

元気もりもり あさひの子

～健康な生活に向けて進んで取り組む児童の育成～
食がっなぐ命と未来

No. 1

2019. 12. 20

健康教育研究事業とは

以前にもお知らせしましたように、本校では今年度と来年度の2年にわたり、弘前市教育委員会からの委託を受けて、健康教育の実践研究に取り組んでいきます。主な取り組みは下記のような内容です。

- ①学んだ知識を生かして、望ましい資質や能力を身につける小中一貫教育を考慮した健康教育カリキュラム（授業・組織活動・啓発活動）についての研究
- ②青森県の実態及び「健康ものがたり」（弘前大学大学院医学研究科 中路重之教授制作）を学ぶ授業等についての研究
- ③学校の活動と関連させた生活習慣の改善に係る取組についての研究
- ④「食」との関連を意識した取組についての研究
- ⑤地域社会とのパートナーシップづくりについての研究

来年の11月には、中南地区の先生方を対象に、提案授業と研究成果の発表を行う公開研究発表会を開催します。ご協力をよろしくお願いいたします。

6年生の授業より

先日、6年生が健康教育の一環で授業を実践しました。



11月29日（金）

「自分の体を知ろう」

2日間の朝と運動後の血圧・脈拍を測りました。みんな血圧を測るのが初めての体験だったので、興味津々でした。

【感想】

- ・生活が乱れると、恐ろしいことになるとうわかった。食事・睡眠・運動に気を付けて、生活習慣を整えていきたい。



12月4日（水）

「短命県返上のために」

青森県の健康寿命を日本一にするため、どの年齢層にどのような運動が有効かを班で考え、発表しました。

【感想】

- ・運動不足だと血液が流れにくくなるなど、心臓病や脳卒中になるということがわかった。
- ・班のみんなで、誰にでもできるような簡単な運動を考えたのが、楽しかった。
- ・クラスでいろいろなことを考えるにいい機会になった。口だけでなく実行したい。

先日は、お忙しい中、「食」に関するアンケートへの記入をありがとうございました。アンケートは児童にも実施しましたが、「食」に関する児童や保護者の方々の関心が高く、この事業に取り組んでいくことの意義を改めて感じております。

今後は、この「元気もりもり あさひの子」でアンケート結果や学校での取組の様子、「食育」に関する情報等を提供しながら、学校・家庭・地域の連携を図り、心身ともに健康な児童の育成に努めていきたいと思っております。ご感想などいただけましたら幸いです。よろしくおつきあいください。