で下回る柔軟性などに重点を置きながら、体育科授業改善を行い実践する。

【休み時間・放課後等の体育的活動の工夫】

- ・体育朝会を充実させ、集団行動や体育的技能を身に付けるとともに、多様な運動感覚を養う。

【家庭・地域と連携した取り組みの工夫】

- ・地域の人材を活用して、ミニバスケットボール、剣道、野球、水泳等の指導を実践している。

【特色ある学校の取組】

- ・オリンピック、パラリンピック教育の一環として、児童が運動の楽しさを味わい、積極的に取り組む習慣をつけることができるよう、外部講師による専門的な指導を受ける。
- ・健康・体力を保持・増進するために、全校で計画的に運動に取り組む仕組みを毎学期設定する。

5 生活習慣・食育について

I 生活習慣

(1) 昌平小学校の児童の実態

健康的な生活を送るためには、食事、睡眠、運動の3つの要素を意識した生活習慣が大切であることを理解しているが実践に移すことができない児童が多い。

【食事】食に対する関心は高く、3食しっかりと食べている児童が多い。ただし、栄養のバランスを考えて食事をする意識は薄く、炭水化物のみ、飲料のみといった食事をしている児童が多い。

【睡眠】就寝時間は学年段階が上がるほど高くなる傾向にある。就寝時間が十分に取れずに学校生活に支障がでる児童がいる。

最近では、低学年であってもゲームを夜遅くまで行っている児童がおり、就寝時間が足りない児童の低年齢化が進んでいる。

これらを踏まえて、本校では「早寝、早起き、朝ごはん」を生活習慣の基本ベースと捉え家庭とともに取り組んでいる。

(2) 目標と取組内容

【学校保健年間計画をもとにした保健指導】

本計画をもとに児童の健康に関する諸問題を円滑に解決し、健康生活の充実を図っていく。生活指導などとも連携し年間を通してうがい、手洗い、咳エチケットなどの習慣づけを行っている。

【養護教諭による保健指導】

- ・身体測定を年間4回実施し、児童が自らの身体について関心をもてるようにする。また身体測定の結果を健康的な生活を送ることができるためのめあてとして活用できるよう指導をおこなう。
- ・身体の健康について、風邪の予防、視力について、がん予防など多岐にわたる分野の話題を提示し、児童の健康に対する意識を高めていく。
- ・身体測定においては、1年間の伸びを健康カードに記入し健康を意識して生活することの大切さについて気付く活動を行っている。
- ・毎月「ほけんだより」を配布し児童および保護者に向けて体躯の成長、心の成長、感染症の予防などについての情報提供を行い、健康で安全な生活についての啓発を行う。

【学校保健委員会開催による地域・保護者と連携した保健活動】

- ・平成29年においては思春期における児童へのかかわり方などをテーマに講演を行った。身体の成長とともに心の成長を視野に児童の全人的な成長の大切さについての研究、協議を行った。

【歯科保健指導】

- ・日本大学歯学部附属歯科衛生専門学校の学生による歯科指導を年間1回4年生が行っている。かみ合わせなどについての指導を受けている。
- ・「よい歯の表彰」を本校学校歯科医はじめ千代田区歯科医師会と連携して行い、歯の健康について意識を高めている。

Ⅱ 食育

(1) 昌平小学校の児童の実態

【食育】

食に関する指導計画に基づき、各学年の発達段階に応じて各教科及び領域で食に関する取組を行っている。

指導計画は「体の健康」「心の育成」「社会性の涵養」「自己管理能力の育成」を目標に作成している。健康と深く関わる「食」については、低学年から栄養の働きやバランスを考えたり、野菜に親しんだりする取組を行っている。

児童は、これらの活動や学習を通して、食べることと健康のつながりを考えたり、栄養素とそれらの体内でのはたらきについて理解したりしている。しかし、学習内容を日常の中で意識し、自分の食生活に生かしているかという点では課題が残る。給食の様子をみると、苦手な食材や食べ慣れない料理を減らしたり、全体量が極端に少なかったりする児童もいる。また、朝食アンケートでは、食事をとっていても、炭水化物のみであったり野菜が少なかったりという様子も見られる。以上のことから、栄養についての理解を図ったり、食の大切さを実感させたりする中で、よりより食生活について考え実践していく態度を身に付けさせていくことが必要である。

(2) 目標と取組内容

○ 目標

本校の教育目標「健康な子」では、基本的な生活習慣を確立し、自らの健康や体力について自己管理する能力や態度を育成することとしている。

○ 取組内容

【栄養士による食に関する指導】

食材についての理解を深めたり、食についての興味をもたせたりするため、給食の配膳時に、メニューの紹介や食材についてのクイズを行っている。

【PTA 活動と連携した「食育」活動】

外部講師による出前授業を活用し、児童と保護者が一緒に、食について考えたり体験したりする時間を設ける。朝食の大切さや食材の栄養と体内での働き等を学ぶことで、児童の食に対する興味を高め、自らの健康を考えて自己管理する能力を高める。

【異学年、地域の方との会食】

- ・ふれあい給食・交流給食（第1学年と第6学年）
- ・たてわり班給食（第1～第6学年の異学年集団）
- ・新入生体験（第1学年と新入学予定者）

異学年、地域の方と会食をし、豊かな人間関係を育む中で、食に関する実践意欲を高める。

【よい歯の表彰・咀嚼指導】

歯に良い食べ物や間食の取り方、よく噛んで食べる事の大切さなどについて、全校児童が歯科校医の先生から学ぶ。第4学年の児童を対象に、専門学校の先生・学生による、食育を含めた咀嚼指導を行う。

4 運動面について

(1) 和泉小学校の児童の実態

【日常生活・体育授業から見る児童の実態】

- ・遊びが固定化されており、いつも同じ遊びを行っている。低学年は遊具での遊びや鬼遊び、中学年では一輪車やベースボール型ゲーム、高学年ではバスケットボールやベースボール型ゲームが中心になっている。
- ・外遊びに行かず、教室や図書コーナーで過ごす児童もいる。
- ・体育の授業では、意欲的に取り組む児童が多い。発達段階で体格が急に変化した児童や身体が大きい児童は、自らの体を支持することに課題がある。

【体力・運動能力、運動習慣等調査から見る児童の実態】

- ・全国平均と比較すると、女子は全学年において持久力(48.9)と投げる力(47.7)が低い。特に低学年の投げる力が低い。高いのは反復横跳びである。(52.0)
- ・全国平均と比較すると男子は学年によって弱い力が異なっているが、平均すると持久力が低い。(49.6) 高いのは反復横跳び(52.9)と握力(52.5)である。

(2) 目標と取組内容

○ 目標

- ・できた喜びや楽しさを実感することができるよう個別の声掛けを充実させ、児童の運動有能感を高めて自ら運動に親しむ能力を育成する。
- ・体育授業の工夫や運動タイム、体育朝会など充実させることにより、運動の機会を確保させ、多様な動きを経験させる。
- ・体力運動能力調査の全国平均を下回っている力を全国平均値程度に向上させる。

○ 取組内容

【体育の授業の工夫】

- ・年間指導計画の見直しをしながら、低学年では多様な動きを経験させることを重視する。
- ・水泳指導は2学年合同で行うことで、複数の教員による指導体制を整え、能力別級ごとに練習ができるようにする。

【休み時間・放課後等の体育的活動の工夫】

- ・月に一度、朝の時間を活用して全校で体育朝会を実施する。集団行動、ラジオ体操、ダンス発表会、リズム縄跳、綱引き、ボール運びなどの運動を取り入れることで、児童の運動経験を確保し、休み時間や体育の授業で運動に親しむための動機づけとなるようにする。
- ・週に一度、朝の時間を活用して2学年ごとに運動タイムを実施する。学期ごとに内容を決めてダンス、大縄、持久走などを取り入れることで、学期をとおして継続して運動に親しみ、体力向上へつなげていく。
- ・運動委員会による運動紹介を実施し、様々な運動遊びを経験させることで、運動遊びの多様化を目指す。

【家庭・地域と連携した取組の工夫】

- ・運動会で全校児童と保護者によるダンス「ジンギスカン」を実施することで、地域の方と身体を動かすことの楽しさを実感させる。

【特色ある学校の取組】

- ・プロ野球選手や陸上選手を講師に招き、実技の実習を行うことで、興味関心を高め、技術向上を目指す。

5 生活習慣・食育について

I 生活習慣

(1) 和泉小学校の児童の実態

長期休暇明け1週間実施している生活リズムチェックカード集計結果より

【食事】しっかり食べている児童が多い。朝食については欠食する児童がほとんどいない。

【睡眠】高学年の方が、就寝時間が遅い児童が多い。塾や習い事で就寝時間が遅くなる傾向がある。早く寝ている割合が高い学年は、早起きの割合も高い。個々の振り返りをみてみると23時～24時に寝るという児童も少なくない。

【歯磨き】夕食後の歯みがきよりも、朝食後の歯みがきに課題がある。朝、歯磨きをする時間が確保できていない児童や、朝食後の歯みがきの習慣が身に付いていない児童もいる。

【排便】1日のうち1回は排便している割合はどの学年も60%以上である。しかし、個々では3日連続で排便がない児童や1週間排便がないという便秘状態の児童もいる。

(2) 目標と取組内容

○ 目標

自分の心や体に関心を持ち、知識だけでなく健康に過ごすためにどうしたよいか実践し続ける児童を育てる。

○ 取組内容

【養護教諭による保健指導】

- ・発育測定で身長、体重に加えて足形プリンターを使用して足形をとり、5本の足指と土踏まざがうつっているかどうかを自ら確認できるようにする。
- ・保健室前と3階スペースに季節に合わせた掲示を行い、健康に対する意識を高めさせる。
- ・発育測定の測定前に10分間の保健指導を行う。学年の実態に応じてテーマを決め、発達段階に合わせた指導を行うことで、児童自ら実践しようとする気持ちを育てる。

〈例〉「眠りの秘密」「幸せホルモン」「腸内環境を整えよう」「うんちでできる健康チェック」

- ・学校保健委員会は講師を招いて様々なテーマで講演会を開催し、児童の健康について考える機会とする。〈例〉「足から考える子供の健康づくり」「心身共に健康でがんばる子供を育てるには」「けがをしにくい身体づくり」等

【委員会による活動】

- ・長期休みには、委員会で手作りした毎日の生活を振り返る健康カードを配布する。

〈例〉歯磨き、運動、排便

- ・手洗い週間を実施し、各階の手洗い場に泡石鹸を置いたり、手洗いの音楽を流したりする。
- ・給食時には、食後の歯磨きやうがいを促す放送をする。

【歯科保健指導】

- ・1年生で歯の赤染、4年生で咀嚼学習、5年生で全国はみがき大会参加など学校歯科医や日本大学歯学部との協力を得て歯科指導を行う。

Ⅱ 食育

(1) 和泉小学校の児童の実態

多くの児童が給食を楽しみにしている。しかし、偏食や食事マナーについて課題が見られる。どんなメニューになっても、野菜は食べないという極端な偏食の児童もいる。また、食器を持たなかったり、肘をついて食事をしたりする児童も多い。和食に比べて、洋食の残食率の方が低い。麺類の完食率は高く、人気のメニューである。生活リズムチェックカードの集計結果から、朝食を欠食する児童は少ないことが分かる。

(2) 目標と取組内容

○ 目標

児童の心身の健全な発達のために、バランスのとれた栄養豊かな食事を提供することにより、健康の保持増進と体力向上を図る。

正しい食事の摂り方や望ましい食習慣を身に付けさせ、会食の時間を通して好ましい人間関係を構築させる。

○ 取組内容

【授業による取組】

- ・生活科では、給食で使用する旬の食材について学び、その下処理を経験することで、実際に食材に触れ、関心を高める。

〈例〉1年生グリーンピースのさやむき、2年生とうもろこしの皮むき

【食に関する交流活動】

- ・1～3年生で、祖父母を招いてのふれあい給食を行い、楽しい雰囲気の中で共に会食し、心の交流を図るとともに、学校給食に対する理解を深めてもらう。
- ・就学前の園児を招いて交流給食を行い、交流を楽しむ。
- ・ふれあい給食や給食試食会を行う。学校給食に対する理解を深めてもらい、学校給食での工夫を家庭でも生かしてもらえよう働きかけ、学校と家庭が連携した食育を推進する。

【委員会による取組】

- ・給食時に献立を放送する際に、食材についての栄養や歴史、調理法などについて調べたものを放送する。また、よく噛んで残さず食べるように促す放送をする。

【栄養士による取組】

- ・週に1度、魚のメニューを出す。家庭で魚を食べる児童が少なく、抵抗や苦手意識のある児童も多いので、様々な種類の魚をいろいろな調理法と味付けで出すようにする。
- ・週に和食2日、洋食2日、中華1日とし、和洋中バランスよく出している。正しい箸の持ち方と食事マナーが身に着くように食具は基本的に箸とする。
- ・旬の食材を使用し、
- ・図書と連携し、本にでてくるメニューを給食に出す「コラボレーション給食」を実施し、本は図書コーナーに掲示する。
- ・世界友達プロジェクトにおける学習・交流対象の国・地域である、オーストラリア、ラトビア、エクアドル、リベリア、ヨルダンの料理を給食に出すことで、外国の食事に関心をもつ。

麴町中学校

4 運動面について

(1) 麴町中学校の生徒の実態

【日常生活・体育授業から見る生徒の実態】

- ・ 昼休みに校庭に出てボール遊びをしたり鬼ごっこをしたりして活発に身体を動かす生徒はいる。しかし全体的には図書室で読書をしたり教室内で友人とおしゃべりをしたりして過ごす生徒が多い。
- ・ 体育の授業では、ほとんどの生徒が意欲的に取り組む。特に球技は地道な練習でもゲームでも意欲的に取り組む生徒が多い。反面、少しの運動量でも「疲れた」と言いきつめの練習になると意欲が低下する生徒もいる。
- ・ 運動部に所属している生徒は放課後定期的にある程度まとまった運動量を確保することができている。しかし文化部や文化サークルに所属している生徒も多く、週3回の保健体育の授業でしか運動しないという生徒もたくさんいる。

【体力・運動能力、運動習慣等調査から見る生徒の実態】

- ・ 女子は全体的に全国平均より低い傾向にある。学年によって差があるが、特に長座体前屈・持久走・上体起こしが低い傾向にある。
- ・ 男子は全体的に全国平均より低い傾向にある。どの学年も持久走が低い傾向にある。

(2) 目標と取組内容

○ 目標

- ・ 運動の特性に触れ、楽しさや達成感を味わわせるとともに生涯にわたって運動に親しむ能力を育てる。
- ・ 体育の授業内容を工夫し、授業内での運動量を確保することにより、男女とも体力・運動能力調査の数値を全国平均程度に向上させる。
- ・ 様々な運動に触れることにより、多様な身体の動かし方を経験させる。

○ 取組内容

【体育の授業の工夫】

- ・ 3年間を見通した年間指導計画を立て、発達段階に応じた指導や前年度から次年度につながる指導ができるようにする。
- ・ 種目によってTTの授業形態を取り入れ、生徒の能力に応じた細かな指導ができるようにする。
- ・ 毎時間の授業に3分間走を取り入れることにより、持久力をつける。
- ・ 毎時間の授業にストレッチを取り入れることにより、柔軟性を高めていく。
- ・ 毎時間の授業にその種目に合わせた補強運動を行い、筋力・筋持久力を高めていく。
- ・ 外部指導員を招き専門的な指導を受けることにより、運動への興味・関心を高めていく。

【体育の授業以外の工夫】

- ・ 体育委員が、昼休みに外で身体を動かす機会を多くとるように全校生徒に呼び掛ける。
- ・ 運動部に外部指導員を積極的に導入し、専門的な指導の下、運動への意欲や技能を伸ばしていく。

5 生活習慣・食育について

I 生活習慣

(1) 麴町中学校の生徒の実態

生活習慣面における麴町中学校の生徒の実態は課題が多く見られる。塾や習い事で帰宅が遅く、慢性的に睡眠不足で体調を崩す生徒が多い。また、深夜まで SNS・動画サイト・ゲームなどを行う習慣がついてしまい、生活リズムを崩してしまう生徒もいる。生活リズムの乱れから登校状態が不安定になる生徒もいる。塾や習い事については、家庭の協力なくして生活習慣の改善が図れない。家庭の考え方、本人の志もあり、一長一短に解決する問題ではない。

食生活についても、朝食を食べずに登校する生徒が一定数いる。「食べると気持ち悪くなる」「食べる気がしない」「用意されていない」など、個々に理由がある。

全般に生活習慣が自身の健康に与える影響を重要視できない生徒が多く、影響が出てから改めて考える傾向がある。

(2) 目標と取組内容

麴町中学校の学校保健目標は、「自らの健康と安全を保持増進する力を養う」「命を大切に育てる」である。具体的には、自分で自分の健康や安全を守るための知識や行動力を身につけさせるとともに、自分の命も他者の命も大切にできる生徒を育てることを目標としている。このことは、年度当初に全校生徒に伝え、自らの健康増進のために、「基本的生活習慣の定着」「栄養・運動・休養（健康三原則）」が大切であること、そして、現在の生活習慣が生涯の健康の礎になることを指導している。

生活習慣については保護者の協力が不可欠なため、年 1 回開かれる学校保健委員会で、保護者に対しても生徒の実態やその課題について知ってもらい、協議する機会をもっている。

このほか、個別の対応として、課題のある生徒への健康相談は日常的に行っている。

生活習慣の乱れが心の健康を損なうことを題材としたアニメーションをもとに東京大学医学部の協力を得て集団指導を行うなどの取組も行ってきた。

知識として理解させることができて、行動変容に結びつける難しさがあるが、日常的なかかわりの中で日々指導を行っている。

Ⅱ 食育

(1) 麴町中学校の生徒の実態

給食の様子を見ると、入学当初は残菜が多く見られる。理由として、配膳に慣れておらず盛り付け量が少ない、配膳に時間がかかり時間内に食べきれない生徒がいる、味付けに慣れていない（嗜好に偏りがある）などが考えられる。しかし、学校全体の残菜率は10%を下回っており、給食を通して徐々に慣れていく様子が見られる。特に生徒に人気のメニュー（肉のメニュー、ミートソース、カレーライスなど）の日は残菜率0%の日も少なくない。

個々を見ると、食べ慣れない料理や苦手な食材を残す生徒だけでなく、食べる前から減らす、全く食べようとしない生徒もいる。また、極端に盛り付け量が少ない生徒もいる。

(2) 目標と取組内容

○ 目標

「自分で考えて食べる」ことができるように、自分で健康を考え、食品を選ぶ力を身に付ける。

学校給食法 第一章・第二条を軸に、本校の実態に合わせた取組を行っていく。

- ・適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。
- ・日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。
- ・学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。
- ・食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。
- ・食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。
- ・我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。
- ・食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。

○ 取組内容

① 栄養士による献立の工夫

- ・週に3～4回、生活習慣病予防の観点から主食を米にしている。さらに、不足しがちな食物繊維を摂取する目的で、麦を混ぜた麦ごはんを提供している。その際、胃腸の働きを助けることなど、提供の目的を伝えている。
- ・東京の地場産物、旬の食材、全国各地の郷土料理をメニューに取り入れ、食への関心や興味をもたせている。ほかに、家庭ではあまり食べないような食材・料理を提供し、生涯にわたって豊かな食生活を営めるようにする。
- ・月1回発行している給食だよりで食に関する知識を増やすだけでなく、その日の給食についての関心が高まるように、毎食の献立一言メモを配布している。

② 委員会の活動・外部講師の活用

- ・食への関心が高まるように、その日の献立について、給食時に放送を活用して紹介している。
- ・安全に給食が食べられるように、配膳時の給食当番へのサポート、各生徒への呼びかけ、給食着・テーブルクロスを管理を日々行っている。
- ・年に3回程度、プロの調理師による調理実習を行い、食への関心を高めている。

神田一橋中学校

4 運動面について

(1) 神田一橋中学校の生徒の実態

全国的に、子どもの体力が低下傾向にあることや、運動に興味をもち活発に運動する子どもと、そうでない子どもの二極化等の指摘がある。そんな中で本校の生徒も例外ではない。

他に、生徒が運動にかかわる機会として、その環境や時間、仲間など必要なものの条件がそろいにくいところも本校にはある。

【日常生活における実態】

本校の生徒の生活で運動できる時間は昼休みである。そして、グラウンドは生徒が体を動かすのに、十分な広さを持っていない。生徒の昼休みの活動可能なものとしては、バレーボールを使っている運動が中心となる。

男子はボールをぶつけ合う、ドッジボールが多く、女子は円陣を組んでのパスをしているケースがある。

【部活動における実態】

本校には5つの運動部があり、在籍247名中、122名が所属している。活動日は1週間に3～5日間である。しかし、塾や校内の活動などですべての生徒が常に活動できているわけではない。3年生においては、ほとんどの団体が夏の選手権大会で敗退すると引退となる。

【体育授業における実態】

大体の生徒が積極的に参加するが、一部の生徒はそうでない場合がある。また、その単位によって生徒の興味、関心も変わる。本校生徒には球技が人気である。

(2) 目標と取組内容

○ 目標

- ・各取組において全国平均値に近づける。
- ・持久走の取り組みでは平均、男子を390, 0秒、女子を300, 0秒とした。
- ・ボール投げでは平均男子23m、女子13mとした。
- ・「運動のコツ」や「体の動かし方」などの運動の基本となる動きを生徒に伝えることに力点を置く。

○ 取組内容

<持久走>

- ・体育授業の補助運動で750mを目安にできる限り毎時間走らせる。
- ・750mの距離のタイムトライアルを行い、スピードの意識も持たせる。

<ボール投げ>

- ・補助具（ボールではない）を使用してスローイング、遠投の練習をさせる。
- ・体育授業の中で補助運動、トレーニングを行わせる。

5 生活習慣・食育について

I 生活習慣

(1) 神田一橋中学校の生徒の実態

本来中学生は8時間以上の睡眠をとることが望ましいとされているが、本校で平成29年に行った調査では、8時間以上の睡眠を毎日確保できているのは全体の17.9%にすぎない。また健全な発達発育と健康の保持に不可欠な運動については全体の25.4%が1日の運動時間を30分未満としている。

日常の生徒の様子を見ると、慢性的な疲労感や頭痛、腹痛、肩こりなどの体調不良を訴える生徒が多い。とくに「眠れない」という訴えは全学年に見られ、ときに医師による診察・治療を必要とするケースもみられる。睡眠・運動といった生活習慣の乱れの影響があると考えられる。

(2) 目標と取組内容

○ 目標

- ・自分の健康状態と生活習慣について問題点を見つけ、解決したいという意欲を持つ。
- ・自分の健康状態と生活習慣に関する問題を解決するのに必要な知識を習得し、実践する。
- ・実践を振り返り、よりよい行動にしていく。さらに生涯にわたって自らの行動と健康保持の相互作用を意識する姿勢を持つ。

○ 取組内容

・生徒保健委員会による生活習慣調査

生徒保健委員会では生徒を対象に睡眠などの生活習慣に関する調査を行い、生徒の生活の様子を明らかにする。また、これらの結果を文化祭等にて発表し、生徒の睡眠や運動に対する関心を喚起する。

・保健だより等で睡眠や運動に関する知識を周知

・生徒保健委員会による健康講座の活用

毎年実施している健康講座において、運動をより快適に行うための方法として、熱中症予防や足の健康づくりをテーマにした取組を行う。

・学校保健委員会講演会など

学校保健委員会が主催して毎年開催している保護者向け講演会では、睡眠をテーマとし、最新の睡眠に関する研究について学び、家庭と協力して健康づくりへの関心を高め実践する体制を作る。

・エアロビクス教室

全校生徒を対象に、年3回エアロビクス教室を実施する。エアロビクスを通して体を動かすことを楽しみながら、運動が体に与える効果を体感する。とくにエアロビクスの動作とケガの予防や生活習慣病予防を関連付けて覚えることで、健康増進という視点からスポーツを体験する機会とする。

II 食育

(1) 神田一橋中学校の生徒の実態

今年度より、食に関する指導の全体計画および年間指導計画を作成し、各学年の教科・領域などで、カリキュラムに合わせ食に関する指導を行っている。

学校全体としては、朝食を毎日食べている人は全体の88%ほどであり、欠食が目立つ。

また、給食を楽しみにしている生徒は多いが、あまり食に対して食欲がない生徒が多いように感じられる。給食の様子を見ていても、一部の料理をはじめから取らない生徒がいたり、特定のものだけ残菜があつたりするなど、食べたいものを食べただけ食べる傾向がみられる。給食の時間も短く、準備に時間がかかってしまい、食べきれない生徒がいるクラスもある。

(2) 目標と取組内容

○ 目標

- ・自分の生活や将来の課題を見つけ、朝食を必ず摂るなど、望ましい食習慣を理解して、実践する力を身に付ける
- ・食文化や食品の生産・流通について理解を深め、食事を通して豊かな心と望ましい人間関係を構築できる
- ・食物の働きや栄養について理解し、献立・調理にも関心をもち、日常生活に生かしていくことができる

○ 取組内容

① 給食委員会・栄養士による給食時間を活用した食育の取組

・いただきますチャレンジ

給食の迅速な準備による、食事時間の確保のため、給食の準備が終わり、給食メモを読み、「いただきます」をした時間を記録し、ポイント制で各クラス競い、ポイントの少なかったクラスは朝礼で発表する。

・残菜ランキング

給食に興味関心をもたせ、残菜を減らすため、主食と副菜の残菜をタブレットPCで撮り、ランキングで発表する。

・モリモリ通信の朗読

生徒に、給食について興味を持たすため、栄養士が作成している、毎日の給食についてのおたより（モリモリ通信）を給食委員が読む。

② 第2学年 技術・家庭科（家庭分野）食事の計画

食事の役割を思い出させながら、栄養を考えて選ぶことなど、正しく献立を立てる必要性を理解させる。そして、生涯を健康に過ごしていくために、食生活の充実が大切であることを伝えながら、中学生として自立した食生活を営むために、計画的に食事を考えることのよさに気付かせる。

4 運動面について

(1) 九段中等教育学校の生徒の実態

【日常生活・体育授業から見る生徒の実態】

- ・体育の授業への取り組みは全体的によい。授業カードなどの書く作業への取組も良い。
- ・本年度より部活動への全員加入の校則が変わり、自由参加となったため体力の二極化がある。
- ・外遊び経験が少ないと思われる生徒が多い。

【体力・運動能力、運動習慣等調査結果から見る児童の実態】

- | | | |
|----------|-----------------|--------------|
| (全体) | ・ハンドボール投げの数値が低い | ・握力の数値が低い |
| | ・長座体前屈の数値は高い | ・立ち幅とびの数値が高い |
| (男女、学年別) | ・女子の持久走の数値が高い | |

(2) 目標と取組内容

○ 目標

- ・運動の大切さを学び、適切に取り組むことで体力を高め、心身の調和を図る。学年が上がるにつれて筋力、瞬発力、持久力、巧緻性を養う。
- ・運動における競争や協同の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の役割を果たすなどの意欲を高めていく。2, 3 年次になるにつれて自らの課題やグループの課題解決に向けた練習内容を考え、生徒主体のグループ学習として実践できる資質を養う。
- ・保健の学習においては心身の発達や欲求、ストレス、事故や怪我、さらには環境について幅広く学び、考える中で自らの健康についての理解を深め生活に生かしていく。

○ 取組内容

【保健体育の授業の工夫】

- ・年間指導計画に基づき、様々な種目を経験させる。
- ・単元ごとに学習カードを配布し、予習・復習や個人の振り返りをさせることで、単元をより深められるようにする。
- ・新体力テストの結果や持久走、水泳などの計測データを個人ファイルに保管させることで3 年次の記録の推移を比較できるようにする。
- ・毎年2月に行われるクロスカントリーレースでは男女約7 kmを走り、高校1 年次では至大荘行事（遠泳）で1 km以上の遠泳を行う。そのため、水泳と持久走の授業は1 年次より力を入れて継続的に取り組んでいる。
- ・ティームティーチングの体制をとり、きめ細やかな指導を行っている。

【放課後等の体育的活動の工夫】

- ・昼休みにグラウンド開放を行い、ボールなどの物品の貸し出しを行っている。
- ・部活動の強化部制度を設けており、生徒・保護者の同意のもと強化部指定された部活は平日、祝休日含め20 時までの活動が可能となっている。

【家庭・地域と連携した取組の工夫】

- ・特色ある体育的行事や皇居での長距離走、強化部の活動を含めて地域・保護者の理解や協力のもとで成り立っている。
- ・学校関連施設の行事や部活動での活用。（稲城市・千葉県勝浦市）

【特色ある学校の取り組み】

- ・体育祭、至大荘行事、クロスカントリーレースといった充実した体育的行事
- ・部活動の強化部制度

5 生活習慣・食育について

I 生活習慣

(1) 九段中等教育学校の生徒の実態

運動部の加入状況はどの学年でも半数を超えており、学年によっては7割を超えるところもある。平成29年度生活・運動習慣等調査結果をみると運動に毎日取り組んでいる生徒は、全体で6割近くである。朝食についてはどの学年も8割～9割は毎日摂っており中3男子においては100%という調査結果が出ている。東京都平均と比べても高い数値である。

1日の睡眠時間に関しては、6～8時間と回答した生徒がどの学年も6割以上で、その中でも多くは決まった時刻に寝ている。8時間以上の睡眠をとっている生徒の割合は東京都の平均より少ないが、決まった時刻に寝ている生徒の割合は平均より上回っている。

1日の学習時間は毎日1～2時間行っている生徒の割合が多く、日頃より宿題や課題が出ていることもあり自宅学習が何らかの形で行われていることがうかがえる。

上記の結果から、睡眠時間は都の平均より低いものの、決まった時刻に寝る、朝食をきちんと摂るなど規則的な生活スタイルが確立されている生徒が多いといえる。

(1) 目標と取組内容

○ 目標

部活動及び課外活動と家庭学習をきちんと両立させ、なおかつ規則正しい生活を実践するための資質を養う。

○ 取組内容

【「保健だより」「パワーアッププログラム」の実施】

行事や季節の変化などに応じて、よりよい健康情報を保護者向けに発信している。パワーアッププログラムでは歯磨き、熱中症対策など生徒自らが知り、実践できるような講習会を外部の講師を招く等して実施している。以前行った内容ではメンタルケアの内容について生徒向けの講習だけでなく保護者向けの講習も行い、思春期の心とのかかわり方についての情報提供を行った。

【学力推移調査の結果の活用】

学力推移調査を年数回行い、学力数値の結果と共に生活習慣のアンケート結果なども振り返らせる。

【手帳の活用】

前期課程では全生徒が統一の手帳を購入し、日常生活や家庭学習の記録、長期休業での過ごし方などを学級担任が手帳チェックを行うことで把握し、必要に応じて声かけを行い生活の改善につなげられるようアドバイスを行う。

【保健学習】

1年次に心身の発達と健康、2年次に健康と環境、傷害の防止、3年次に病気の予防といった内容で学習を進めていき自らの健康及びそれらを取り巻く環境や社会制度などについて知り、主体的に考えるような指導を行う。

適切な睡眠時間や怪我の防止なども触れ、応急処置の単位では心肺蘇生法の実習なども行い、知識だけでなく体験学習を入れることで教養の幅を広げる。

Ⅱ 食育

(1) 九段中等教育学校の生徒の実態

前ページにもあるように朝食をしっかり摂る生徒が多い。給食については学校全体で残菜率が2～20%と食材によって開きがある。中でも1年生の残菜率が高く、2年生の残菜率が低い。

各学級によって多少の違いはあるが、始めに配膳されたものから、量を食べられない生徒は先に減らし、その分残さず食べるといった方法をとっている。そのため好き嫌いがある生徒は極端に嫌いな食材を減らしたり、果物が嫌いな生徒などはそのまま食べずに戻したりといった様子が見られる。各担任で声かけをしてなるべく嫌いなものでも少しずつ食べるよう指導を進めている。生徒の給食委員会によってもこの好き嫌いを減らすような呼びかけや残菜を減らす取組は行われている。

(1) 目標と取組内容

○ 目標

- ・食事の大切さ、食事の楽しさを理解する。
- ・給食によって望ましい食習慣を育成する。
- ・食物や食材についての産地、栄養価といった知識を知り、食物の大切さや感謝の気持ちを育てる。
- ・食生活のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付ける。
- ・給食委員会など生徒が主体的に食について考え、啓発的な活動を行う。

○ 取組内容

【栄養士による献立の工夫】

- ・旬の食材を取り入れたり、国内・世界各地の料理を取り入れたりすることで、給食や食材の関心を高め、多様な食材に触れられるようにする。
- ・毎給食の際に献立とその日の目玉となる食材や料理についての解説を給食委員の生徒が読み聞かせ、食に対する興味関心を促す。

【家庭との連携】

- ・給食試食会を年間2回開催し、保護者へ本校の給食について知ってもらえる場とする。
- ・「食育だより」を毎月発行し、食育についての情報発信を行う。

【授業での取組】

- ・「家庭」「保健」の授業にて食事の内容や栄養の事について学ぶ。
- ・「家庭」においては1年次より、「あなたの家の得意料理を作る」や「一汁三菜の献立を作る」といった課題に取り組んでいる。3年次には給食献立を考え、自ら調理する課題を課しており、その中で選ばれたものが実際の給食献立となる、といった取組をしている。これにより学校給食がどのように考えられ、作られているかを知ることができる。また、下級生にとっても先輩の考案したメニューが給食に出てくることにより、より給食が身近なものに感じられる取組となっている。

【生徒の委員会活動の取組】

- ・毎給食の献立や解説(Lunch Menu)を給食前に読み聞かせる。また、下膳の挨拶の際、解説の内容からクイズを出し興味や関心を高める。
- ・給食の作法やルールについて決めた「給食憲法」を策定し、クラスに呼びかける活動を行っている。
- ・残菜ゼロに向けた取組を考え、実践する。

千代田区基礎体力向上プラン策定に関わった教員

平成30年度 体育健康教育推進委員会委員

○担当校長：千代田小学校長 浅岡 寿郎

○委員：	麹町小学校	井川 美幸	九段小学校	五十嵐 麻美
	番町小学校	岩渕 知香	富士見小学校	日野原 彰人
	富士見小学校	御子貝 牧子	お茶の水小学校	中畝 毅
	千代田小学校	白石 真也	昌平小学校	千藤 理恵
	和泉小学校	雨谷 葉月	麹町中学校	松島 亜矢
	神田一橋中学校	松山 保子	九段中等教育学校	山口 尚己

教育委員会行事予定表

※ ◎印は教育委員出席予定行事 / ○教育長出席予定行事

月	日	曜	時刻	場 所 等	行 事 (事 業 名)	備 考
6	12	火	15:00～ 10:30～ 14:00～ 18:30～	教育委員会室（子ども総務課） 「あい・ぼーと」麹町（児童・家庭支援センター） あい・ぼーと麹町 401会議室（子ども総務課）	教育委員会第10回定例会◎ 子育てサポート利用会員登録説明会 親子&キッズバレエ（3クラス） 青少年委員会第3回定例会	教育委員出席
	13	水	11:00～ 10:30～ 10:45～ 14:00～ 10:00～ 15:00～	あい・ぼーと麹町 西神田児童センター 四番町児童館 一番町児童館 四番町保育園 千代田幼稚園・小学校 体育館	読み聞かせ 0～2歳児保護者向けアロマ講座 よちよちタイム「親子ヨガ」 観劇会 マミーズ・ガーデン 平成30年度 保・幼・小合同研修会（第1回）◎	教育委員出席
	14	木	10:00～ 10:00～ 11:00～ 11:00～	西神田児童センター 麹町保育園 一番町児童館 あい・ぼーと麹町	親子の絆プログラム「ノーバディズ・パーフェクト」（第2回全6回） マザーズ・ドリーム よちよちタイム「ベビーマッサージ」 弾き語り読み聞かせ	
	15	金	10:30～ 11:00～ 11:00～ 15:30～	あい・ぼーと麹町 西神田児童センター 一番町児童館 教育相談室	おやこdeえいご 発達相談 なかよしタイム「親子リズム講座」 保育園園長・こども園副園長会	
	16	土	10:15～ 13:00～ 14:30～	一番町児童館 「あい・ぼーと」麹町 九段中等教育学校	ベビードダンス 千代田区子育て支援員研修 九段コスミック①	
	17	日	9:00～	神田児童館	日曜開放	
	18	月	10:00～ 10:30～ 11:40～ 13:00～	あい・ぼーと麹町 神田児童館 あい・ぼーと麹町 「あい・ぼーと」麹町	リトミック（2クラス） リラックスヨガ①第6回／全6回 コーラスタイム 千代田区子育て支援員研修	
	19	火	11:00～	西神田児童センター	よちよちタイム ベビーマッサージ	
	20	水	10:30～ 10:45～ 10:45～ 15:00～ 10:00～ 13:10～ 14:00～ 14:00～	あい・ぼーと麹町 神田児童館 四番町児童館 四番町児童館 四番町保育園 九段中等教育学校 教育相談室 神田児童館	おやこ工作クラス よちよちタイム「ベビーマッサージ」 よちよちタイム「あかちゃんの健康管理」 エコゲーム会 マミーズ・ガーデン セーフティ教室 保育園・こども園主任会 エコゲーム会	
	21	木	10:00～ 10:00～ 10:00～ 10:45～ 11:00～	京都・奈良（九段中等教育学校） 麹町保育園 西神田児童センター あい・ぼーと麹町 四番町児童館 一番町児童館	関西研修旅行（～23日まで） エブロンさん 親子の絆プログラム「ノーバディズ・パーフェクト」（第3回全6回） ふれあい体操 親子リトミック よちよちタイムふれあいうたあそび	
	22	金				
	23	土	10:00～ 18:30～	富士見わんぱくひろば メリーズ軽井沢（子ども総務課） 九段中等教育学校	学童親子スポーツ大会 青少年委員会管外研修・第4回定例会・部会（～24日）○ 天体観望会③	
	24	日	9:00～	西神田児童センター	日曜開放	
	25	月	10:00～	あい・ぼーと麹町	親子ヨガ	
	26	火	15:00～ 10:00～ 13:00～	教育委員会室（子ども総務課） あい・ぼーと麹町 「あい・ぼーと」麹町	教育委員会第11回定例会◎ おもちゃの病院 千代田区子育て支援員研修	教育委員出席

教育委員会行事予定表

※ ◎印は教育委員出席予定行事 / ○教育長出席予定行事

月	日	曜	時刻	場 所 等	行 事 (事 業 名)	備 考
6	27	水	11:00～ 10:00～ 10:45～ 13:10～ 14:00～	あい・ぼーと麹町 四番町保育園 四番町児童館 九段中等教育学校 あい・ぼーと麹町	読み聞かせ マミーズ・ガーデン 親子リズム セーフティ教室 親子&キッズバレエ(3クラス)	
	28	木	10:00～	西神田児童センター	親と子の絆プログラム「ノーバディズ・パーフェクト」(第4回全6回)	
	29	金	10:30～ 13:00～	あい・ぼーと麹町 九段中等教育学校 一番町児童館	おやこdeえいご 江戸っ子塾① よちよちタイム特別講座「ママ&ベビーヨガ」	
	30	土	11:00～ 10:00～ 10:30～	富士見小家庭科室 いすみこどもプラザ 西神田児童センター	親子ニコニコクッキング① あそびフェスタ 親子アロマ虫よけスプレー作り	
7	1	日	6:45～	木更津盤洲干潟(子ども総務課)	第2回ひがた探検隊	
	2	月	13:00～	「あい・ぼーと」麹町	千代田区子育て支援員研修	
	3	火	10:15～	西神田児童センター	よちよちタイム 親子体操	
	4	水	10:00～ 10:00～	四番町保育園 教育委員会室(子ども総務課)	マミーズ・ガーデン 校園長会	
	5	木	10:00～ 10:00～ 10:30～ 10:55～ 11:00～	麹町保育園 西神田児童センター 神田児童館 富士見わんぱくひろば 一番町児童館	マザーズ・ドリーム 親と子の絆プログラム「ノーバディズ・パーフェクト」(第5回全6回) 救命講習会 幼児クラブ「合同七夕会」 よちよちタイムふれあいうたあそび	
	6	金	13:30～ 13:00～	すみだトリフォニーホール(指導課) 一番町児童館 九段中等教育学校	音楽鑑賞教室(小6) よちよちタイム特別講座「ママ&ベビーヨガ」 江戸っ子塾②	
	7	土	9:00～ 10:30～	山梨県富士河口湖町西湖(指導課) 九段中等教育学校 西神田児童センター	リーダー養成スキルアップ宿泊(麹町中 ～9日まで) 学校説明会① 子育てまつり みんなおおきくなあれ～パート1アンパンマンショー	
	8	日				
	9	月	13:00～	九段中等教育学校 「あい・ぼーと」麹町	学校公開週間(～14日まで) 千代田区子育て支援員研修	
	10	火	15:00～	教育委員会室(子ども総務課)	教育委員会第12回定例会◎	教育委員出席
	11	水	10:00～ 11:00～ 14:00～	四番町保育園 あい・ぼーと麹町 教育相談室	マミーズ・ガーデン 読み聞かせ 保育園・こども園看護師会	
	12	木	10:30～ 10:00～	401・402会議室(子ども総務課) 西神田児童センター	青少年問題協議会○ 親と子の絆プログラム「ノーバディズ・パーフェクト」(第6回全6回)	
	13	金	11:00～ 15:30～	一番町児童館 教育相談室	なかよしタイムえんにちごっこ 保育園園長・こども園副園長会	
	14	土	18:30～	九段中等教育学校	天体観望会④	
	15	日				
	16	月				
	17	火	11:00～	西神田児童センター	よちよちタイム ベビーマッサージ	

「広報千代田」 6月20日号広報原稿一覧

子ども部・地域振興部（文化振興課、生涯学習・スポーツ課） 26件

課	件 名	事 業 の 概 略	と き	会 場	主 催 者
			開催日・ 開催期間	住所は区立施設以外のみ記入	区以外が主催のとき
1 子ども総務課	UNESCO世界遺産写真展 炭谷宇紀子&スターリイマン作品展&高雄敦子コンサート	世界遺産の①写真展示②朗読会③平和の尊さを伝えるためのコンサート	①7月9日(月)～11日(水)11時～17時②12時～12時30分③7月9日(月)12時40分～13時40分	区民ホール	千代田ユネスコ協会
2 子育て推進課	平成30年9月開設 私立認可保育所の開設説明会	保育所の開設説明会のお知らせ	7月28日(土) 10～12時、14～16時	二番町ちとせ保育園 (二番町7)	(福) ちとせ交友会
3 児童・家庭支援センター	子育てサポートが受けられる 利用会員登録説明会	自宅へ子育て・家族支援者を派遣し、 宿泊や病後児の保育なども行う、千代田 子育てサポート事業の利用会員登録説明会。	7月13日(金) 10時30分～11時30分	あい・ぽーと麴町	NPO法人 あい・ぽーとステーション
4 児童・家庭支援センター	子育てまつり 「みんなおおきなあれ パート1」	ちびっこプレイコーナー・ゲームコーナー・ 手作りコーナー・似顔絵コーナー等を行う。 また、「アンパンマンショー」2回公演も行う。	7月7日(土) 10時30分～14時	西神田児童センター	
5 児童・家庭支援センター	救命講座	子どもの命を救う心肺蘇生法を学ぶ	7月5日(木)10時30分～11時30分	神田児童館	
6 学務課	区立中学校の学校説明会・ 学校選択	区立中学校(①麴町中学校②神田一橋 中学校③九段中等教育学校)の学校説明会 の開催と学校選択申請書の郵送のお知らせ。	①7月14日(土)10時30分～②7月7日(土)9時～③9時～ほか	各中学校	

「広報千代田」 6月20日号広報原稿一覧

子ども部・地域振興部（文化振興課、生涯学習・スポーツ課） 26件

	課	件 名	事 業 の 概 略	と き	会 場	主 催 者
				開催日・ 開催期間	住所は区立施設以 外のみ記入	区以外が主催のとき
7	文化振興課	文化芸術の秋フェスティバル出演募集	文化芸術の秋フェスティバルの出演団体・作品出展者を募集する。	作品展＝6月20日(水)～8月31日(金)、その他＝6月20日(水)～7月13日(金)		
8	文化振興課	昼休みコンサート 幻想のうた～ヴァイオリンとピアノ～	昼休みに区民ホールでコンサートを開催します。	7月26日(木) 12時～13時	区民ホール	
9	文化振興課	サマーコンサート	気軽に音楽に触れることができるコンサート。小さい子どもも参加可。	7月1日(日) 13時30分～	日本教育会館一ツ橋 ホール(一ツ橋2-6-2)	千代田フィルハーモニー
10	文化振興課	千代田図書館 夏のわくわく 課外授業	専門分野の先生に学ぶ、学校とはひと味違った図書館での小学4～6年生向け課外授業。	7月28日(土)(仮)ほか調整中	千代田図書館子ども室 ほか	千代田図書館
11	文化振興課	柳宗悦と濱田庄司ー民藝を 生きる二人のダイアログ	柳宗悦と濱田庄司、二人の人生の交錯をたどり、民藝の原義を考える。	7月13日(金) 19時～20時30分	日比谷図書文化館	日比谷図書文化館
12	文化振興課	美しい日本歌曲コンサート	ピアノ伴奏による声楽コンサート	7月22日(日) 14時～	いきいきプラザ一番町	千代田シリアスミュージック TOKYO
13	文化振興課	ちよだ芸術祭2018オープニングオペラコンサート	国内外で受賞歴のあるオペラ歌手がオペラの名曲や名場面を演奏	7月14日(土) 14時～	ワテラスコモンホール	かんだ歌宴
14	文化振興課	夏休み伝統文化親子教室	能楽・茶道・三味線の体験教室	8月6日(月)～9月1日(土)	紫山会館 (六番町7-5)	伝統の橋がかり

「広報千代田」 6月20日号広報原稿一覧

子ども部・地域振興部（文化振興課、生涯学習・スポーツ課） 26件

	課	件 名	事 業 の 概 略	と き	会 場	主 催 者
				開催日・ 開催期間	住所は区立施設以 外のみ記入	区以外が主催のとき
15	生涯学習・ スポーツ課	卓球教室Ⅲ	15歳以上(中学生を除く)を対象に卓球教室を開催する(①入門・初心者クラス②中級者クラス)。	7月30日(月)～9月10日(月)の月曜 (8/13・20を除く) ①10時～12時②13時～15時	スポーツセンター	スポーツセンター
16	生涯学習・ スポーツ課	短期苦手克服教室～マット運動&とび箱～	幼児(年少から年長、未収園児を除く)、小学生を対象にマット運動、とび箱教室を開催する(①幼児クラス②小学生クラス)。	7月20日(金)、21日(土)①9時～10時20分②10時40分～12時	スポーツセンター	スポーツセンター
17	生涯学習・ スポーツ課	短期苦手克服教室～マット運動&鉄棒～	幼児(年少から年長、未収園児を除く)、小学生を対象にマット運動、鉄棒教室を開催する(①幼児クラス②小学生クラス)。	7月18日(水)、19日(木)①9時～10時20分②10時40分～12時	スポーツセンター	スポーツセンター
18	生涯学習・ スポーツ課	短期苦手克服 水泳教室	小学生を対象に水泳教室を開催する(①低学年クラス②高学年クラス)。	7月14日(土)、15日(日)①10時～10時50分②11時～12時	スポーツセンター	スポーツセンター
19	生涯学習・ スポーツ課	ジュニアテニス講習会	区内在学の小学4年生～6年生を対象にテニス講習会を開催する。	7月23日(月)～27日(金)(全5回) 10時～11時30分	外濠公園テニスコート	千代田区体育協会
20	生涯学習・ スポーツ課	千代田区オープン卓球大会	一般と年齢別の卓球大会を開催する。	8月11日(土・祝)9時～	スポーツセンター	千代田区体育協会
21	生涯学習・ スポーツ課	9月のスポーツ施設の利用申込み抽選(スポーツセンターのみ10月分)	スポーツ施設の9月分利用申込み・抽選日等を案内する。(スポーツセンターのみ10月分)			
22	生涯学習・ スポーツ課	区民自主企画運営講座 ALOHA!日本人とハワイ	知らされる楽園の歴史と文化をフラや語りを交えながら、テーマに沿って学ぶ。	8月2日、9日、16日、23日、9月6日いずれも木曜14時～16時(全5回)	九段生涯学習館	九段生涯学習館

「広報千代田」
6月20日号広報原稿一覧

子ども部・地域振興部（文化振興課、生涯学習・スポーツ課） 26件

課	件名	事業の概略	とき	会場	主催者	
			開催日・ 開催期間	住所は区立施設以 外のみ記入	区以外が主催のと き	
23	生涯学習・ スポーツ課	人材バンク活用講座ホスピ タリティ コミュニケーショ ン	気の利いた一言をプラスして、相手と より良い関係を築く対話術を習得す る。	8月8日、22日、9月5日いずれ も水曜19時～20時30分(全3 回)	九段生涯学 習館	九段生涯学 習館
24	生涯学習・ スポーツ課	ラジオ体操夏期講習会	区内在住、在勤者を対象にラジオ体操 夏期講習会を開催する。	7月14日(土)18時～	神田一橋中 学校体育館	千代田区体 育協会
25	生涯学習・ スポーツ課	納涼民踊の集い 民踊講習会	①靖国神社「みたまま祭り」の日程に 合わせ大村益次郎像近くにて盆踊りを 実施②区内在住・在勤者を対象に民踊 講習会を開催	①7月13日(金)～16日(月)18 時30分～20時30分②7月6日 (金)19時～	①靖国神社 ②九段生涯 学習館	千代田区 千代田区体 育協会
26	生涯学習・ スポーツ課	ちよだ生涯学習カレッジ第3 期生募集	10月から開催するちよだ生涯学習カ レッジ第3期生の入学者を募集する。 併せて、募集期間中に開催する入学説 明会を周知する。	就学期間＝10月～平成32年7 月、入学説明会＝7月14日 (土)14時～16時	九段生涯学 習館3階第1 学習室	千代田区 ちよだ生涯 学習カレッ ジ