

## 体育指導の充実や運動習慣の改善に 全国体力・運動能力、運動習慣等調査

令和元年度の全国体力・運動能力、運動習慣等調査が、昨年4月から7月に小学校5年生・義務教育学校5年生と中学校2年生・義務教育学校8年生で行われました。この調査は、子どもの体力の状況を把握・分析することで、子どもの体力の向上のための課題を検証し、その改善を図ることを目的としています。

### 本市の結果概要

体力合計点を見ると、小学校では大阪府の平均を上回るものの、全国平均には及びませんが、中学校になると大阪府・全国平均を上回っています。本市では、小学校5年生から中学校1年生の間に、日々の授業や運動会、部活動などで確実に体力をつけています。

個別の調査項目を見ると、走力や柔軟性については改善傾向にあります。握力やボール投げには課題が見られます。今後、放課後や休みの日に、遊びの中で、ボールを投げたり、遊具で遊んだりすることが求められます。

また、「運動やスポーツをすることは好きですか」という設問に対し、肯定的な回答をする児童生徒が全国平均を下回っています。子どもたちが、さまざまな運動やスポーツに興味を持ち、自信を持って楽しめるような取り組みが大切になります。

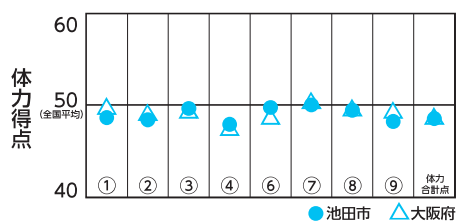
## 本市の体力得点を全国・大阪府と比較

### 調査項目

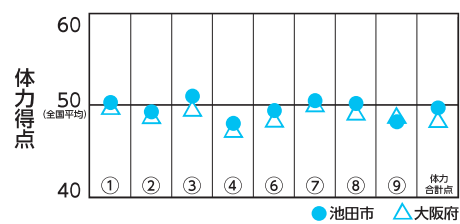
①握力 ②上体起こし ③長座体前屈 ④反復横とび ⑤持久走 ⑥20mシャトルラン ⑦50m走 ⑧立ち幅とび ⑨ソフトボール投げ

※得点は全国平均値(50点)に対する相対的な位置を示す指標です。50点より上の種目は全国平均を上回っています。⑤は中学校のみです。

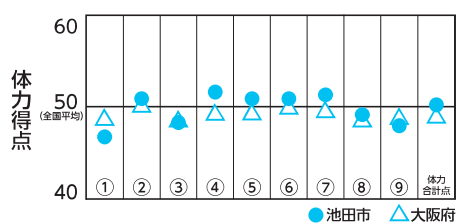
### 小学校(5年生男子)



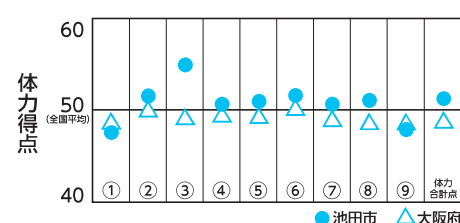
### 小学校(5年生女子)



### 中学校(2年生男子)



### 中学校(2年生女子)



## 市の話題のニュースやお得情報をお届けします。

### 今年度の取り組み

学校や教育委員会では、今年度体力向上や課題の改善のため、次のような取り組みを行いました。

#### ①はばたき運動教室の開催

小学校低学年から基本的な動きを総合的に身につけることをめざして、小学校2年生を対象に、運動教室を開催しました。200人近い子どもたちが、器械運動やボール運動を楽しみました。また、基本的な運動だけでなく、友達と協力して、ルールを守って運動することの良さを体験しました。

#### ②専門的な指導者の派遣

体操や水泳などその種目の指導に精通した先生やコーチに教えてもらうと、楽しみながらコツをつかみやすくなります。学校の体育の授業に運動を専門的に教えている指導者を招き、子どもたちに直接指導してもらう授業を実施しました。また、子どもたちが楽しみながら運動に取り組み、「できた!」と感じる場面が多くありました。

#### ③「運動が好き」「スポーツが好き」と思えるイベントを実施

スポーツとの出会いが、子どもたちを運動好きにすることがあります。パラスポーツなどさまざまなスポーツに触れるイベントを開催しました。

#### ④体育の授業の工夫

市内の3つの小学校を体育の研究指定校とし、工夫した体育の授業や子どもの運動意欲を向上する体育の行事などに取り組みました。子どもたちが楽しみながら運動する姿が見られました。

体力は、日々の遊びや運動の積み重ねで向上していきます。子どもの体力向上のために、家庭で一緒に体を動かしたり、運動イベントに参加したりするなどご協力ください。

※日本レクリエーション協会「子どもの体力向上ホームページ」に運動や遊びを紹介しています。



問 学校教育推進課 ☎754・6293

## 3歳児向け一時預かり事業 「みかんルーム」を開設します!

市立あおぞら幼稚園内に令和2年4月から令和3年3月までの1年間、一時預かり保育ルームを開設します。なお、利用料は無料です。

**場** あおぞら幼稚園内 **内** <開園時間> 月～金曜日午前7時30分～午後6時30分 <保育時間> 保育標準時間認定＝午前7時30分～午後6時30分、保育短時間認定＝午前9時～午後5時 **対** 令和2年度保育所等入所が保留中(希望施設が3カ所以上であること)の3歳児 **定** 15人 ※土・日曜日・祝日、年末年始(12月29日～翌年1月3日)と学校園閉庁日(例年お盆の3日間)は利用できません。保育短時間認定を受けている方は、開園時間の範囲内で時間外保育(別途料金が必要)を利用できます。

### <食事>

- ・昼食は弁当形式で、おやつと共に契約業者より搬入予定です(毎日提供)。
- ・食物アレルギー対応については、学校給食で対応している「飲用牛乳」と「卵」の除去となります。
- ・給食費はご負担いただきます。

問 教育政策課 ☎754・1105

# 吸う人も吸わない人もうれしい禁煙推進!

## 屋内禁煙は、マナーからルールへ

2020年4月から、飲食店、事務所、工場、旅館、その他全ての施設が禁煙になります(喫煙室を除く)。経営規模の小さい既存の飲食店では、経過措置として禁煙か喫煙を選択し、店頭ステッカーが貼られます。子どもも安心して食事ができるようになる半面、喫煙を選択した飲食店には20歳未満は入れなくなります。また府では、独自の受動喫煙防止条例が施行されるなど、禁煙を進める取り組みが活発になっています。



☎ 池田保健所 ☎ 751・2990

## この機会に、保険診療で禁煙治療をしませんか?

喫煙には、大麻などと同じ「タバコ依存症」という病名がつけられているのをご存じでしょうか? 病気になったら、病院で薬をもらって治すように、喫煙もお薬で治してみませんか?

タバコを吸うと、脳の快感中枢にニコチンの受け皿ができてしまい、ニコチンが入ると快感物質が流れ、不足するといらいらすという依存症のメカニズムが作られます。

禁煙治療薬はニコチンの代わりに受け皿に入るので、ニコチンがなくなってもいらいら感が減り、禁煙しやすくなります。

禁煙治療薬の処方には健康保険が適用されます(条件があります)。また、一般医療用医薬品としてニコチンガムやニコチンパッチが市販されているので、かかりつけ薬局でご相談ください。

最近人気の新型タバコにも危険が潜んでいますので、思い切って禁煙にトライしてみてください。

★府内禁煙外来(日本禁煙学会HPより)

[http://www.kinen-map.jp/hoken/list.php?pref\\_id=27](http://www.kinen-map.jp/hoken/list.php?pref_id=27)



## 禁煙推進ネットワークによる禁煙啓発活動

本市では、池田市、池田保健所、医師会(協力)、歯科医師会、薬剤師会で構成される禁煙推進ネットワークが「吸う人も吸わない人もみんなめでそう健康池田」をスローガンに2005年から活動しており、今年も5月31日(日)の世界禁煙デーにあわせてイベントを行います。

### ・世界禁煙デー in 石橋

**時** 5月30日(土)午後4時～6時 **場** 石橋阪大前駅西口 **内** 禁煙クイズや禁煙相談、ふくまるくんやひよこちゃんと写真撮影など。300人にひよこちゃんのマスコットをプレゼント

### ・新型タバコに関する講演会

**時** 5月28日(休)午後3時30分～5時 **場** 市役所5階府大会議室(予定) **内** 大阪国際がんセンター 田淵貴大医師による新型タバコに関する講演 **申** 電話で健康増進課 ☎ 754・6034



☎ 健康増進課 ☎ 754・6034