

令和 4 年度

親園中学校区学校保健委員会

日時 令和4年9月14日（水）

14:00～15:30

会場 親園小学校

報告事項はホームページで公開



親園小学校



親園中学校



佐久山小学校



宇田川小学校

次 第

司会進行：親園小学校教務

谷田貝 崇

〈第 1 部〉

- 1 開会 親園小学校教頭 松本 礼子
- 2 校長代表あいさつ 親園小学校校長 白石 一成
- 3 報告事項
 - (1) 定期健康診断結果（体位） 親園小学校 養護教諭 沼尾 貴子
（疾病） 佐久山小学校 養護教諭 高橋恵梨果
 - (2) 生活についてのアンケート集計結果 親園中学校 養護教諭 小森 法子
 - (3) 小中一貫健康目標の集計結果 宇田川小学校 養護教諭 菊地 俊江
 - (4) 新体力テストの結果 親園小学校 体育主任 山越 智貴
 - (5) 小児生活習慣病予防健診等の結果 大田原市子ども幸福課保健師 深澤 愛叶様
- 4 専門家からの助言・感想等 親園・宇田川小学校医 高橋 貞夫先生

〈第 2 部〉

- 1 講師紹介 担当 養護教諭
- 2 講話「朝食から始まるバランスのよい食習慣形成」
講師 大田原市子ども幸福課保健師 深澤 愛叶様
健康政策課栄養士 玉村 宏美様
- 3 質疑応答
- 4 お礼の言葉 親園小学校校長 白石 一成
- 5 閉会 親園小学校教頭 松本 礼子

親園中学校区学校保健委員会規約

(名称)

第1条 本会は親園中学校区学校保健委員会という。

(目的)

第2条 本会は親園中学校区における学校保健の諸問題について、総合的・積極的に推進し、児童生徒の健康の保持増進を図る。また、健康な学校生活と学教教育活動の円滑な推進を図り、学校教育の目的達成に寄与する。

(内容)

第3条 本会は、前条の目的を達成するために次の事業を行う。

- (1) 本地区の学校保健に関する情報や問題を収集し、検討分析する。
- (2) 本地区に共有する健康問題の解決や健康作りを推進するための協議や研修を行う。
- (3) 保健管理・保健教育との相互調整や関係機関との連携を強化する。
- (4) 各学校の学校保健委員会の運営・活動の活性化を図る。
- (5) 児童生徒の健康安全に関する課題解決方法について話し合う。

(組織)

第4条 本会は、親園小学校、宇田川小学校、佐久山小学校、親園中学校の次の委員をもって構成する。

- (1) 学校側
校長 教頭 教務主任 保健主事 養護教諭 体育主任 給食主任
- (2) 保護者側
PTA会長 PTA副会長 保健体育及びそれに準ずる部長 副部長 学年部長
- (3) 専門家
学校医 学校歯科医 学校薬剤師 地区担当保健師 その他
- (4) 児童・生徒側 (※必要に応じて参加)
児童生徒代表 生徒会長 保健委員 給食委員
- (5) その他
協議内容に応じて依頼する。

(役員)

第5条 本会に、次の役員を置く。役員の任期は1年とする。

- 委員長 1名(校長)
副委員長 1名(PTA会長)*委員長及び副委員長は、同一校とする。
事務局 4名(養護教諭)

(会議)

第6条 本会は、委員長が招集し、会議の司会は、委員長校教頭が当たり、年1回開催することを原則とし、必要に応じて開催する。会場は委員長校とする。

(帳簿)

第7条 本会に、次の帳簿を備える。

- (1) 規約
- (2) 親園中学校区学校保健委員会名簿
- (3) 会議録

(雑則)

第8条 この規約に定めない項目については、委員長が定める。

付記

1 この規約は、平成30年4月1日から施行する。

令和 2年7月6日 一部改正

→第4条(福原小閉校のため削除)

→4校校長会でローテーション確認

2 委員長のローテーションは学番順とする。

R3 親園中学校→R4 親園小学校→ R5 宇田川小学校→R6 佐久山小学校→R7 親園中学校

令和4年度

親園中学校区学校保健委員会参加者名簿(敬称略)

	役職	親園中学校	親園小学校	宇田川小学校	佐久山小学校
専 門 家 代 表	学校医（内科）		高橋 貞夫		
	学校医（眼科）				
	学校医（歯科）				
	学校薬剤師				
	市子ども幸福課保健師	深澤 愛叶			
	市子ども幸福課栄養士	玉村 宏美			
学 校 代 表	校長	大谷 雅典	白石 一成	飯村 正吾	阿部 将宏
	教頭	長谷川悦夫	松本 礼子	伊藤 康子	高木 良子
	教務主任		谷田貝 崇		
	保健主事				
	体育主任		山越 智貴		
	給食主任				
	児童生徒指導主任				
	養護教諭	小森 法子	沼尾 貴子	菊地 俊江	高橋 恵梨果
保 護 者 代 表	PTA会長	増渕 直哉	小沼 仁	松本 貴史	石崎 孝仁
	PTA副会長	鉢村 昌美	谷口 聖明	磯 正子	仲山 雄貴
		前田 高信	平山 達也	坂堂 美紀	
			小沼 和彦		
	保健体育部長	渡邊 浩延	関谷 徳弘		
	保健体育副部長	樋口 美由紀	阿久津 敏之		田中 廣敏
	学年部長				

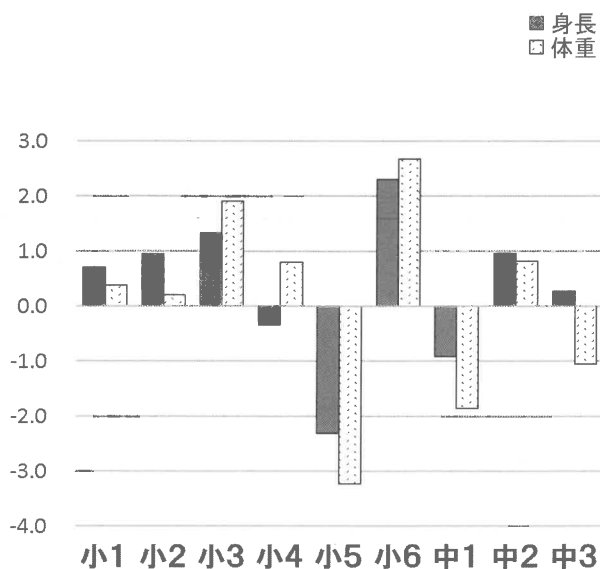
1 定期健康診断の結果

(1) 身長・体重 差：▲はマイナス

※ 全国平均は令和3年度のものです。

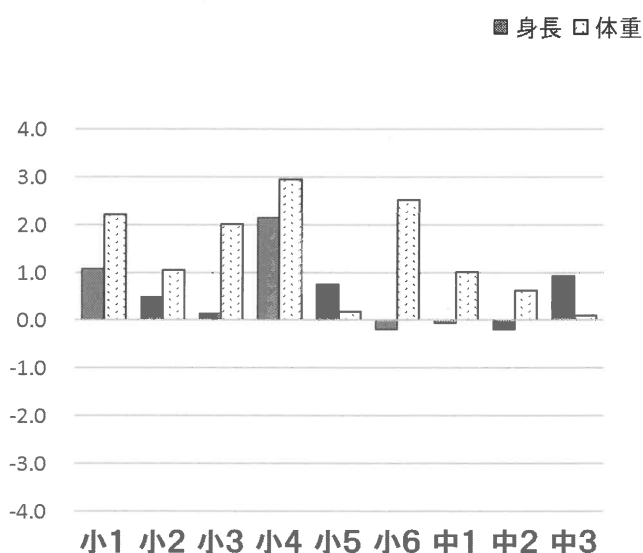
	学年	男子		
		親中学区	全国	差
身長 (cm)	小1年	117.4	116.7	0.7
	小2年	123.5	122.6	0.9
	小3年	129.6	128.3	1.3
	小4年	133.5	133.8	▲ 0.3
	小5年	137.0	139.3	▲ 2.3
	小6年	148.2	145.9	2.3
	中1年	152.7	153.6	▲ 0.9
	中2年	161.6	160.6	1.0
	中3年	166.0	165.7	0.3
体重 (kg)	小1年	22.1	21.7	0.4
	小2年	24.7	24.5	0.2
	小3年	29.6	27.7	1.9
	小4年	32.1	31.3	0.8
	小5年	31.9	35.1	▲ 3.2
	小6年	42.3	39.6	2.7
	中1年	43.3	45.2	▲ 1.9
	中2年	50.8	50.0	0.8
	中3年	53.6	54.7	▲ 1.1

全国との比較 (男子)



	学年	女子		
		親中学区	全国	差
身長 (cm)	小1年	116.9	115.8	1.1
	小2年	122.3	121.8	0.5
	小3年	127.7	127.6	0.1
	小4年	136.3	134.1	2.2
	小5年	141.6	140.9	0.7
	小6年	147.1	147.3	▲ 0.2
	中1年	152.0	152.1	▲ 0.1
	中2年	154.8	155.0	▲ 0.2
	中3年	157.4	156.5	0.9
体重 (kg)	小1年	23.4	21.2	2.2
	小2年	25.0	23.9	1.1
	小3年	29.0	27.0	2.0
	小4年	33.6	30.6	3.0
	小5年	35.2	35.0	0.2
	小6年	42.3	39.8	2.5
	中1年	45.4	44.4	1.0
	中2年	48.2	47.6	0.6
	中3年	50.1	50.0	0.1

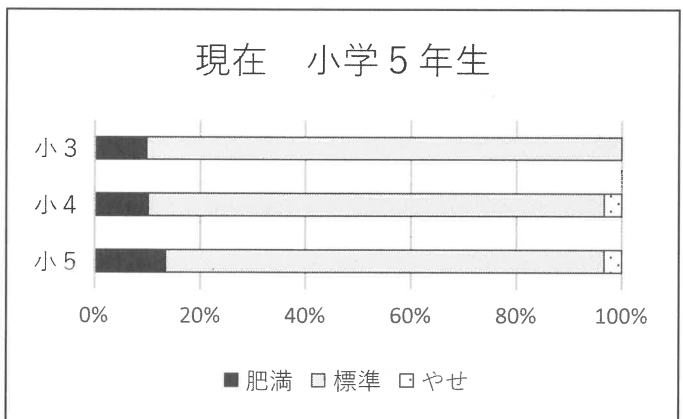
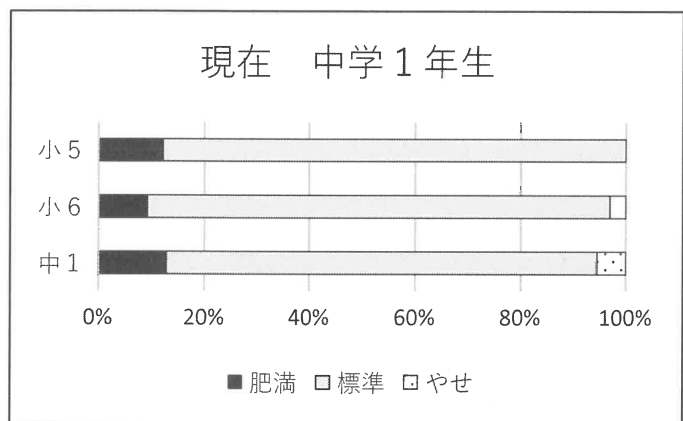
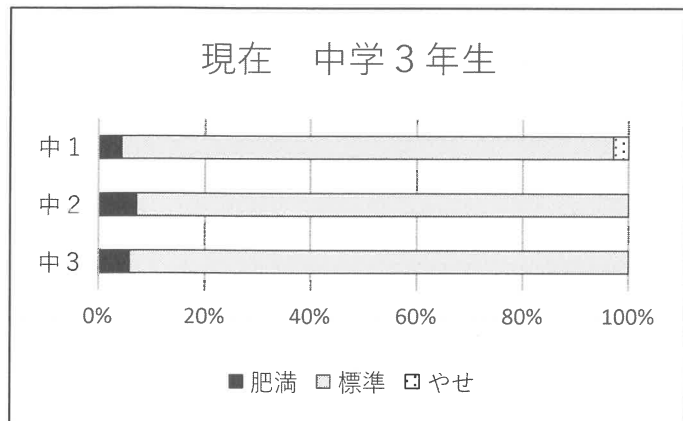
全国との比較 (女子)



〈男子〉 小学5年生と中学1年生は、身長・体重ともに全国平均を下回っている。小学4年生の身長が下回っていて、中学3年生の体重が下回っている。小学6年生は、他学年と比べると、身長・体重ともに大幅に全国平均を上回っている。

〈女子〉 ほとんどの学年が、全国平均を上回っている。身長では、小学1年生、3年生、6年生は身長が全国平均程度なのにもかかわらず、体重が2kg以上平均を上回っている。小学4年生に関しては、身長が全国平均より2cm以上平均を上回っており、体重も全国平均より3kg平均を上回っており、大きめといえる。

(2) 栄養状態



※基準値 標準 - 20%以上20%未満

①現在の中学3年生

中学1年生時には痩せ傾向が見られたが、学年が上がるにつれて減少し、体格が安定してきたことが分かる。

②現在の中学1年生

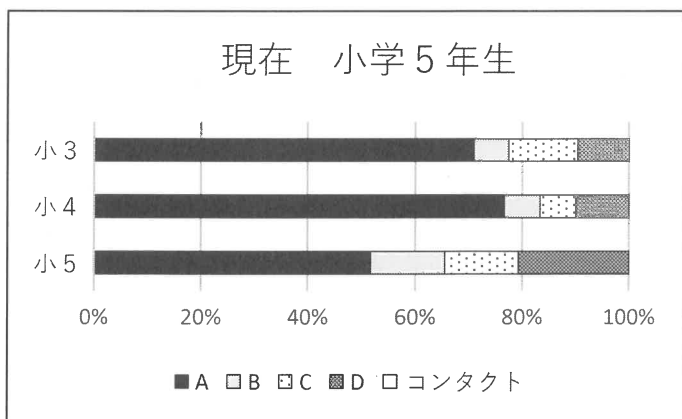
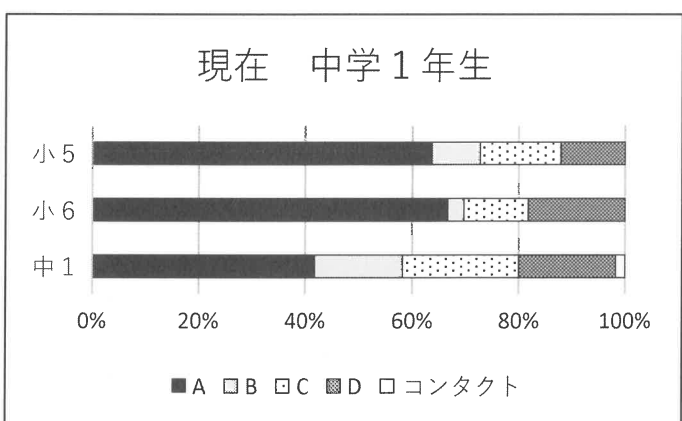
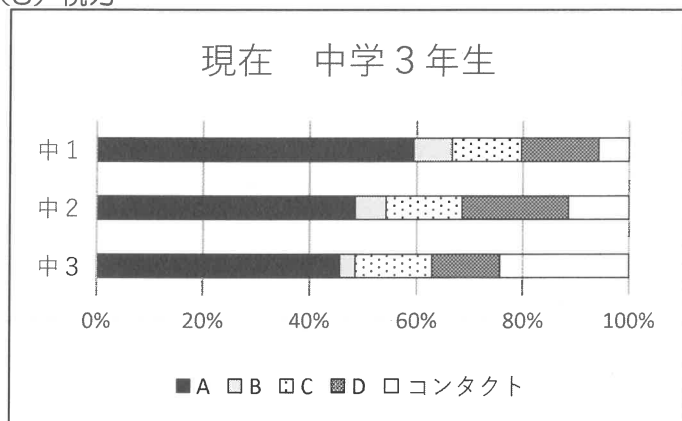
学年が上がるにつれて肥満と痩せの割合が増加してきており、標準が減少している。経過を注意してみていく必要がある。

③現在の小学5年生

学年が上がるにつれて肥満の割合が高くなっている。

学年によりばらつきが見られるが、肥満・やせともに個別の指導を行っていく必要がある。

(3) 視力



※基準値 A1.0以上 B0.9~0.7 C0.6~0.3 D0.3未満

①現在の中学3年生

中学1年生時に比べ、視力Aが減少し、低視力の進行が顕著に見られる。また、中学生になるとコンタクトの装着率が高くなる。

②現在の中学1年生

視力B以下の割合が半分以上を占めている。視力が低下してきた段階での早期対応が必要だ。

③現在の小学5年生

視力Dの割合が小学4年時から5年時にかけて大幅に増加している。

児童生徒の視力低下は、本地区のみならず全国的な課題と言える。また、夏休み前までの受診率は、小学校52.2%、中学校36.3%、本地区全体で47.4%という結果になった。このことから、専門医への受診が必要になってくる。

2 生活についてのアンケート集計結果

令和4年7月実施

対象者 親園中学校区小中学校児童生徒 323 名

(小学校 3年49名 4年38名 5年50名 6年56名 中学校 1年43名 2年36名 3年51名)

回答率 84.8 %

考察概要

(1) 就寝時刻 平日は何時ころ寝ますか。

就寝時刻の深夜化 学年が進むにつれて就寝時刻が遅くなる。
平成29年度からの取組 健康目標達成度 小3の9時までに就寝は2割
小5・6の10時就寝達成は5割
中3のどんなに遅くても12時に就寝は9割

(2) 就寝時刻 休日は何時ころ寝ますか。

休日の就寝時刻は平日よりもさらに遅くなる。
小中学生どの学年にも若干名…12時以降、日付をまたいでの就寝の児童生徒がいる。

(3) 起床時刻 平日は何時ころ起きますか。

中3を除き、6時30分までには7割が起床
平日の起床時刻が遅くなっている傾向

(4) 起床時刻 休日は何時ころ起きますか。

4割超が7時過ぎに起床
平日の起床時刻よりさらに遅くなっている。

(5) 朝、すっきり目が覚めますか。

3割弱は、すっきりと目覚めている。
なかなか起きられない(ほとんどの日で…含む)も多い。中1の目覚めの不調が多い。

(6) ゲームをしたりテレビや動画を観たりSNSをやったりして、眠るのが遅くなったことはありますか。

4割以上がはいと回答
就寝時刻に影響した経験あり。

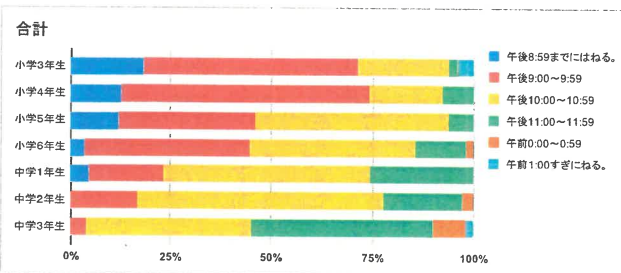
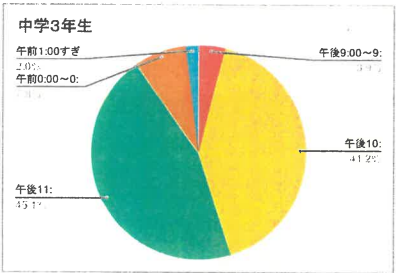
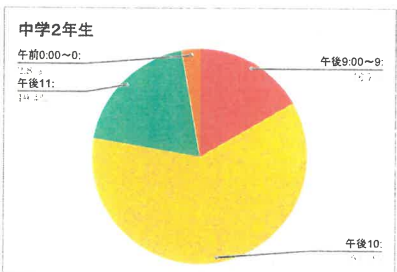
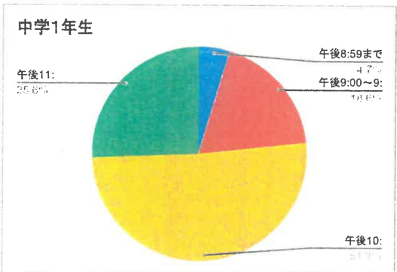
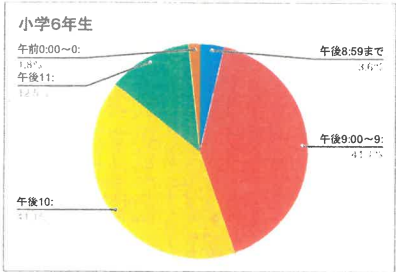
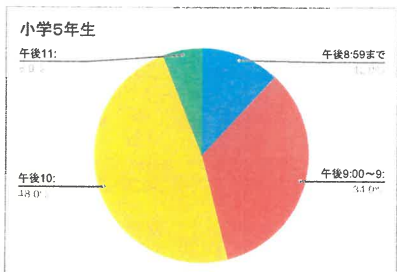
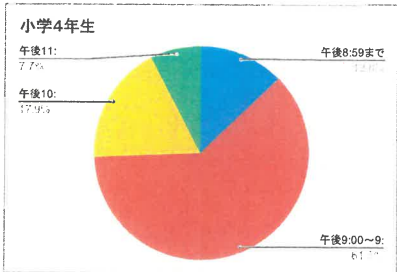
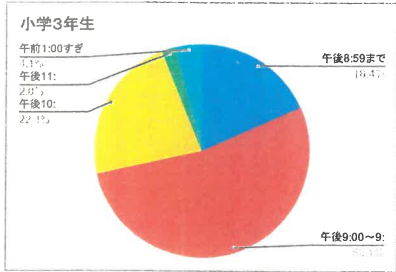
(7) 学校がある日は、どれくらいの時間ゲームをしたり、テレビや動画…やったりしていますか。

30分から120分
「全くやらない」もいれば「3時間180分を超える」もいる。

(8) 学校がある日は、どれくらいの時間ゲームをしたり、テレビや動画…やったりしていますか。

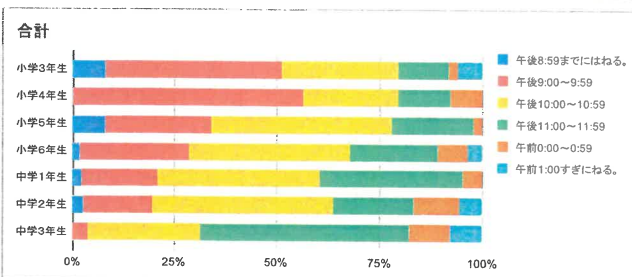
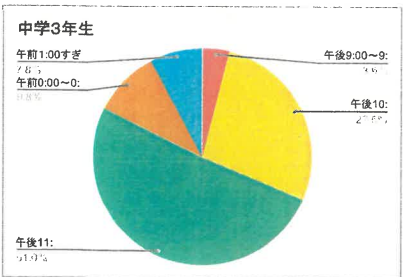
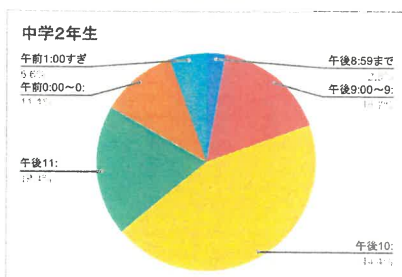
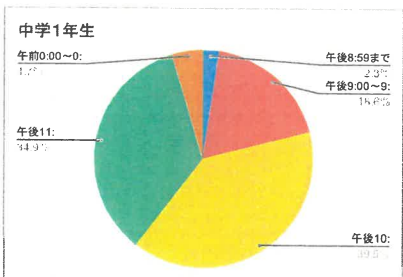
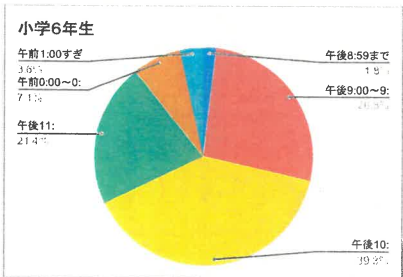
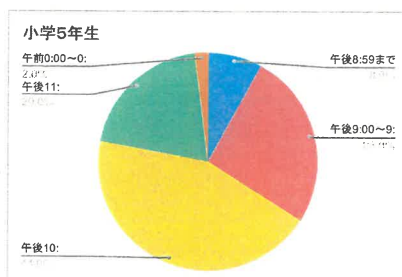
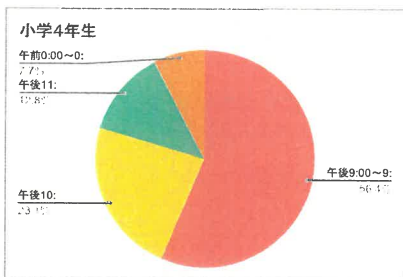
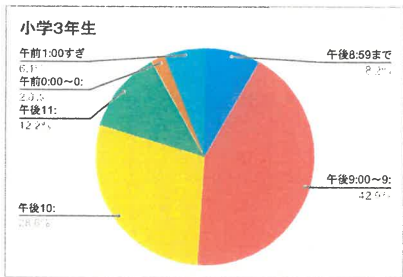
60分から180分 休日と比べると使用時間が長い。
小6・中学1・2年生においては3時間180分以上が4割近くとかなり増えている。

2 生活についてのアンケート結果
1 学校がある日は何時くらいにねむりますか。



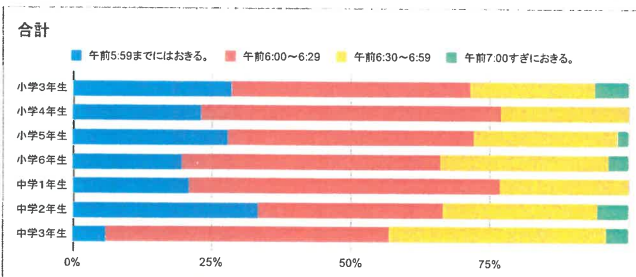
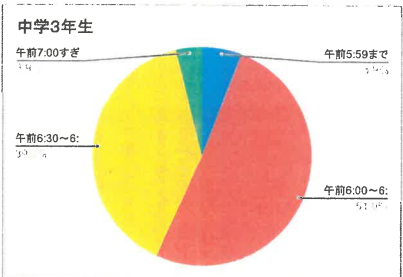
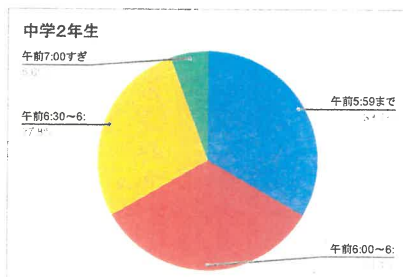
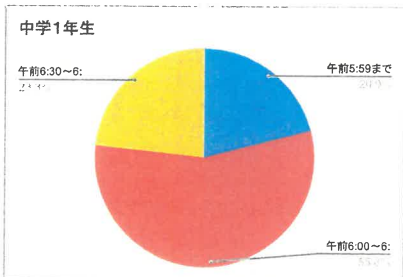
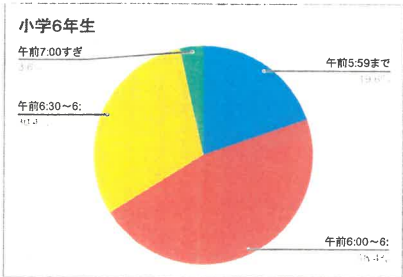
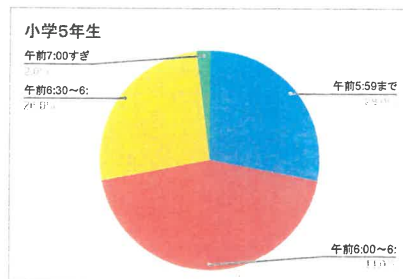
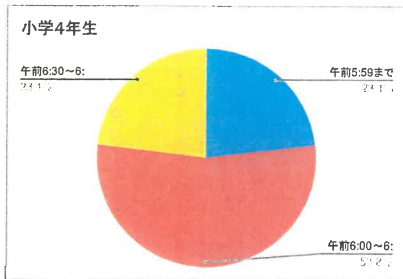
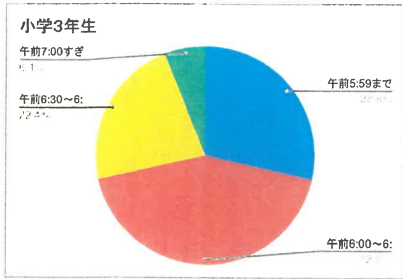
学年が上がると就寝時刻が遅くなっている。平日、小3の9時までに就寝は2割にとどまっている。日をまたいだ就寝もあり、小5・6年の10時就寝目標の達成は5割程度、学年が進むにつれて就寝時刻が遅くなる傾向にある。昨年度の調査では、中学生は遅くとも12時には就寝していたが、今回は小学生の中にも12時以降の就寝がいる。

2 学校がない日は何時くらいにねむりますか。



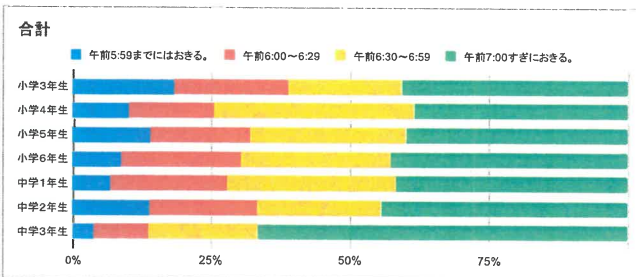
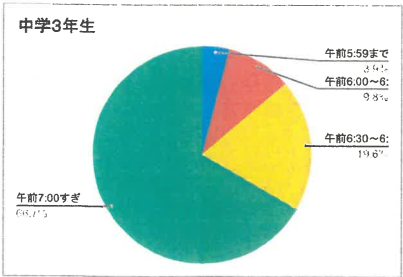
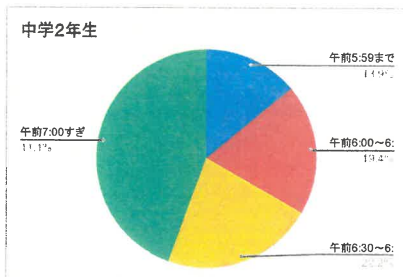
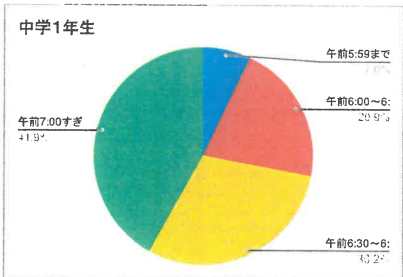
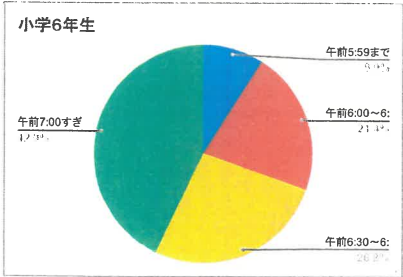
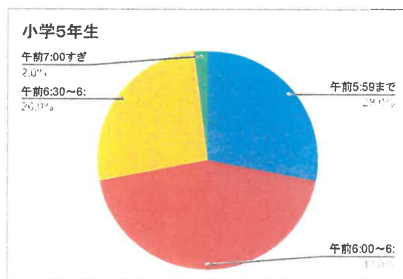
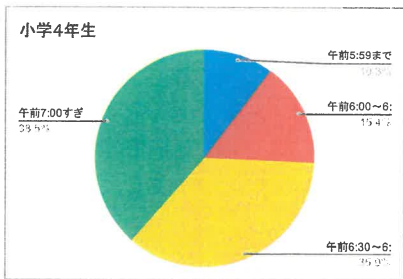
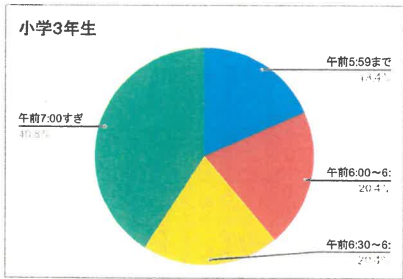
学年が上がると午後8時59分までに就寝する児童生徒が少なくなっている。休日の就寝時刻は平日よりもさらに遅くなる傾向にある。どの学年にも12時すぎで日付をまたいでの就寝が目立つ。午前1時すぎまで起きている児童生徒もいる。中学生の目標「遅くとも12時までに就寝」は、2割弱が達成できていない。

3 学校がある日は何時に起きますか。



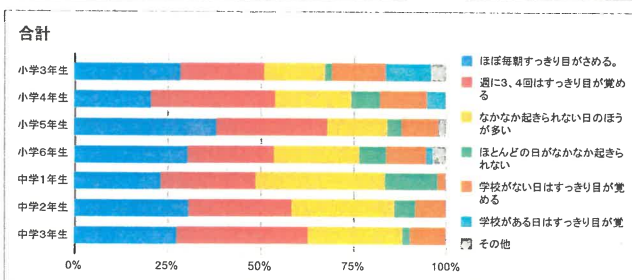
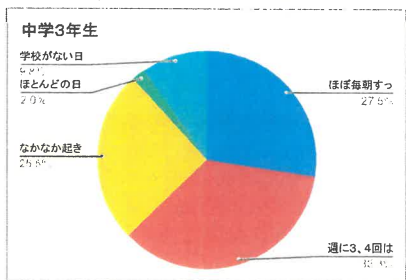
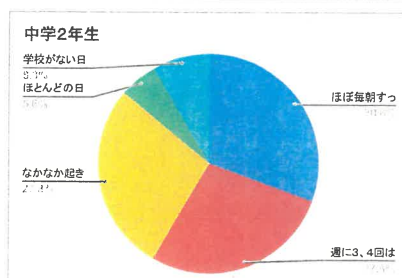
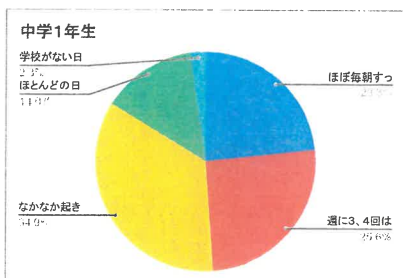
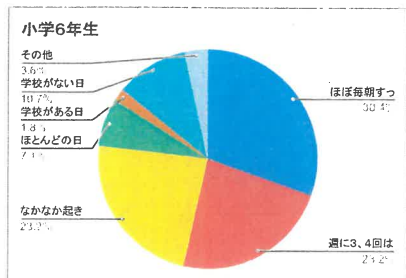
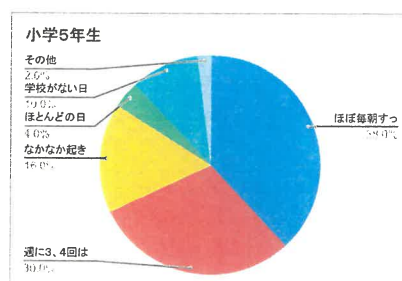
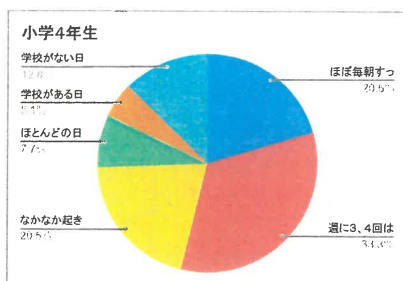
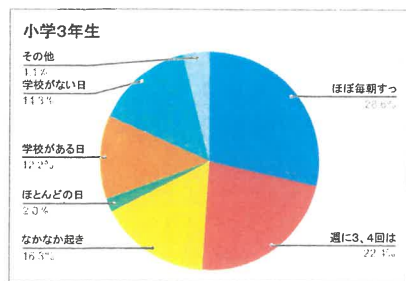
6時から6時29分の起床が一番多い。
中3を除く児童生徒の3割近くが、6時までは起床できています。
6時30分には7割の児童生徒が起床しているが、昨年度の同調査との比較では、起床時刻が全体的に遅くなっている。小4と中1で7時過ぎの起床も見られる。

4 学校がない日は何時に起きますか。



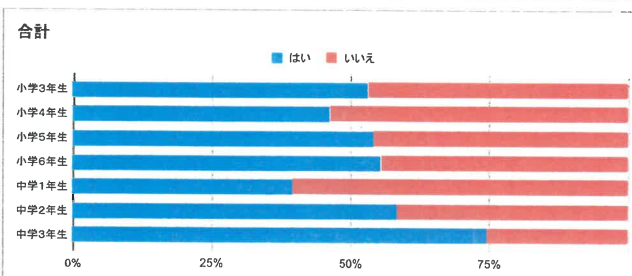
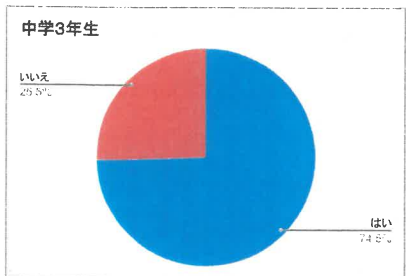
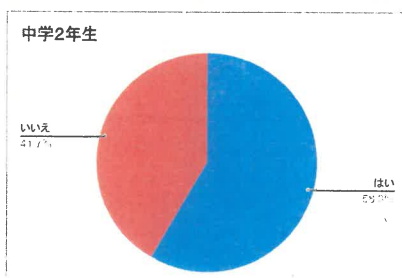
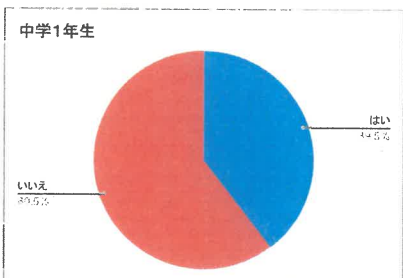
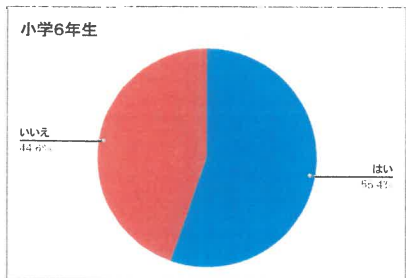
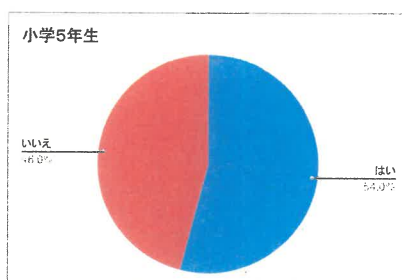
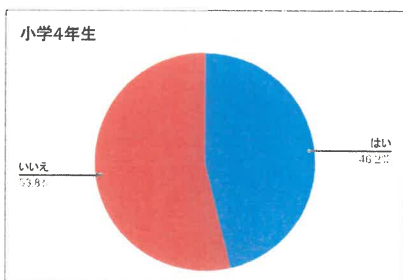
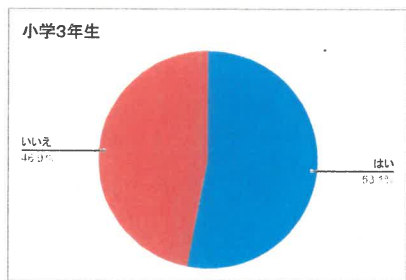
学年が上がるとともに起床時刻が遅くなっている。平日の起床時刻よりさらに遅くなり、4割超が7時過ぎの起床となっている。小3から中2の起床時間帯の比率はあまり変わらない。

5 朝、すっきり目が覚めますか。



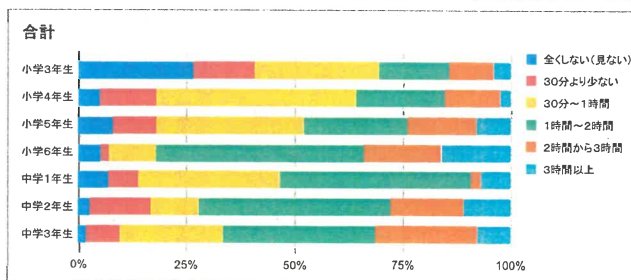
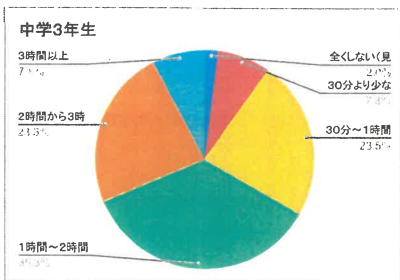
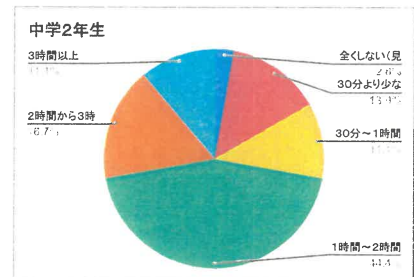
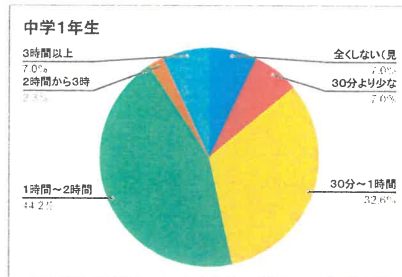
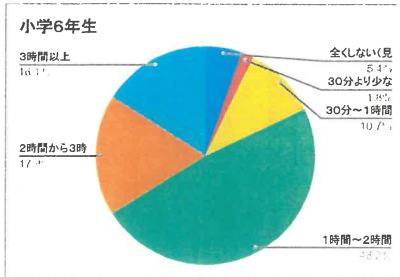
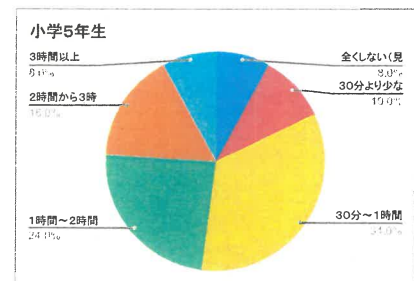
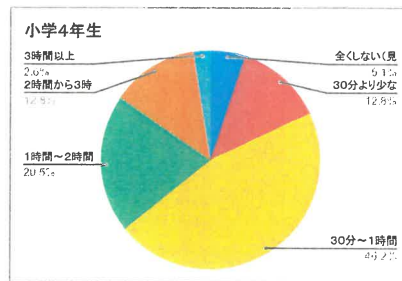
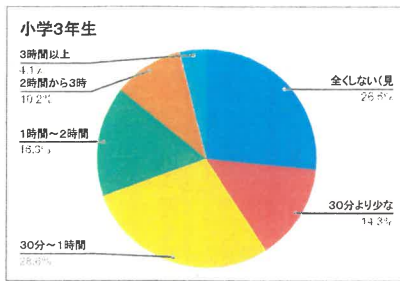
学年ごとにあまり変化は見られない。小学生活から中学生活への環境変化のためか、中1は、「ほとんどの日がなかなか起きられない」と回答する割合が高い。3割弱の児童生徒は、すっきりと目覚めている。すっきり目覚めが感じられる児童生徒と目覚めに不調を感じている児童生徒が混在している。

6 ゲームをしたり、テレビや動画を見たり、SNSをやったりして、ねむるのが遅くなったことはありますか。



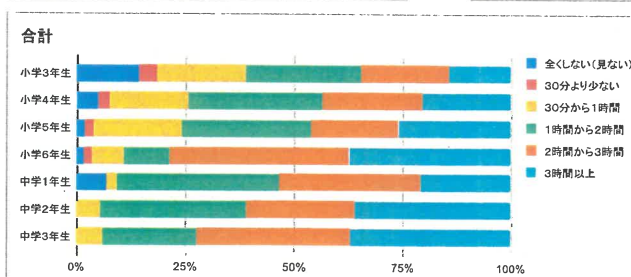
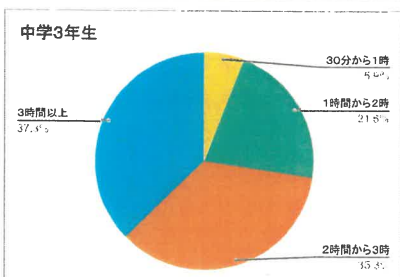
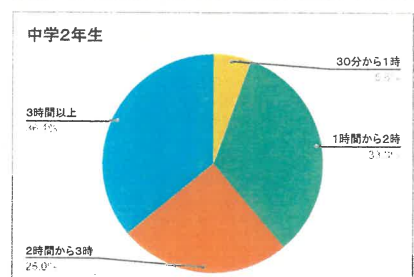
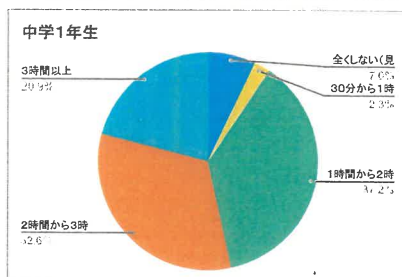
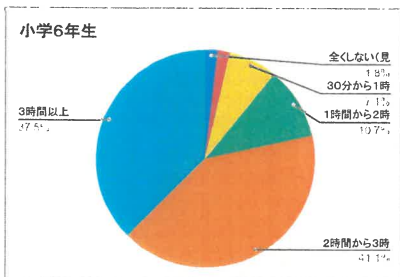
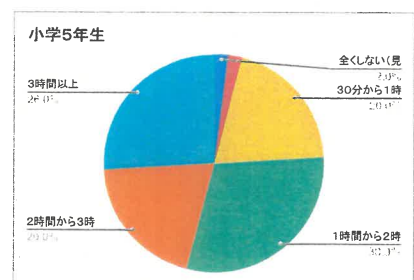
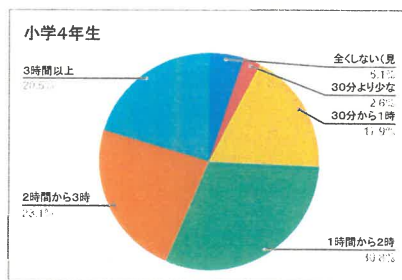
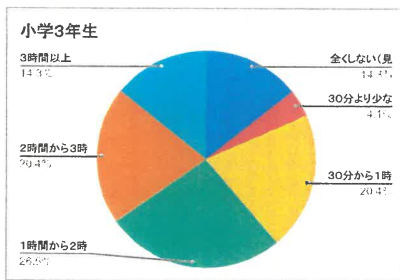
ゲームや情報機器が原因で眠りに支障が出ている。就寝時刻に影響した経験がどの学年も4割以上いる。中学3年生を除いては、大きな学年差はない。

7 学校がある日は、どれくらいの時間ゲームをしたり、テレビや動画を見たり、SNSをやったりしていますか。



小3から中3まで、学年が上がると「全くしない(見ない)」の割合が減ってきている。全くやらないという児童生徒もいれば、3時間(180分)を超える児童生徒もいる。平日は、30分から2時間(120分)の時間帯での使用がほとんどである。

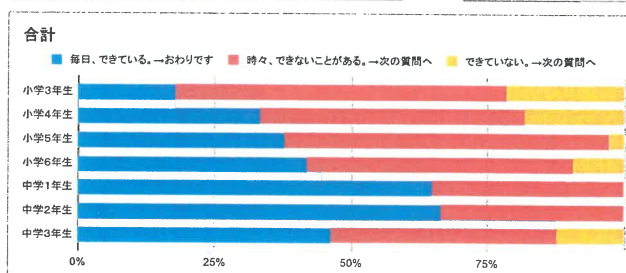
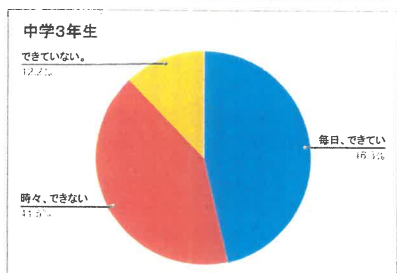
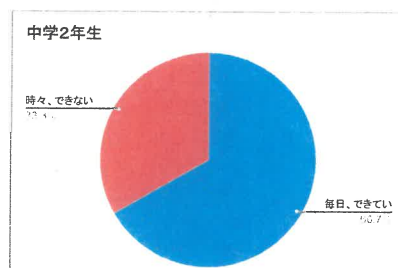
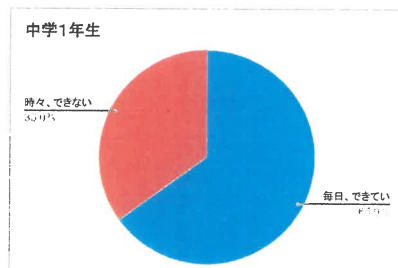
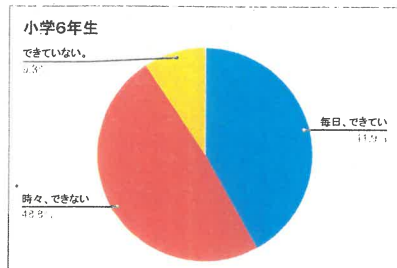
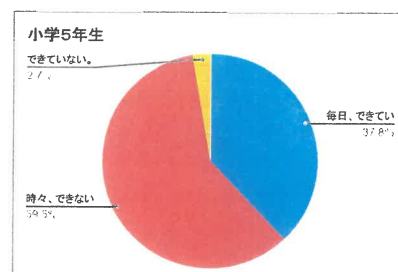
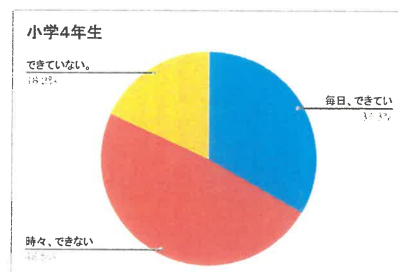
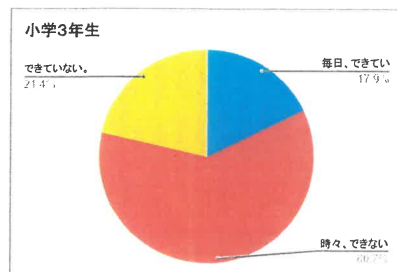
8 学校が休みの日は、どれくらいの時間ゲームをしたり、テレビや動画を見たり、SNSをやったりしていますか。



小6・中学2・3年生においては3時間(180分)以上が4割近くと、かなり使用時間が増えている。全体で見ると1時間(60分)から3時間(180分)の使用時間帯がほとんどを占める。平日に比べて、使用時間の長さが目立つ。

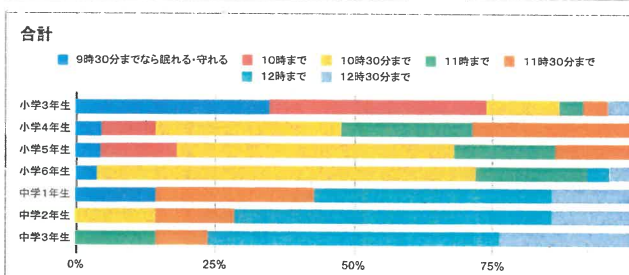
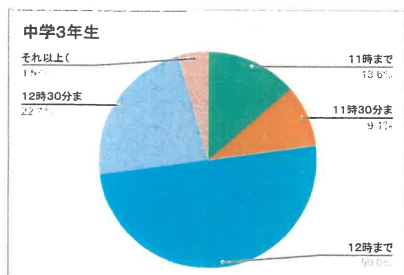
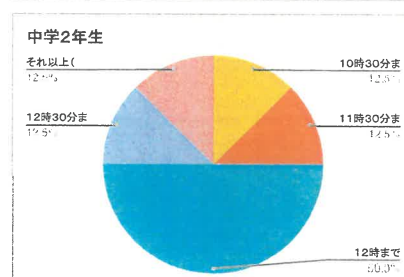
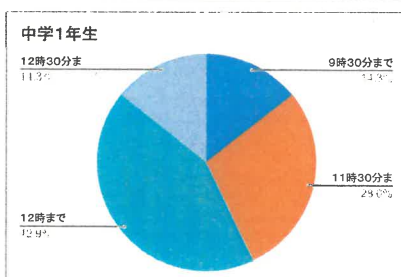
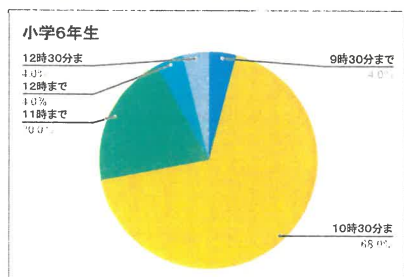
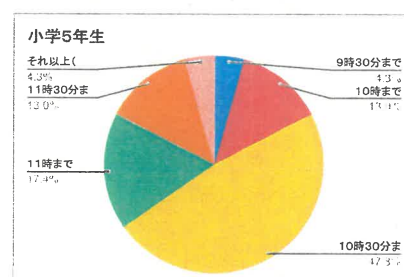
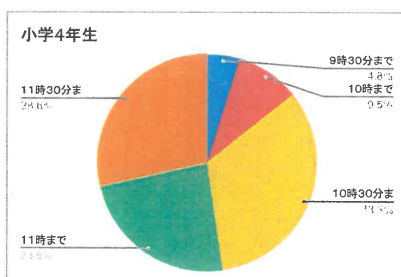
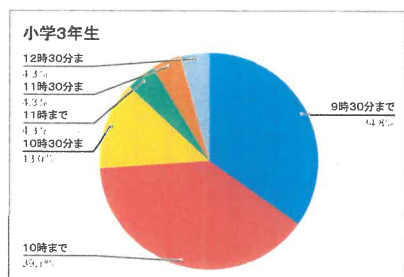
2 生活についてのアンケート結果

9 健康目標1(小学3年生は午後9:00、4～6年生は午後10:00、中学生は午後11:30までにねる。)



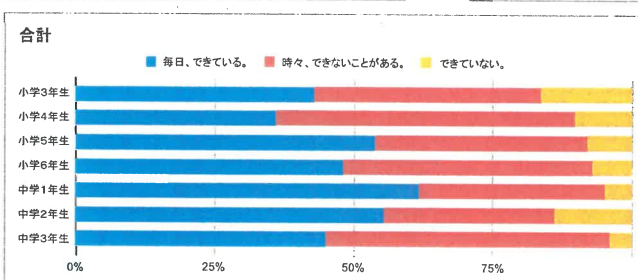
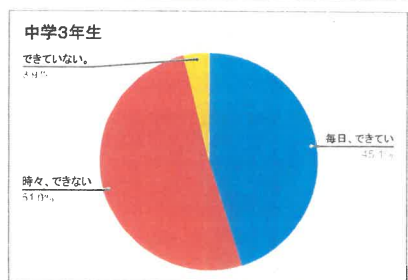
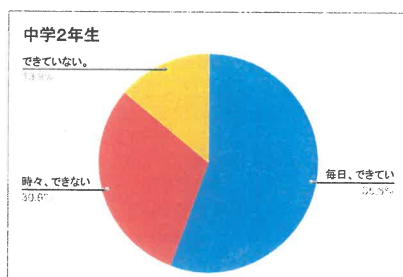
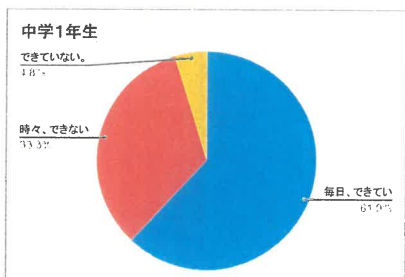
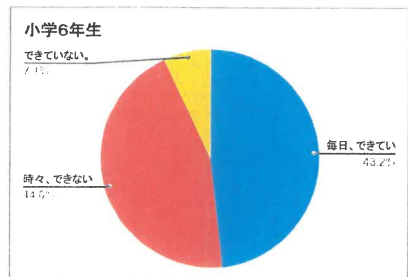
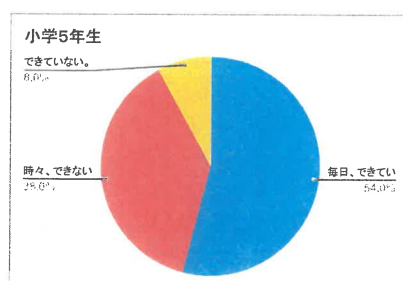
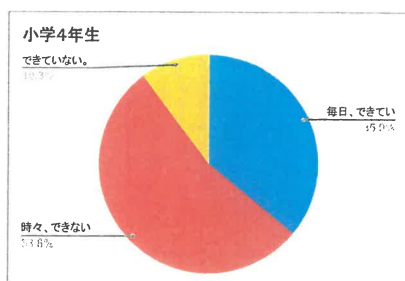
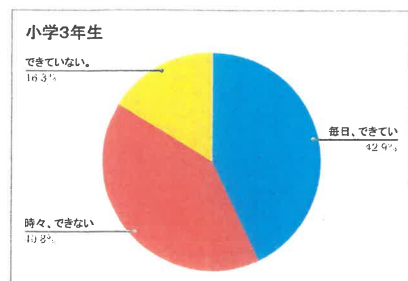
中学1年生と2年生は、毎日決められた時刻までに寝ることができている生徒が多かった。
中学3年生は、毎日できている生徒と時々できていない生徒の割合にあまり差がなかった。
他の学年は、時々できていない児童が多かった。

9-2 健康目標の時刻(学年で違いますが...)に眠れない・守れないという人に聞きます。何時何分だったら眠ることができますか。(守れる・守りたいと思う目標時刻を選びます。)



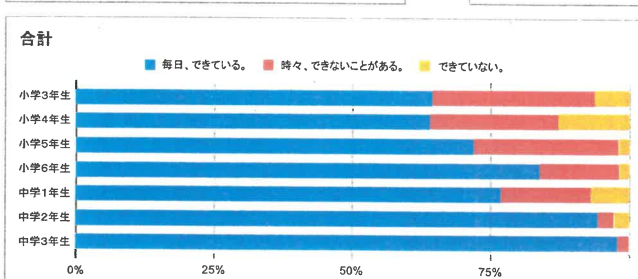
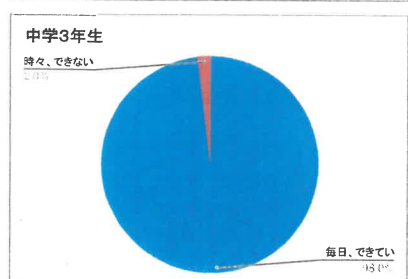
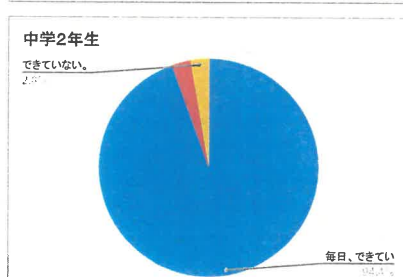
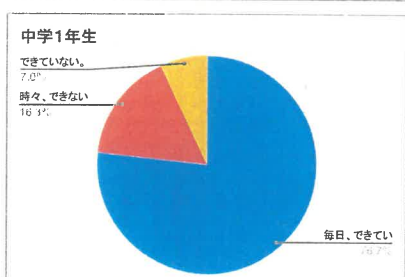
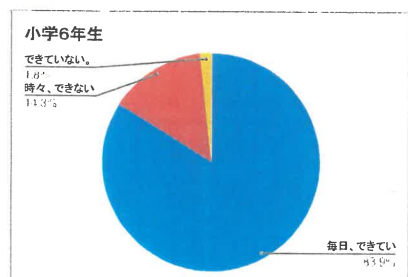
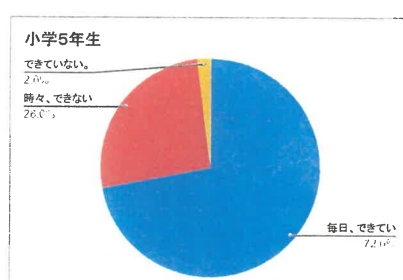
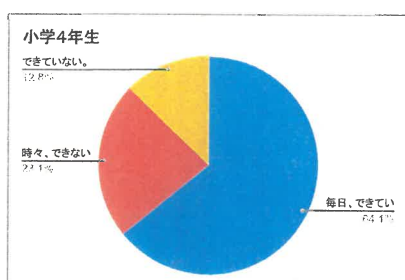
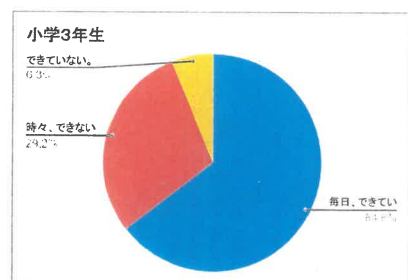
小学3年生は、9時30分と10時が多かった。
4年生は10時30分が多かったが11時30分も少なくなかった。
小学5年生と6年生は、10時30分が多かった。
中学1年生は、11時30分と12時が多かった。
中学2年生と中学3年生は12時が多かった。

10 健康目標2(朝ごはんは野菜を食べてくる。)



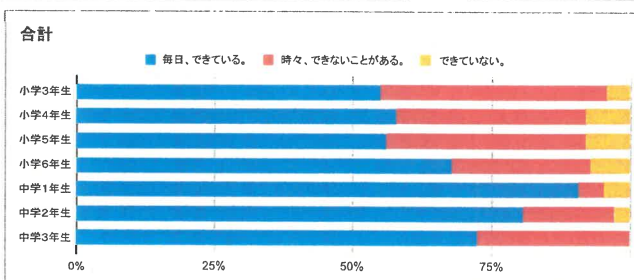
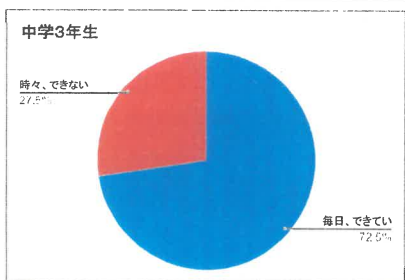
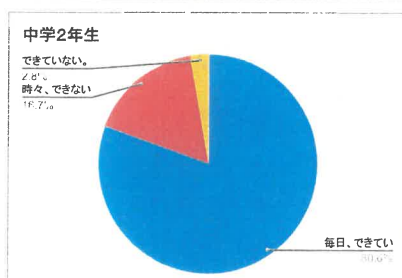
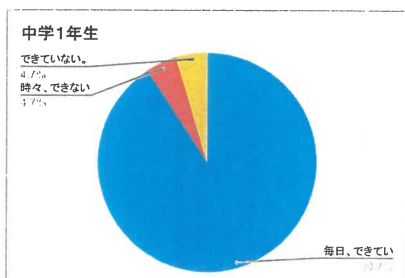
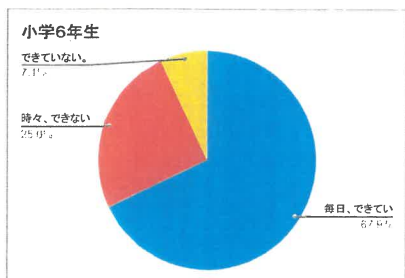
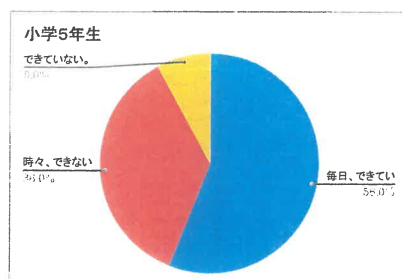
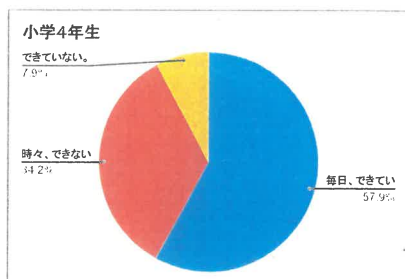
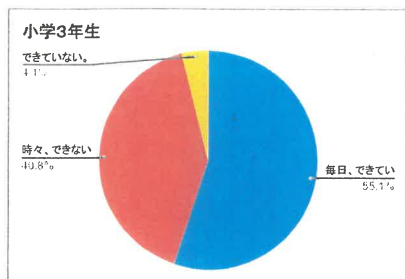
中学1年生は、毎朝野菜を食べている生徒が6割以上と他の学年より多かったが、全体では、毎朝野菜を食べている児童生徒は約半数であった。

11 健康目標3-1(給食マスター お箸を正しく持って食べている。)



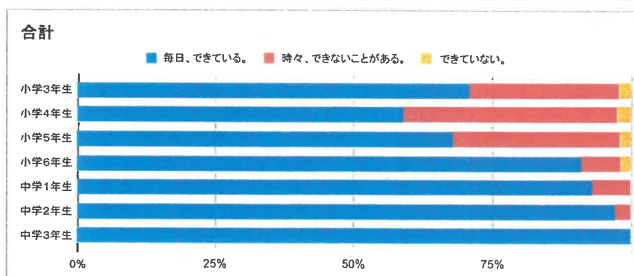
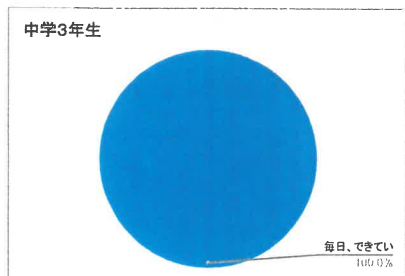
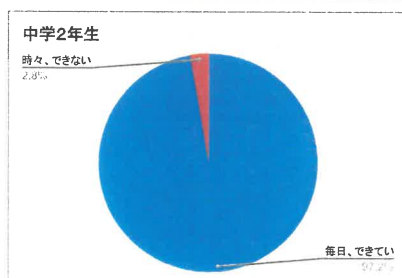
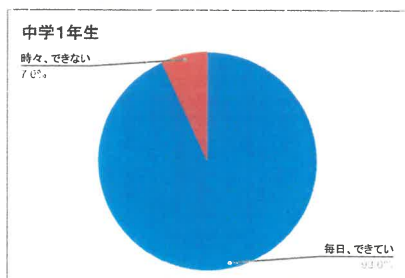
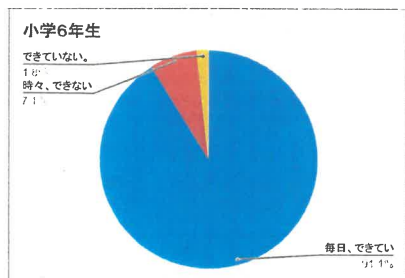
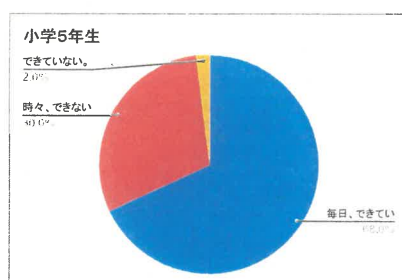
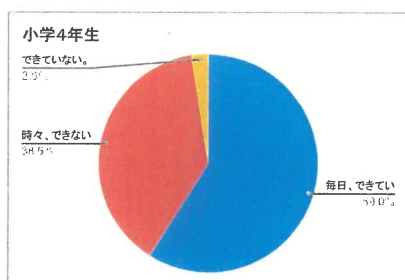
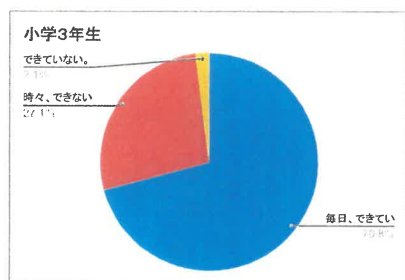
お箸を正しく持つことは、学年が上がるとともに身に付いていた。中学3年生では、98%が毎日できていた。

12 健康目標3-2(給食マスター 好き嫌いしないで食べる。)



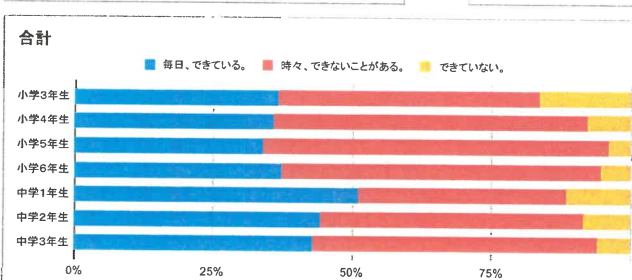
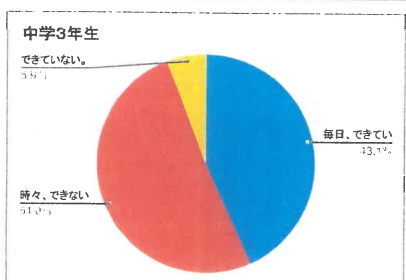
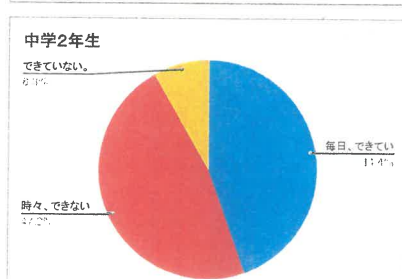
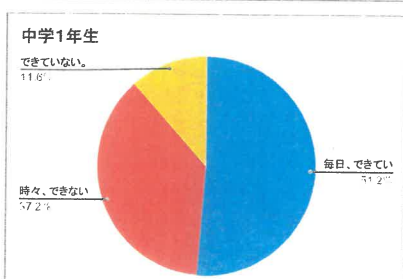
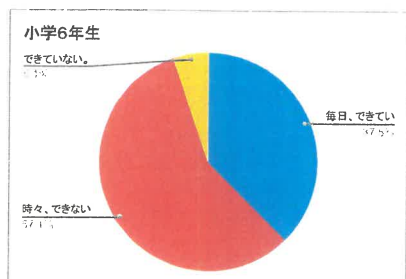
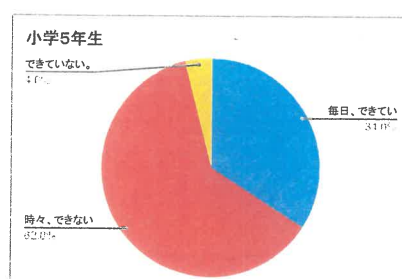
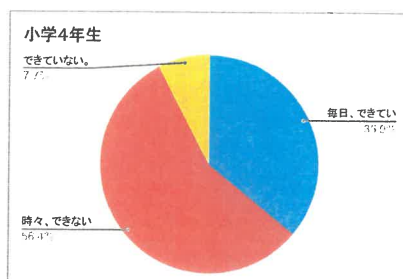
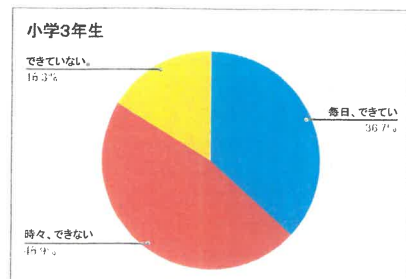
好き嫌いしないで食べることが毎日できている児童生徒は、小学3・4・5年生は6割以下であったが、6年生以上の学年はすべて6割以上であった。好き嫌いしないで食べることができていない児童生徒は、小学3年生を除き学年が上がるにつれて少なくなっていた。

13 健康目標3-3(給食マスター 会食のマナーを守って食べる。)



会食のマナーを毎日守っている児童は、6年生以上は90%以上と多く、学年が上がるともにできるようになり、中学3年生では100%となっていた。

14 健康目標4(学習するときは、良い姿勢を心がけている。)



学習するとき毎日良い姿勢を心がけている児童生徒は、中学1年生を除き半数以下であった。
できていない児童生徒は、小学3年生に多かった。

4 新体力テストの結果

有意差・・・平均値での比較だけでなく、全国平均・都道府県平均をそれぞれ50としたときの
学校平均の偏差値を加味した比較

有意差が優れているもの



有意差が劣っているもの



(1) 令和4年度新体力テスト結果(中学校)

種 目 *体力評価			1 年			2 年			3 年		
			平均値	県平均	全国平均	平均値	県平均	全国平均	平均値	県平均	全国平均
握 力(kg) *筋力	男子	親園中	23.45	23.68	23.94	30.95	29.30	30.03	34.21	34.13	34.46
上体起こし(回) *筋力・筋持久力	男子	親園中	27.86	22.73	24.44	28.05	25.86	27.84	28.61	28.20	29.93
長座体前屈(cm) *柔軟性	男子	親園中	34.27	39.40	40.27	37.60	43.54	45.48	44.14	47.78	49.16
反復横跳び(回) *敏捷性	男子	親園中	53.77	48.25	50.13	57.65	52.47	53.86	55.86	55.31	56.66
20mシャトルラン(回) *全身持久力	男子	親園中	72.91	64.23	71.57	77.85	80.98	88.28	90.50	89.51	94.81
50m走(秒) *スピード	男子	親園中	8.22	8.72	8.42	7.55	8.06	7.80	7.27	7.65	7.45
立ち幅跳び(cm) *筋パワー	男子	親園中	182.64	177.02	182.75	201.90	197.05	201.67	222.68	210.39	214.74
ボール投げ(m) *巧み性・筋パワー	男子	親園中	16.86	16.63	18.44	22.30	19.85	21.38	22.07	22.73	23.69
握 力(kg) *筋力	女子	親園中	21.12	21.43	21.98	24.08	23.85	24.24	25.36	25.36	25.61
上体起こし(回) *筋力・筋持久力	女子	親園中	19.61	20.36	21.90	22.04	22.46	24.43	25.13	23.86	25.20
長座体前屈(cm) *柔軟性	女子	親園中	40.36	42.53	43.88	43.88	45.99	46.78	45.18	47.95	49.81
反復横跳び(回) *敏捷性	女子	親園中	49.12	45.07	46.85	49.20	47.18	48.96	52.13	48.58	49.38
20mシャトルラン(回) *全身持久力	女子	親園中	50.61	49.40	56.33	57.96	56.52	62.32	56.21	57.94	62.12
50m走(秒) *スピード	女子	親園中	8.68	9.19	8.90	8.49	8.92	8.62	8.30	8.79	8.56
立ち幅跳び(cm) *筋パワー	女子	親園中	163.67	162.57	169.26	173.20	170.27	175.19	176.31	173.67	178.62
ボール投げ(m) *巧み性・筋パワー	女子	親園中	12.06	11.38	12.33	15.48	12.75	13.79	15.82	13.87	14.57

分析結果

「50m走」に関しては、すべての学年の男女が有意差があり優れているという結果となった。この結果から、一昨年度から取り組んでいた「走」を意識した補強運動やサーキットトレーニングが適切な運動であり、効果が十分にあったと言える。また反復横跳び（敏捷性）は1・2年男子、1・2・3年女子で有意差があり優れていた。今後の課題としては、男女ともに20mシャトルランの結果が、県平均・全国平均を下回っている学年が昨年度と同様に多かったため、全身持久力の強化を図る必要がある。さらには、男女ともに全学年で長座体前屈（柔軟性）が全国・県平均ともに下回っていたため、新たな課題として取り組んでいきたい。

(2) 令和4年度新体力テスト結果(小学校低学年)

種 目 *体力評価		1年			2年			3年		
		平均値	県平均	全国平均	平均値	県平均	全国平均	平均値	県平均	全国平均
握 力(kg)	男子	10.4	8.95	9.12	11.6	10.56	11.00	13.1	12.41	12.69
*筋力										
上体起こし(回)	男子	10.4	11.58	11.64	13.6	14.24	14.54	17.6	16.24	16.72
*筋力・筋持久										
長座体前屈(cm)	男子	27.9	25.14	26.54	30.6	26.21	27.74	30.9	28.15	29.73
*柔軟性										
反復横跳び(回)	男子	29.5	27.21	27.26	32.7	31.40	31.58	36.3	35.02	35.38
*敏捷性										
20mシャトルラン(回)*全身持久	男子	21.6	18.34	18.73	29.6	27.58	29.07	38.3	34.71	38.41
50m走(秒)	男子	11.5	11.70	11.45	11.1	10.83	10.59	10.3	10.34	10.02
*スピード										
立ち幅跳び(cm)	男子	117.2	111.45	114.74	126.3	123.18	125.57	137.1	132.29	136.81
*筋パワー										
ボール投げ(m)	男子	9.1	7.69	8.28	10.5	10.97	11.52	15.6	14.21	15.66
*巧巧性・筋パ										
握 力(kg)	女子	8.9	8.37	8.57	10.8	10.00	10.23	13.1	11.81	11.84
*筋力										
上体起こし(回)	女子	9.6	11.44	11.39	13.8	13.95	14.13	16.5	15.73	15.85
*筋力・筋持久										
長座体前屈(cm)	女子	32.4	27.34	28.57	33.2	28.98	30.30	35.7	31.37	32.08
*柔軟性										
反復横跳び(回)	女子	27.8	26.43	26.52	32.6	30.34	30.56	36.4	33.91	33.58
*敏捷性										
20mシャトルラン(回)*全身持久	女子	18.0	15.72	15.96	27.0	22.18	22.27	31.7	27.16	29.16
50m走(秒)	女子	12.1	11.99	11.82	11.2	11.12	10.93	10.7	10.60	10.40
*スピード										
立ち幅跳び(cm)	女子	105.1	104.63	106.93	118.9	116.14	117.69	126.9	125.84	128.05
*筋パワー										
ボール投げ(m)	女子	6.3	5.37	5.62	9.7	7.28	7.38	13.4	9.31	9.40
*巧巧性・筋パ										

分析結果

低学年は、全国平均より3ポイント以上高い種目が数多く見られることから、運動能力に優れた児童が多数在籍していることが分かる。昨年度と比較してみると、ボール投げにおいて3年生男子女子ともに2年生の時と比べて4m以上記録を伸ばしている。複数名の児童が運動部へ加入したことが要因と考えられる。

一方で、2年生男子は昨年度と同様に、上体起こしとボール投げの数値が全国平均より3ポイント低くなっている。また、スピードと筋パワーがやや劣っていることが分かる。

授業体育だけでなく、業間・昼休みの時間を利用して体力づくりやサーキットトレーニングに継続して取り組ませて、体力向上を図っていきたい。

(3) 令和4年度新体力テスト結果(小学校高学年)

種 目 *体力評価		4 年			5 年			6 年		
		平均値	県平均	全国平均	平均値	県平均	全国平均	平均値	県平均	全国平均
握 力(kg)	男子	16.0	14.17	14.45	15.9	16.10	16.49	20.5	19.09	19.43
*筋力										
上体起こし(回)	男子	16.6	17.97	18.63	19.0	19.54	20.79	22.0	21.38	22.66
*筋力・筋持久										
長座体前屈(cm)	男子	27.0	29.96	31.06	30.3	31.70	33.49	32.7	34.00	35.72
*柔軟性										
反復横跳び(回)	男子	34.7	39.17	39.21	41.4	42.19	43.61	43.4	45.42	46.27
*敏捷性										
20mシャトルラン(回)*全身持久	男子	41.7	42.71	45.60	51.2	49.90	54.83	57.1	58.25	63.42
50m走(秒)	男子	20.7	9.88	9.61	26.4	9.53	9.22	26.2	9.07	8.87
*スピード										
立ち幅跳び(cm)	男子	98.9	141.67	144.52	101.8	149.79	155.38	114.5	160.37	164.07
*筋パワー										
ボール投げ(m)	男子	59.0	17.72	18.92	66.2	20.64	22.92	75.0	24.35	26.65
*巧巧性・筋パ										
握 力(kg)	女子	15.3	13.62	13.87	21.2	15.98	15.91	24.4	19.18	19.23
*筋力										
上体起こし(回)	女子	15.6	17.63	17.64	18.9	19.08	19.19	19.5	20.37	20.84
*筋力・筋持久										
長座体前屈(cm)	女子	29.8	33.87	34.82	32.8	36.07	37.40	32.2	39.21	41.02
*柔軟性										
反復横跳び(回)	女子	38.2	38.19	37.91	42.9	41.92	41.51	42.4	43.61	44.19
*敏捷性										
20mシャトルラン(回)*全身持久	女子	37.9	34.69	37.09	48.6	42.15	44.14	50.6	48.50	51.56
50m走(秒)	女子	18.6	10.10	9.91	18.0	9.69	9.52	21.1	9.28	9.15
*スピード										
立ち幅跳び(cm)	女子	94.7	136.52	137.89	104.0	145.92	147.40	109.9	154.20	156.01
*筋パワー										
ボール投げ(m)	女子	50.7	11.76	11.63	58.7	14.02	13.60	59.6	16.06	16.38
*巧巧性・筋パ										

分析結果

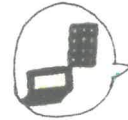
昨年度と比較をすると、現在の5・6年生男女ともに、前学年の時より全国平均値より3ポイント以上高い種目が増えている。各学校で、工夫した取り組みをした成果であると考えられる。特にボール投げでは、全国平均値と比べると10ポイント以上高い学年が多い。運動部への部活動加入率が要因と考えられる。

一方で、低学年と同様に、スピードと筋パワー、そして筋持久力において全国平均値より劣ってしまっている。

低学年の分析結果と同様になってしまうが、授業体育だけでなく、業間・昼休みの時間を活用して体力づくりやサーキットトレーニングに継続して取り組ませて、体力向上を図ってきたい。

親園中学校区 情報通信機器使用に関するルール

- 「学習習慣を守る」「生活習慣を守る」「トラブルから守る」
ために親園中学校区の児童生徒、保護者、地域の皆さんの意見を
参考にして親園ルールを決めました。



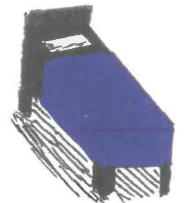
【時間】

- 平日は、1時間以内にする。
(学習で使う時間は、小学校プラス30分、中学校プラス1時間)
- 休日は、2時間以内にする。
(学習で使う時間は、小学校プラス1時間、中学校プラス2時間)
- 小学校は21時、中学校は22時までにする。



【場所】

- 家族の首が届く場所(リビング・茶の間等)で使う。
(学習の時も同じ)
- 寝る時はリビング・茶の間等の家族の共有スペースに置いておく。



【使い方】

- 学習や宿題などやるべきことが終わってから使う。
(勉強時間の目安は、小学校:各学年×10+10分 中学校:学年+1時間)
- 相手が嫌な声を出さない表現(言葉・文章・スラング等)を使う。
- ネット上に個人の動画や画像をアップしない。



大切なこと
以上の共通ルールとした上で、
家庭内のルールを家族で
相談して決めましょう。

コラム ～みんな知ってる?ゲーム障害～
ゲームをやりすぎて下記の4項目が続く場合、
「ゲーム障害」とされています。

- ① ゲームの使用を制御できない。
 - ② ゲームを最優先する。
 - ③ 問題が起きてもゲームを続ける。
 - ④ ゲームにより個人や家庭、学習などに重大な問題が生じている。
- ゲーム障害では脳に異常な反応が起き依存状態から抜け出せなくなります。
ゲームへののめり込みに注意が必要です。



★家族のみんなで協力して、親園ルールを守りましょう。

小児生活習慣病予防健診 から見えること



令和4年9月14日

大田原市役所子ども幸福課 母子健康係

小児生活習慣病予防健診

【対象者】

市内小学校5年生及び中学校1・3年生の希望者

親園学区 受診率 **98.9%**

【健診内容】

①問診票による調査

(身長・体重・肥満度・家族歴等)

②血圧測定

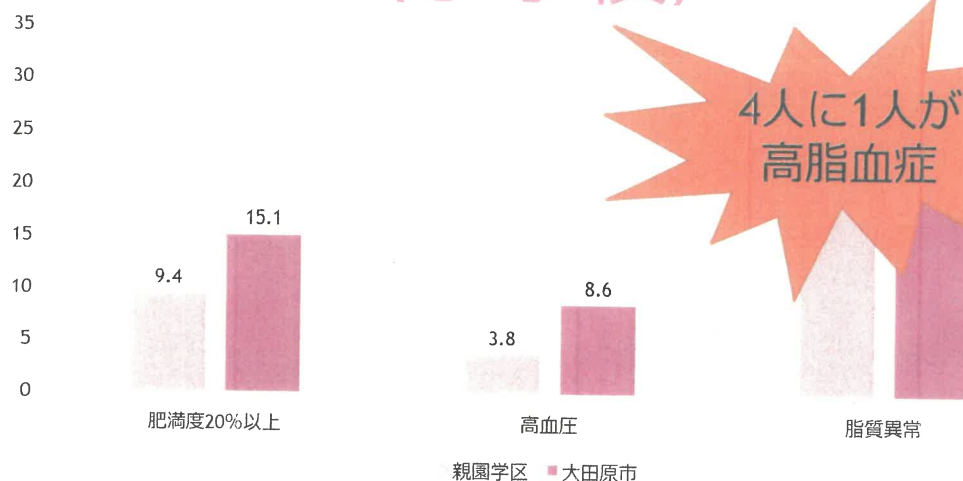
③血液検査

(脂質検査・貧血検査・糖尿病検査)

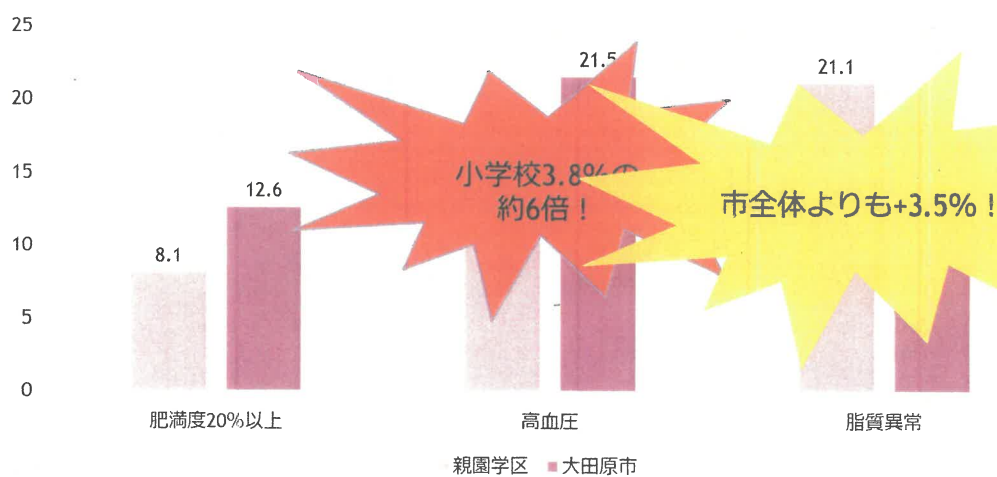
※糖尿病検査については、小学5年生及び中学3年生のみ実施



有所見状況の市全体との比較 〈小学校〉



有所見状況の市全体との比較 〈中学校〉



親園学区の健診結果まとめ

- ▶ 約2割の児童・生徒において医療機関の受診・経過観察・生活指導が必要な状況
- ▶ 小学生と比べ、中学生になると、高血圧の割合が高くなる
- ▶ 中学校において、脂質異常（高脂血症）の割合が大田原市全体と比べて高い