

あとがき

令和6年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査全国結果によると「全国的に体力合計点は中学校男子ではコロナ前の水準に戻ったが、小学校男子及び中学校女子では前年度からほぼ横ばい、小学校女子は引き続き低下している」「1週間の総運動時間（体育の時間を除く）が60分未満の割合は、中学校は減少したが小学校でほぼ横ばい」とありました。コロナ禍での外出や運動種目の制限等の影響が今なお残っており、生活習慣はなかなか元には戻らないことを改めて思い知らされました。

改善策として「運動の機会を増やすこと」が一番に思い浮かびます。しかし、子どもたちに「やらされている」という思いがあれば続かないでしょう。これは、食生活やスマホ・ゲーム依存の心配がある児童・生徒においても同じだと思います。「望ましい方法や習慣を自ら選択する力」をつけないければ、心配な児童・生徒の状態は変わらないと考えます。

このことから、今後より工夫した指導が必要だと感じます。正しい知識や望ましい習慣が子どもたちの心に落ちるような指導や、習慣化するための楽しさや成果が実感できる指導です。揖斐郡学校保健会研修総会における「スマホ・ゲーム・ネット使用に伴う問題とその対応」の講演で、NPO日本次世代育成支援協会 鷺津 秀樹 様は「向こうからやってくる『面白いこと』は依存になりやすいが、こちらから探し出す『面白いこと』は自分の力になっていく」と話されました。心も体も健やかな子どもたちの育成のためにどんなしかけをしていくか、我々の腕の見せ所だと思います。目の前の子どもたちのために、様々な角度からデータを分析し、見識を深め、はたらきかけていきましょう。

今年度も、揖斐郡内の保健主事、体育主任、養護教諭、栄養教諭の先生方のご協力により、「いびの子のからだ」第71号を発刊することができましたことを、心よりお礼申し上げます。当冊子が、学校教育の土台を担う健康教育の指針として大きく貢献できますよう、十分活用していただくことをお願い申し上げます。

令和7年2月

揖斐郡学校保健会

会 長	医師会会長	野田 宜輝
副会長	歯科医師会会長	保坂 松治
副会長	薬剤師会会長	金森 豊
副会長	教育会会長	香田 静夫
理事	PTA 連合会会長	高田 敦人
理事	小中学校校長会会長	澤田 辰男
理事	保健主事部会顧問校長	高見 恵美子

いびの子のからだ編集委員

理事	養護教諭部会顧問校長	星野 伸子
理事	保健主事部会部長	森 晶代
理事	養護教諭部会部長	高橋 緒記
理事	養護教諭部会代表	新井 美香
理事	小学校体育主任会代表	遠山 稚奈
理事	栄養教諭・学校栄養職員部会部長	鈴木 理沙

理事	中学校体育主任会代表	山上 剛健
事務局	揖斐郡学校保健会事務局	中村 孝広