令和５年度「６０（ロクマル）プラスプロジェクト」推進事業　実施要項

１　趣　旨

これまで県教育委員会では、児童生徒一人一人が運動（遊び）やスポーツに親しむよう、学校・家庭・地域が連携した環境づくりを推進してきたことにより、不足しがちな運動時間を確保しようという意識の高まりにつながるなど、運動習慣のよりよい形成が図られてきた。

しかしながら、依然として「肥満傾向の児童生徒の割合が全国と比較して高い」「運動する児童生徒とそうでない児童生徒の二極化傾向」「生活習慣の多様化等による基本的生活習慣の乱れ」などの状況がみられることから、「運動」に加え、「食」「基本的な生活習慣」を相互に関連付けた一体的な取組を推進し、よりよい生活習慣を形成していかなければならない。

そこで、令和４年度から新たに「６０（ロクマル）プラスプロジェクト」推進事業として、児童生徒の体力向上及び肥満予防・改善に向け、学校と家庭が連携し、より一体的な取組を進め、健やかな体の育成につなげることとした。

　　さらに、将来的に一人一台端末を活用し、継続的な取組による児童生徒の生活の「見える化」や、蓄積されたデータによる傾向と対策を講じる等、情報を共有し、一人一人に応じた保健指導や児童生徒自身が実践できる健康管理につなげる。

２　取組の方向性

　⑴　対　象

　　　県内全ての小学校、中学校、義務教育学校、高等学校、特別支援学校

⑵　一体的な取組を推進する意義

　　生涯に渡って健康的な生活を送るためにも、運動、食事、休養及び睡眠といった基本的な生活習慣を日々積み重ねていくことが大切である。これらの習慣は比較的若い時期に確立され、継続していく場合が多くみられることから、小学校段階から「運動習慣」「食習慣」「生活習慣」の形成に係る各担当者を中心とした校内全体でのより連携した取組が重要となる。

**一人一人のよりよい生活の確立**

・体力向上

・肥満予防・改善

・基本的生活習慣

⑶　一体的な取組推進のイメージ

**規則正しい生活習慣の形成**

**望ましい食習慣の形成**

**よりよい運動習慣の形成**

**よりよい運動習慣の形成**

**継承・発展**

　　　【従来の60運動】　　　　　　 【**「６０（ロクマル）プラスプロジェクト」推進事業**】

⑷　学校における一体的な取組推進に係る見通し

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 主な取組 | 令和４年度 | **令和５年度** | 令和６年度 | 一人一台端末を活用した取組へ |
| チャレンジカードの活用による児童生徒への意識付け | 生活を「見える化」して振り返ることにより自己の生活に対する自覚化・行動変容を促す | | |
| 校内における指導体制の構築 | ・担当者間及び学校全体で連携した取組の推進  ・チャレンジカード等を活用した日常的な連携した指導の充実 | | |
| 各種調査等による自校の児童生徒の実態把握 | ・児童生徒の取組の傾向や課題等の把握  ・校内の取組及び個別支援の検討・改善 | | |
| 各種指導資料の共有・活用 | 担当者間及び学校全体での共有・活用 | | |

３　令和５年度の取組の具体

　⑴　学校における一体的な取組

ア　チャレンジカードの活用による自己の生活に対する意識の醸成

学校は、学期毎に期間を設け、チャレンジカードを活用した取組を行い、児童生徒の生活を「見える化」することで、自己の生活に対する自覚化・行動変容を促す。

イ　「運動習慣」「食習慣」「生活習慣」形成に係る担当者の連携

学校は、チャレンジカードを活用した取組の様子や、全国体力・運動能力、運動習慣等調査、県体力・運動能力調査と併せて実施する質問紙調査、定期健康診断、保健体育課行政関係調査の結果等について担当者間及び学校全体で情報共有するとともに、自校の児童生徒の取組の傾向や課題等について把握し、自校の取組に活かす。

ウ　各種指導資料の共有

学校は、各習慣形成に係る各種指導資料について、担当者間及び学校全体で情報共有し、効果的な取組につなげる。

|  |
| --- |
| C:\Users\058000\Desktop\手引き.png＜参考資料：岩手県教育員会作成＞  　・「子供の体力向上指導者の手引き（小・中）」  <https://www.pref.iwate.jp/kyouikubunka/sports/taiiku/1007323/1007324.html>  C:\Users\058000\Desktop\ぺっこ.png  ・「岩手型肥満解消ぺっこアプローチ　軽度肥満対象個別相談指導資料（小）」  <https://www.pref.iwate.jp/kyouikubunka/sports/hoken/1047151/1007361.html>  C:\Users\058000\Desktop\ラフチャレ.png  ・「岩手っ子カラダ改革☆LAFF Challenge（中・高）」  <https://www.pref.iwate.jp/kyouikubunka/sports/hoken/1047151/1033424.html>  ・「もうぺっこ噛みましょう!みんなで取り組むカミカミ運動（小・中）」  C:\Users\058000\Desktop\かみかみ.png<https://www.pref.iwate.jp/_res/projects/default_project/_page_/001/047/151/moupekkokamimashou30.pdf>  C:\Users\058000\Desktop\しゃがみこみ.png  ・「やってみよう!しゃがみこみ（小）/Let’s Try！しゃがみこみ（中・高）」  <https://www.pref.iwate.jp/kyouikubunka/sports/hoken/1007357.html> |

　⑵　県教育委員会における取組

ア　運動習慣の形成に向けた取組の推進

・オリンピック・パラリンピック教育の推進【別紙１】

・運動意欲の喚起に向けた歩数計及びパラスポーツ用具の貸出【別紙２】

・オリンピック・パラリンピック教育の推進に係る啓発用ポスターの作成・配布

イ　食習慣の形成に向けた取組の推進

　　・カミカミ運動の推進（県の公式HPや各種研修会における取組事例の周知）

・朝食を食べる習慣を身に付けるための取組（指導資料及び取組事例の周知）

　　ウ　生活習慣の形成に向けた取組の推進

・現代的な健康課題への対応（がん教育及び薬物乱用防止教育の充実）

・適切な睡眠時間を確保するための取組（指導資料及び取組事例の周知）

　　エ　一体的な取組の推進

・県体力・運動能力調査に併せた各習慣形成に係る質問紙（webアンケート）調査の

実施

・優れた取組を行っている学校に対する表彰及び実践交流会の実施

・チャレンジカードの作成・配布

・既存の研修会を活用した各担当者への取組周知

　（地区別体力向上担当者研修会、学校保健研修会、食育推進等研修会）

・指導資料等の有効な活用の促進（既存資料のブラッシュアップ、取組事例等の収集）

・指導主事による訪問支援【別紙３】

・一人一台端末を活用した取組に向けての検討