

【概要版】仙台市健やかな体の育成プラン 2024

第1章 本プランの策定について

- 本プランは、「仙台市基本計画」で示された教育分野の施策を協働して推進する「仙台市教育構想 2021」を上位計画とし、国の第4期教育振興基本計画及び学習指導要領の方向性に基づいた健やかな体の育成のための施策に関する基本計画として位置付けています。
- 「仙台市教育構想 2021」の計画期間が5年間であることや、「プラン 2017」において計画期間を5年として、健やかな体の育成に取り組んできたことを踏まえ、本プランの計画期間は、令和6年度から令和10年度までの5年間とします。
- 持続可能な開発目標（SDGs）との関連

教育構想全体に関連する項目



本プランと関連の深い項目



第2章 児童生徒の健康をめぐる現状と課題

1 児童生徒を取り巻く状況

(1) 子どもの健康課題

- ・昭和60年頃（ピーク時）に比べて、体力・運動能力が低下しています。
- ・運動への関心・意欲が低下しています。（運動をする子どもとしない子どもの二極化の進行）
- ・肥満・痩身、アレルギー疾患、メンタルヘルスの問題が増加しています。

(2) 新型コロナウイルス感染症による影響

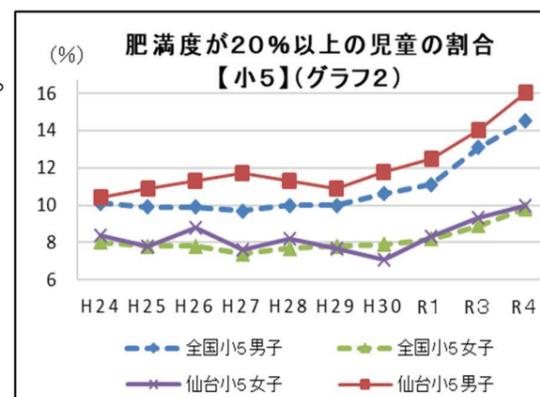
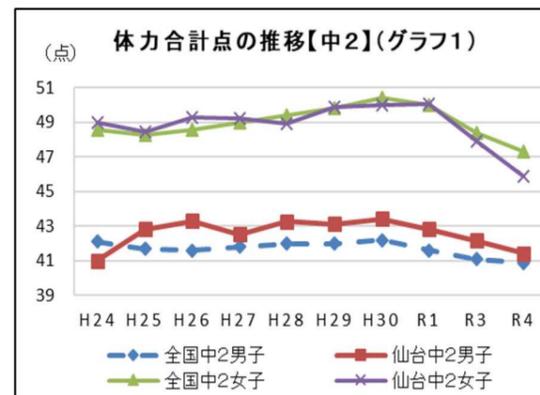
- ・運動時間や運動機会の制限による運動不足が増加しました。
- ・黙食の実施による給食を楽しみにする児童生徒が減少しました。
- ・コロナ禍で学習以外のスクリーンタイムが増加しました。

2 国の動向（第4期教育振興基本計画より）

「生涯にわたって運動やスポーツに親しむ資質・能力を育成するとともに、生活習慣の確立や学校保健の推進等により、心身の健康の増進と体力の向上を図る。」

3 仙台市が目指す方向性（仙台市教育構想 2021 より）

「体力は健康の維持といった身体面のほか、意欲や気力など精神面の充実にも大きく関わることから、望ましい食習慣や生活習慣づくり、体力の向上など、豊かな人生の基礎となる健やかな体を育成します。」



グラフ1・2のとおり、コロナ禍の3年間で、体力合計点の低下（体力低下）、肥満傾向の増加が見られています。

第3章 「プラン 2017」の取組状況と課題

1 1日3食をバランスよく食べる食習慣

- ・「仙台市食に関する指導の手引」を活用した食育の推進
- ・家庭・地域・関係機関との連携

【課題】食事の楽しさを感じることに、食べ残しを減らすこと、朝食を食べ、バランスのよい食生活を送ること。

2 体力向上につながる運動習慣

- ・体力・運動能力調査の実施による実態把握及び結果の活用
- ・運動の楽しさを継続的に体験できる環境づくりの支援や機会の提供
- ・保健体育等の指導や授業づくりに係る支援

【課題】運動が好きで運動をもっとしたいと思う児童生徒を増やすこと、進んで運動をすること、運動時間を増やすこと。

3 規則正しく健康を意識した生活習慣

- ・規則正しく健康を意識した生活習慣の確立に向けた取組への支援
- ・充実した学校保健活動の展開
- ・関係機関との連携による家庭への支援

【課題】健康に関心を持つこと、学習以外のスクリーンタイムを減らすこと、同じくらいの時刻に寝て起きるなど、十分な睡眠時間をとること。

4 定着させたい3つの習慣を一体的に推進するための施策

- ・健康教育推進のための学校支援
- ・健康実態調査における児童生徒の健康状況等の把握と活用
- ・児童生徒の健やかな体の育成の啓発及び推進

【課題】食習慣・運動習慣・生活習慣を関連付けた取組について、児童生徒や保護者、教職員の意識をさらに高め、学校・家庭・地域の連携を一層進めること。

平成30年度までは、体力合計点が緩やかに上昇するなど体力の向上が見られ、「プラン 2017」の施策による一定の成果がありました。しかし、コロナ禍により、施策に係る多くの取組が実施できなかったことから、全体的に目標に掲げた指標を上回ることができませんでした。

第4章 本プランの基本的な方向性

バランスよく食べて、進んで運動し、ぐっすり眠る、笑顔と元気あふれる仙台っ子

(目指す児童生徒の姿)

(プランの目標)

望ましい食習慣・運動習慣・生活習慣を身に付け、毎日の生活を明るく、楽しく、生き生きと健康的に過ごすことができる児童生徒の育成

- ①食事の楽しさを感じる児童生徒の増加
(食事をすることが楽しみ)
- ②食事の大切さを理解し生活に生かす児童生徒の増加
(食べ残しを減らす)
- ③望ましい食習慣を実践する児童生徒の増加
(毎日朝食を食べる、バランスよく食べる)

1日3食をバランスよく食べる食習慣

規則正しく健康を意識した生活習慣

健やかな体の育成

- ①健康に関心を持つ児童生徒の増加
(健康について気を付けている)
- ②生活習慣の大切さを理解し生活に生かす児童生徒の増加
(学習以外のスクリーンタイムを減らす、十分な睡眠時間を確保する)
- ③望ましい生活習慣を実践する児童生徒の増加
(十分な睡眠時間をとるために、毎日、同じくらいの時刻に寝て、同じくらいの時刻に起きている)

第5章 今後5年間に推進する 施策と具体的な取組

目標達成のための総合的な6つの施策と主な取組

体力向上につながる運動習慣

- ①運動の楽しさを感じる児童生徒の増加
(運動が好き、運動をもっとやりたいと思う)
- ②運動の大切さを理解し生活に生かす児童生徒の増加
(進んで運動をする)
- ③望ましい運動習慣を実践する児童生徒の増加
(1日あたり1週間あたりの運動時間を増やす)

【施策1：児童生徒の健康実態の把握と活用】

- ・全児童生徒を対象にした仙台市健康実態調査の実施
- ・仙台市スポーツ推進委員の派遣等による体力・運動能力調査の測定支援
- ・健康実態調査と標準学力検査、生活・学習状況調査とを関連させた調査結果の活用
- ・調査結果の児童生徒への個別活用(一人一台端末を活用したモデル事業) など

【施策2：学校・家庭・地域・関係機関との連携・協働】

- ・給食試食会や親子食育講座等の実施
- ・地場産物の活用による食育の推進
- ・地域のスポーツ関係団体と連携したスポーツイベント等の実施
- ・学校保健委員会の活性化による健康教育の推進 など

【施策3：健康教育の充実と普及・啓発】

- ・健康教育推進校や歯の衛生モデル校の取組と成果の普及
- ・健康づくりのための保護者用・児童生徒用・未就学児用リーフレットの作成 など

【施策4：教員の資質能力の向上と指導の充実】

- ・教員の資質能力の向上や授業づくりのための研修の実施
- ・指導の充実のための資料等の活用 など

【施策5：運動環境づくりの推進】

- ・運動の日常化を図るためのアイデアの紹介
- ・持続可能な運動部活動のための環境整備(地域の受け皿づくりや指導者の確保等) など

【施策6：学校支援体制の構築】

- ・アスリートや地元スポーツチーム等によるスポーツ教室の実施
- ・食育・運動・健康に関する指導の全体計画や年間指導計画等のモデルの活用 など

第6章 本プランの推進にあたって

1 計画の進捗管理及び達成状況の点検・評価

各種調査結果をもとに現状や経年変化を把握し、適宜施策の改善を図りながら進めていきます。

2 多様な主体との連携・協働の推進と情報発信

家庭や地域等の多様な主体との連携・協働を進め、健康教育に関する情報発信に努めます。

3 課題やニーズに応じた的確な対応

教育が対応すべき課題やニーズを把握し、的確な対応に努めていきます。