

H E S (ひがしのえぶりわんせいかつしゅうかん) 向上プロジェクト【広島県】

■団体の名称

大崎上島町立東野小学校

■連携している団体

小学校、PTA、病院・保健所、保健・福祉部局、東野小学校学校応援隊（学校運営協議会委員、卒業生保護者、地域コーディネーター、民生委員）、広島国際大学、広島商船高等専門学校

■背景・ねらい

食事、睡眠、メディア視聴、挨拶、歯科検診の状況及び新体力テストで柔軟性や走力に課題が見られたこと等から、生活習慣の改善を図る必要がある児童が多いことが明らかになった。既存の個別の取組を、児童の生活習慣の向上を図る一つのプロジェクトとして位置付け、マンパワー不足というもう一つの課題を克服するために、学校・家庭・地域が連携し、「オール東野」で児童の生活習慣の改善を図ることをねらいとしている。

■活動内容

○専門講師によるオリジナルストレッチや体育指導の実施

外部の専門講師監修による東野小オリジナルストレッチを体育の準備体操に取り入れ、毎年水泳・陸上指導をしていただいている。専門家による体の動かし方等のポイント指導を受けることで、水泳や陸上の取組意欲と体力向上につながっている。

○フッ素洗口やブラッシング指導の実施

PTA総会時に学校歯科医及び町役場保健師によるフッ素洗口に関する講義をしていただき、週1回フッ素洗口の日として、歯磨き時にフッ素洗口を行っている。また、1年生は保護者とともに歯科衛生士によるブラッシング指導を受け、家庭での歯みがき指導につなげている。

○あいさつ名人表彰の実施

児童及び登校指導に立たれているPTAや地域の方の声も踏まえた教職員の投票によるあいさつ名人を選定し全校の前で表彰し、気持ちの良い挨拶をする児童の育成に努めている。

○その他

生活がんばり週間や個別の健康相談、らんらんタイム、ウォーミングアップタイム、睡眠についての講演会、地元食材を生かした食育などにも取り組んでいる。



| 学年 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 合計 |
|-----|----|----|----|----|----|----|----|
| 児童数 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 90 |
| 男子 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 48 |
| 女子 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 42 |
| 合計 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 90 |



| 項目 | 内容 |
|--------|---------------------------|
| 挨拶 | 挨拶の大切さ、元気な挨拶の大切さ |
| 生活習慣 | 生活習慣の大切さ、健康な生活習慣の大切さ |
| 食育 | 食育の大切さ、地元食材の大切さ |
| 睡眠 | 睡眠の大切さ、健康的な睡眠の大切さ |
| メディア視聴 | メディア視聴の大切さ、健康的なメディア視聴の大切さ |



■成果

○運動能力や生活習慣の改善

児童一人一人の柔軟、跳躍力、走力、投力の数値が前年に比べ上昇している。また、生活がんばり週間での歯磨きと睡眠に関する項目について改善が見られたり、生活がんばり週間の中で課題があると思われる児童と保護者に対しては、個別の健康相談を実施し、その結果、全員に改善が見られた。

【新体力テスト】（R5とR6で比較して上昇した人数の割合）

長座体前屈78.8%、立ち幅跳び87.9%、50m走66.7%、ソフトボール投げ66.7%

【生活がんばり週間】（R5.5月とR6.2月で比較して改善した人数割合）

歯磨きと睡眠に関する項目 94.4%