

教育目標：豊かな心をもち、実践しようと努力する子
～かしこい子【知】 やさしい子【徳】 げんきな子【体】～



愛東だより

重点目標：なりたい自分に向かって、挑戦し続ける子の育成
キヤッチフレーズ：なりたい自分に向かって、一步踏み出そう

令和7年度
旭川市立愛宕東小学校
学校だより 第10号



令和8年 1月30日(金)
発行

健康な体づくり

校長 清水 忠明

3学期のスタートと同時に、各学年の体育ではスキー学習が始まりました。スキーは雪に恵まれた地域ならではのスポーツで、本校では2年生以上が東川町キャンモアスキー場で、1年生は学校（築山）で学習しています。学習後には「疲れたけれど楽しかった」「曲がるのが上手になったよ」など、達成感に満ちた声が多く聞かれました。

さて、昨年12月、北海道教育委員会より令和7年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査（5年生）の結果が示されました。北海道全体では小・中学校ともに全国平均に届かない状況が続いているが、小学生は男女とも全国との差が縮まり、男子は全国平均と同等、女子も改善傾向が見られます。

本校においては、多くの項目で全国平均を上回り、体力合計点でも良い結果が出ています。また、1学期に全校で取り組んだ新体力テストの結果においても、握力や立ち幅跳びなどにおいて全国の平均記録を超えるなど、向上が見られました。

また、児童への質問紙（5年生）では、次のような回答があります。

Q：運動（体を動かす遊びをふくむ）やスポーツをすることは好きですか。

⇒肯定的な回答をしている児童の割合は女子が全国を超え、男子は全国と同等です。

本校は体を動かすことが大好きな児童が多い傾向にあります。休み時間には体育館やグラウンドを走り回る子どもが多いです。

Q：学校の体育の授業以外で、運動（体を動かす遊びをふくむ）やスポーツを合計で1日およそどのくらいの時間していますか。

⇒月曜日から金曜日まで、男女ともに全国平均を超えています。つまり、学校では、休み時間に体育館やプレールーム、グラウンド、遊具施設などで、放課後は体を動かす遊びや運動をしている子どもが多いことが分かります。

Q：体育の授業では、進んで学習に参加していますか。

⇒「いつも進んで学習している」と回答した児童の割合が、男女とも全国よりも高い結果になっています。

この結果でも分かる通り、本校の子どもたちは、比較的体を動かすことを好み、進んで運動に取り組んでいます。

一方で、シャトルラン（持久力）は全学年で全国平均を下回り、今後の課題です。この結果を受け、本校では、3学期に鬼ごっこ、サーキット、インターバル走など、持久力向上を目的とした運動を各学年の授業の最初の5分間に継続して取り組んでいきます。持久力に限らず、体力を高めるには自分の現状を知り、目標をもち、楽しみながら続けることが大切です。

今年は、冬のオリンピック、サッカーのワールドカップに野球のWBCなどと、世界中がスポーツで盛り上がる一年です。大きな舞台で活躍する選手たちの姿は、子どもたちにとって大きな刺激となり、「自分もやってみたい」「もっと上手になりたい」という気持ちを育ててくれます。本校でも、日々の運動や授業での取り組みを大切にしながら、一人ひとりが自分の体と向き合い、健康でたくましい体づくりを進めていきます。3学期もご家庭と力を合わせ、子どもたちの健やかな成長を支えていきます。引き続き、保護者の皆様のご支援とご協力を願いいたします。

養護教諭による「自分の体や健康に関わる学習」について

心や体の変化、成長の早さなど子どもを取り巻く健康状況の変化に伴い、健康診断、保健指導、救急処置などの従来の職務に加えて、専門性と保健室の機能を最大限に生かして、心の健康問題にも対応した健康の保持増進を実践できる養護教諭が在中する保健室が必要となっています。

このため、本校では、養護教諭が、子どもの身体的不調の背景に、いじめなどの心の健康問題がかわっていること等のサインにいち早く気付くことのできるよう、保健室に来室した子どもの様々な訴えに対して、心や体の両面への対応を行う健康相談活動（ヘルスカウンセリング）を実施しています。

2学期には、4年生の保健体育「大人に近づく体・体の中で起こる変化」の学習に向けて、担任と学習内容について打合せをし、思春期に起こる体と心の変化や変化には男女差・個人差があることなどについて、教科書の図や画像などを用いて指導する際のサポートを行いました。また、「私の未来プロジェクト」では、助産師の方と共に、「ぼく・私の誕生」をテーマに受精や胎児の成長、出生について、画像や動画、胎児人形・新生児人形などを用いて指導しました。

この他にも、5年生の宿泊研修や6年生の修学旅行の前には保健指導を行っています。今後も、「自分の体や健康に関わる学習」を大切に指導していきます。

栄養教諭による「毎日の食生活を見つめ直す学習」について

食生活を取り巻く社会環境が大きく変化し、食生活の多様化が進む中で、朝食をとらないなど子どもの食生活の乱れが指摘されており、子どもが将来にわたって健康に生活していくよう、栄養や食事のとり方などについて正しい知識に基づいて自ら判断し、食をコントロールしていく「食の自己管理能力」や「望ましい食習慣」を子どもたちに身に付けさせることが必要となっています。

このため、本校では、栄養教諭が中心となり、食に関する指導と給食管理を一体のものとして行うことにより、地場産物を活用して給食と食に関する指導を実施しています。

2学期には、6年生を対象に実施した家庭科「1食分の給食の献立をたてよう」の学習において、栄養教諭が、三色食品群や五大栄養素、献立作成のポイントなどについて、実際の給食のメニュー やスライド資料を用いて指導しました。

また、学年の発達の段階に応じて、正しい食べ方やはしの使い方などの食事のマナー、カルシウムの大切さなどの栄養バランス、食品ロスなどについて指導しています。今後も、「毎日の食生活を見つめ直す学習」を大切に指導していきます。

火災や地震など緊急時に備えて

本校では、火災や地震を想定した避難訓練を年2回実施しています。その度に伝えていた言葉は、「おはしも」でした。

「お」～おさない
「は」～はしらない
「し」～しゃべらない
「も」～もどらない

3学期は、校舎外に避難する訓練は行いませんが、それに「な」を加えて「おはしもな」という合い言葉を伝えて、教室等から廊下まで避難する簡易的な避難訓練を行いました。

「な」は「泣かない」です。火災や地震が怖くても、まず落ち着いて避難することが自分の命を守る上で必要な行動となることを子どもたちと確認しました。今後も万が一に備え、自ら行動できる東っ子を育てていきます。

2月の主な行事予定

- 2日（月）：街頭指導、安全点検、
校内版画展（～20日）
教育相談週間（～10日）
- 3日（火）：スキー学習（2年）
- 4日（水）：朝会⑥
- 6日（金）：新1年生一日入学・入学説明会
- 9日（月）：ひだまり学級個人面談（～20日）
- 11日（水）：建国記念の日
- 13日（金）：中学校入学説明会
- 16日（月）：諸費引落日⑩
- 17日（火）：参観日・学年懇談（1・3年）
- 18日（水）：参観日・学年懇談（4・5年）、
まつぼっくりさん読み聞かせ（3年）
- 19日（木）：参観日・学年懇談（2・6年）
- 23日（月）：天皇誕生日
- 27日（金）：委員会活動⑪（反省）