

2 食・健康に関する授業

- ・学級活動として2時間、栄養教諭が系統的・計画的にチームティーチングの形で進めています。外部講師（保健師等地域の人材）の協力を得ながら、家庭への啓発に向けて、1時間を参観日に実施しています。
- ・5・6年生には、外部講師により生活習慣病予防の学習も実施しています。



外部講師（TT）による
食に関する授業

3 食・健康に関する調査

- ・食に関するアンケート
- ・おやつのととり方や、食事の量に関する調査
- ・食習慣質問票を活用した調査
 - * アンケートを含め、結果に基づき学級での指導を継続しています。
 - * 保護者の啓発にも役立っています。

4 運動の推進・体重計測

- ・4～6年生は月2回の体重計測
- ・手動身長計付き体組成計の活用
- ・活動量計の活用（4～6年生全員が、常時着用）
- ・栄養管理システムの活用（大学との連携）
- ・毎日の活動（学校でのマラソン、お手伝いの推奨）



体重計測の様子

	肥満傾向児出現率		肥満度平均	
	4月	1月	4月	1月
4年生	25.5	20.8	32.7	26.8
5年生	31.7	19.5	34.3	29.4
6年生	28.6	22.4	49.8	40.0

*取組により、肥満傾向児出現率、肥満度平均が低下しました。



運動イベント

5 イベント・体験学習

- ・食育セミナー（外部講師）
- ・祖父母対象給食試食会（ミニ学習会実施）
- ・運動イベント（冬季間の運動量の不足の解消のため）
- ・田植え・稲刈り体験（地元団体の協力）
- ・体によいおやつ作り（地元の伝統を学ぶ）



おやつ作り体験



田植え体験

継続的な体重計測と分析、食事量と運動の関係、活動量計、カロリースケール、咀嚼計、塩分計など器具の有効的活用、食に関する指導や健康に関する指導、体験活動や食育セミナー、運動イベント等の実践により、肥満傾向児の出現率と肥満度が低下しました。しかし、低学年（1～3年生）は肥満傾向児の肥満度が上がり、肥満傾向児の出現率も高くなっています。発達段階的には自己管理ができない学年ではあります。更なる保護者への啓発と、体重計測の機会を増やすなどの具体的対策を講じながら児童に意識させていくことで改善をめざし、継続した取組をしていくことにしています。