

<三谷健康すくすく計画…健やかな育みを求めて>

活動の名称 上井草健康推進地区連携事業

団体等の名称 東京都 杉並区立 三谷小学校

活動に含まれる（連携している）団体等

- 幼稚園 ■ 保育所 ■ 小学校 ■ 中学校 ■ 高等学校 □ 中等教育学校 □ 特別支援学校
- 児童館 □ 公民館 □ 図書館 ■ PTA □ 子育て・教育支援団体、NPO □ 企業・事業所
- 病院・保健所 ■ 早寝早起き朝ごはん運動・家庭教育支援に関する実行委員会・協議会
- 行政（教育委員会） ■ 行政（保健・福祉部局） □ 行政（その他の部局）
- その他（早稲田大学ラグビー蹴球部、上井草スポーツセンター 〈FC東京〉）

活動の概要

◆ 活動の目的・趣旨

○コミュニティスクール(CS)三谷小学校…東京都アクティブライフ推進校

・学校教育で終わらない「健康づくり」は、生涯を通して「おもしろく」「気持ちよく」「主体的に」取組めるように学び、実践していくことが大切である。そのためにもCSが地域の核になり、学校・保護者・地域の人々が子育てを意識できるよう、学校と連携団体が一緒の方向を向くことが大切である。「育ち」を支援していく場づくり、意識づくりを行っている。

○「子供時代をいかに元気に、気持ちよく過ごせたかは、必ず豊かな健やかなライフスタイルへとつながっていく」という仮説のもと、子供たちのリテラシーを高めていく運動を展開推進していく。その大きな柱として「早寝早起き朝ごはん運動」を柱に、三位一体の行動を起こすことを目的としている。

◆ **主な活動内容**…CS三谷として、学区からの発信と地域からの発信

学校では…運動・保健指導、食育、生活習慣の充実をめざす…三谷すくすく計画をもとにした健康教育

運動—特色ある健康教育の取組(ラグビー授業) 保健指導—給食後の全校歯磨き、全学年での口腔指導。
食育—総合的な学習の時間での「食」に関わる単元授業、全校弁当の日、全校収穫祭(一学年—野菜づくり)
生活習慣—「早寝早起き朝ごはん運動」の推進 起床就寝のめやす、ノーメディアウィークの設定(PTA)、夏休みラジオ体操会の実施(PTA おやじの会)



ラジオ体操大会



馬術競技・乗馬体験



ラグビー観戦ツアー



早寝早起き朝ごはん



口腔指導(全学年)

地域では…運動環境を利用した取組の提供…上井草健康推進委員会

- 幼保小の連携…「早寝早起き朝ごはん紙芝居」(全国協議会後援)
- 子育てネットワークニュースの発行…(児童館、保健センターなどの取組を紹介)
- 小学校…地域料理教室(栄養教諭によるおせち料理、和食料理)
- 中学校…地域清掃活動、母校ボランティア(運動会・PTA祭支援手伝い)
- 近隣高校…農芸高校馬術部(馬術競技・乗馬体験)
- 近隣大学…早稲田大学ラグビー蹴球部(ラグビー体験・観戦ツアー)

地域報告会の開催…HP・紙面報告(学校便り、CS活動報告)

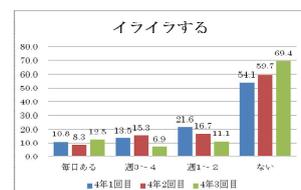
◆ 活動の成果と今後の展望

推進委員会の設置により 多くの大人が「健康づくりのまち」としての認識を新たに、「自分の体は 自分でつくる、守る、大切にしていこう」という姿勢がみられるようになった。

さらに、大人が変わることで子供の健康への取組が変わり、学校を取り巻きながら、よいまちづくりに貢献できていけると努力していく。コミュニティスクールの良さである、「よいまちはよい学校をつくる」ということをさらに具現化していきたいと考えている。



地域料理教室



校内生活調査より