

平成26年度みやぎっ子ルブル推進優良活動 表彰団体活動紹介

【保育所・幼稚園部門】

1 名取市立高館幼稚園	
取組名	身近な人々との関わりの中で育てる「仲良くする子・自分でする子・元気に遊ぶ子」
<p><取組の内容></p> <p>「親子料理教室」、「誕生会クッキング」、「お弁当参観」等により、子どもに食の楽しみを感じさせるとともに、保護者へ食についての意識高揚を図っています。また、「異年齢児保育」、「未就園児登園」、「幼小交流学習」を行うほか、地区民体育大会・お茶会・老人会との交流・公民館まつり等、地域の方々とのふれあいを定期的に行っています。</p> <p><取組の成果></p> <p>子どもたちは嫌いな食べ物にも挑戦しようとする意欲が高まっただけでなく、家庭において親子で話し合う機会が増え、食に関する保護者の意識を高めることにつながったほか、異年齢・同年齢の友達や地域の方々と関わることにより、“人といることの心地よさ”を感じ取り、「幼小交流学習」では小学生への憧れの気持ちが生まれ、小1ギャップの解消にもつながっています。</p>	
2 蔵王町立遠刈田幼稚園	
取組名	自然環境を生かした心豊かな子どもの育成
<p><取組の内容></p> <p>農作物などの栽培、収穫、調理、会食という流れのある食育活動を実施しているほか、一定期間、園児が自作するなどした「歯磨きカレンダー」を家庭で活用しています。また、豊かな自然を活用した体験活動や異年齢児交流活動を実施するほか、自主的な運動を促すため、「チャレンジプレスレット」を活用しています。</p> <p><取組の成果></p> <p>野菜の栽培活動等を通じて、食に関する興味をもつようになり、嫌いなものでも食べてみようとする子どもが増えてきたほか、朝と夜の歯磨きを忘れずにしていく子どもが増えました。また、築山に登ったり、サッカーをしたり、自ら戸外で遊ぶようになり、日常的に体力の向上が図られており、異年齢の交流により、思いやりの気持ちや協力する大切さなど、よりよい人間関係の育ちが感じられます。</p>	

【小学校・中学校部門】

1 仙台市立作並小学校	
取組名	ハッピー ライフスタイル！
<p><取組の内容></p> <p>生活習慣チェックシートを活用し、2ヶ月に1回、1週間連続で生活を振り返る取組のほか、異年齢による縦割りの給食を年9回実施しています。また、ランランタイムを毎週水曜日の業間に設け、ランニングやアスレチック等を行っているほか、冬季期間は体育館で「ピョンピョンタイム」として連続長縄跳びを練習しています。</p> <p><取組の成果></p> <p>給食を残さず食べる習慣が身に付いてきており、全校児童が完食している日がほとんどです。また、「ランランタイム」や「ピョンピョンタイム」では、競い合いながら、運動することの喜びや、協力して取り組む楽しさを味わうことができています。</p>	
2 仙台市立湯元小学校	
取組名	すこやか湯元っ子
<p><取組の内容></p> <p>「よい習慣がんばりカード」の実施（年4回・長期休業明けの1週間）と、カードを活用した食育・保健の授業及び生活改善指導や、委員会活動に「給食・保健・運動」の三領域を追加して、児童の主体的健康推進活動の充実を図っています。また、運動環境（校庭・遊具・運動用具等）を整備したほか、校内研究授業、アスリート活用事業、東北楽天イーグルスの協力による授業などを行っています。</p> <p><取組の成果></p> <p>特に、朝食欠食率が低下し、「よい習慣がんばりカード」の継続実施（3年間）により、児童・保護者が課題を共通認識し、改善の必要性を感じて行動化してきました。また、委員会活動を通して給食や栄養のことに関心をもち、給食を残さず食べるようになり、残食が少なくなってきたほか、運動環境の整備により、外で遊んだり、運動したりする児童が増えてきました。</p>	

3 仙台市立芦口小学校	
取組名	協働型学校評価重点目標として芦口小の取り組んだ生活習慣改善の試み - 「朝ごはんをしっかりと食べ外で元気に遊ぶ子」から「早ね 早おき 体操で 心と体 すっきりと」へ-
<p><取組の内容></p> <p>保健指導による早寝・早起きの推進（目安：遅くとも9時就寝、6時起床）と早起き効果を啓発し、「芦小すくすくシート」を活用しているほか、長期休業開始の1週間、親子で朝食を作る「ふれあい朝ごはん週間」や、親子で弁当づくりをする「ふれあい弁当の日」を実施しています。また、放課後に友達と校庭、公園で遊ぶことなどを奨励するほか、「金曜ラジオ体操」として、毎週全校児童、有志の保護者や地域の方々が一斉ラジオ体操を実施している。</p> <p><取組の成果></p> <p>早寝・早起き（しっかりと寝ること）をしたり、作った食事をしっかりと食べたり、規則正しい生活習慣の良さを実感するだけでなく、親子で調理に関わることで親子関係が深まり、毎日の食事作りへ感謝の気持ちを抱く児童が増えました。また、日常の運動量が増え、「金曜ラジオ体操」には地域参加者が少しずつ増加しており、児童も職員も相互に顔見知りの関係ができています。</p>	
4 仙台市立東四郎沢小学校	
取組名	レッツ スマイル ! 東4328
<p><取組の内容></p> <p>自分の食事・生活習慣の改善を図るための「生活リズムしらべ」を実施するほか、年2回「弁当づくりの日」を実施し、発達段階に合わせた「弁当づくり」を行っています。全学年で「朝の陸上教室」を実施し、学校全体として伝統的に体力向上を目指した「陸上運動」に取り組んでいます。</p> <p><取組の成果></p> <p>規則正しい生活習慣を身に付けようとする意識が高まっているほか、給食を残さずに食べる児童が多くなっており、家庭でも栄養バランスを考えた食事を心がけるようになってきました。また、運動や外遊びをあまり好まなかった児童の健康意識が高まり、運動や外遊びをする児童が増えてきています。</p>	
5 仙台市立岩切小学校	
取組名	「仙台市健やかな体の育成プラン」に基づく取組の推進
<p><取組の内容></p> <p>すくすくシート（年2回・長期休業開始の1週間）による生活習慣調査を実施するほか、JAなどの各関係団体からの協力や地域と連携し、給食へ地場産物を活用したり、給食委員会の児童による～お残しは許しまへんデー週間～の取組を行いました。また、「立ち幅跳び挑戦コーナー」などを時期毎に体育館に設置するほか、体育朝会、持久走「RUNRUNタイム」などを実施しています。</p> <p><取組の成果></p> <p>就寝時刻や朝食の内容について改善が見られたほか、給食委員会の児童による取組により残食量が減りました。また、日常的に運動等のコーナーが設置されていることで、校庭が使えないときでも児童が自分のペースで体育に取り組めるほか、冬期間は室内にこもりかちな児童も、「RUNRUNタイム」を通じて楽しくコミュニケーションを取りながら走ることができています。</p>	
6 仙台市立上杉山通小学校	
取組名	心豊かにたくましい若葉っ子
<p><取組の内容></p> <p>「すくすくシート」を活用するほか、発育測定時の保健指導で「睡眠」の大切さについて指導を行っています。また、給食の残食の多い低学年では「ペロリ賞」等で励ますほか、給食委員会を中心に啓発ビデオや残食調べ等を行い、校内放送等で呼びかけています。さらに、1,000人近い児童が在籍し、校庭にプレハブ校舎が建つなど運動スペースが限られているため、校舎内外の整備を行うとともに近隣公園の活用を図りました。また、筑波大学考案のSPARTSを参考に自校で作成した「ジョイフル体操」「ハピネス体操」を実施しています。</p> <p><取組の成果></p> <p>「すくすくシート」などの活用により、まずは感謝付けを図る点でよい成果が見られたほか、家庭では食べていない食材等へ興味を持ち、完食へ向けて努力する子どもが増えています。また、様々な体操を朝の時間に取り入れたことで、運動に取り組む機会が増え、学習に望む姿勢にも変化が見られました。</p>	

7 仙台市立榴岡小学校	
取組名	「からだづくり」榴岡小トライアングル
<p><取組の内容></p> <p>「ぐっすり寝る（そして早起き）」「しっかり食べる（特に朝ごはん）」「たっぷり運動する（あらゆる機会で）」について、お便りを発行するほか、トライアングルチェックシートにより、児童と家族が一緒になって、その実践とチェックを年2回実施しています。また、外部からサッカー、野球、体操などのプロの選手を講師に迎えるほか、一輪車や竹馬遊びを放送で呼びかけるなどしています。</p> <p><取組の成果></p> <p>家族と一緒に早寝や食事等の日常的な運動の実践に取り組む家庭が増え、規則正しい生活習慣が定着し、体が丈夫になったという声が保護者から聞かれるようになりました。また、外で元気に遊ぶ児童が増え、体力・運動能力調査においても徐々に伸びが見られています。</p>	
8 塩竈市立杉の入小学校	
取組名	「杉の子憲章」と「杉のしぐさ」を基に、PTAと学校が一体となって、よりよい地域生活、家庭生活、学校生活を目指していこう
<p><取組の内容></p> <p>自校給食時に、その日の給食に使われている食材等を紹介する給食だよりを発行し、給食委員が毎日校内放送で紹介しているほか、杉小まつりでは学年を超えた交流を行っています。また、保健だよりや日々の声かけにより「早寝早起き朝ごはん」の呼びかけを行うほか、「積極的なあいさつ、やわらかな言葉、親切な行動」を目指す「杉のしぐさ」を制定し、折に触れて示すなどしながら実践しています。</p> <p><取組の成果></p> <p>その結果、食材への関心や食べてみようという意欲が育ち、他学年との交流により、学年を超えたあいさつが定着しています。また、「早寝早起き朝ごはん」も定着し、杉のしぐさから、ていねいな言葉遣いや人に親切にすること、進んで家の手伝いをするなどを主に実践することで、地域の方々からも児童の親切な行動を褒める声が多く聞かれるようになりました。</p>	
9 大崎市立志田小学校	
取組名	ルルブルでバッチリ！
<p><取組の内容></p> <p>毎月第2週を「ルルブルチェック」の週とし、「ルルブルバッチリカード」を使い、自分の取組を見直す期間を設定しているほか、保健だよりで「ルルブルバッチリさん」を紹介するなど、毎月の実態を保護者に知らせています。また、「チャレンジタイム」（5分間マラソン）や「わくわくタイム」（鬼ごっこ・鉄棒・ボール投げ・なわとび・竹馬・一輪車）を学年毎にローテーションして行っているほか、隣接の幼稚園や支援学校との交流活動を毎年5回以上継続して行っています。</p> <p><取組の成果></p> <p>朝食の摂取率が大いに上がるとともに、主菜・副菜・汁物をバランスよく摂取する児童が増えただけでなく、ゲームやテレビの時間を家族で話し合い、時間を決めて取り組むことができる児童が増えてきました。また、交流活動の企画・運営をとおして、コミュニケーション能力の向上にもつながっています。</p>	
10 栗原市立一迫小学校	
取組名	心やさしく、元気な一迫っ子
<p><取組の内容></p> <p>食事のマナーやバランスのよい食事等について、食べ物の動きを紙芝居を使って説明したり、授業で使った絵を教室に掲示するなどして意識付けを図っています。また、1年生と年長児、5年生と年長児の幼小交流を継続して実施しているほか、ドッジボール・長縄飛び等の運動や6年生が計画する自由遊びを縦割活動として継続して実施しています。</p> <p><取組の成果></p> <p>バランスよく食べようという意識が児童に定着しつつある。また、小1ギャップや児童間の人間関係に係る深刻な問題も見られず、学年の枠を越えた相互の関わりを大事にしながら、学校生活を送ることができています。</p>	

1 1 気仙沼市立小泉小学校	
取組名	「はやね・はやおき・あさごはん運動」「学年（縦割り）ジャンピングタイム」「全校マラソン」
<p><取組の内容></p> <p>「生活習慣チェックカード」を毎日提出させ、児童の生活習慣の把握と指導に役立っているほか、業前活動として「なわとびタイム」や「全校マラソン（持久走）」を定期的に行い、児童の体力向上や運動習慣の定着を図っています。また、登下校時のあいさつや児童会を中心とした朝のあいさつ運動を行っています。</p> <p><取組の成果></p> <p>一人一人の生活の様子について細かな声かけや保護者への連絡などが、より個別・具体的にできており、その成果として小規模校であるが、市内の陸上大会や水泳大会では多くの入賞者を出しています。また、登下校時やあいさつ運動以外でのあいさつが習慣化されつつあります。</p>	
1 2 石巻市立石巻小学校	
取組名	保護者と連携した「はやね・はやおき・あさごはん運動」の取組
<p><取組の内容></p> <p>子どもたちに身に付けさせたい4つのこと（はやね・はやおき・あさごはん、毎日家庭学習、心と体を育む食生活、進んで手伝い）を「生き生き石小っ子」というリーフレットにして、年度当初に全家庭に配布するほか、4つのことを達成するため、「石小っ子カード」に家庭での様子を毎日記録・提出させ、達成度によって、「パーフェクト賞」「準パーフェクト賞」を設けるとともに、各児童の取組に励ましのメッセージを送るなどしています。また、食育の研究を進め、「はやね・はやおき・あさごはん」や栄養バランスのよい朝食を摂ることの大切さを授業で取り上げています。</p> <p><取組の成果></p> <p>平成26年6月時点で「はやね・はやおき・あさごはん」を毎日達成できた児童は57%、また、ほぼ毎日実行できた児童も合わせると78%に上るという結果となり、前年度からの向上が見られます。</p>	
1 3 亘理町立亘理小学校	
取組名	チャレンジ！『自分づくり』～進んで「あいさつ」・進んで「外遊び」～
<p><取組の内容></p> <p>学校栄養士・栄養教諭と担任が連携して食育指導を行っているほか、給食後に約4分間音楽に合わせて全校で歯磨きを行うなど、「歯磨き奨励・励行」に取り組んでいます。今年度は、全国4カ所の小学校をインターネット放送でつないだ「学童歯磨き大会」に参加し、クイズ形式で正しい歯磨きの仕方を学びました。また、「進んであいさつ」「進んで外遊び」というチャレンジ目標を設定し週1回学級毎に輪番で児童や地域住民にあいさつする「あいさつ運動」に取り組むほか、業間に奇数学年と偶数学年に分かれて、持久走や縄跳び等に取り組んでいます。</p> <p><取組の成果></p> <p>給食の残食量が減ったほか、他の地域や学校の児童が歯磨きをする様子を見たことで、普段の歯磨きに対する意識が高まり、磨き方もより丁寧になってきました。また、進んであいさつする児童の姿が校内外で多く見られることや、休み時間になると、校庭へ出て運動や外遊びをする児童が多く見られることなど、異学年児童とも良好な人間関係が形成されています。</p>	
1 4 村田町立村田第二小学校	
取組名	元気いっぱい 笑顔いっぱい 輝け！ぬまべっ子！！
<p><取組の内容></p> <p>各種おたよりを通して、「はやね・はやおき・あさごはん」の重要性を全校児童や保護者に啓発するほか、学校での啓発活動をブログで紹介しています。また、全学年が学校菜園で野菜を栽培し、収穫した野菜等を使った学校給食を実施するほか、地域の支援団体の積極的な協力により、米作り（田植え、稲刈り、脱穀）や昔の遊びの体験活動を行っています。さらに、体育朝会や児童会で、全校児童が縦割りで外遊びを行っています。</p> <p><取組の成果></p> <p>基本的な生活習慣を意識して取り組んでいる家庭が多くなっており、苦手な物があっても給食を残さず食べようとする児童が増えたほか、農業体験を通じて食材への関心が高まり、食べ物大切にしようとする態度が形成されてきています。また、学年や男女を問わず、校庭で活発に体を動かす児童が多く見られるようになりました。</p>	

15 大衡村立大衡小学校	
取組名	主体的に「食」にかかわろうとする子の育成「かしこく」「やさしく」「たくましく」
<p><取組の内容></p> <p>PTA 懇談会等で、保護者に対して行った生活習慣アンケート結果を基にした栄養指導を実施しているほか、地域と連携した「教育ファーム」(畑・田)などの体験活動を行い、生産者を招いた給食交流会を実施しています。また、異学年との縦割遊びや業間活動としてマラソンや縄跳びを実施しているほか、森林インストラクターの指導のもと、学校周辺のピオトープや里山での外遊び等を行っています。</p> <p><取組の成果></p> <p>朝食を食べて登校する児童や好き嫌いがあっても残さず食べる児童が増えており、縦割りの活動により外遊びや運動をする児童が増えていきます。また、地域との関わりを通じ、地域を愛する心や感謝する気持ちが芽生えつつあります。</p>	
16 石巻市立飯野川第一小学校	
取組名	すべての土台は生活習慣
<p><取組の内容></p> <p>河北地区父母教師会と連携し、地域ぐるみで「9時寝る運動!」に取り組んでいます。また、長年(33年目)実施している「かしわ祭り」(収穫感謝祭)や、食育通信によって朝食の大切さとバランスのよい食事について保護者・児童に周知しているほか、毎日給食後に全校児童で歯磨きを行い、養護教諭によるブラッシング指導を各学年3~4人の小グループに分けて全校児童を対象に計画的に行っています。さらに、6年間継続して「運動大好きパワーアップカード」を活用し、マラソン・縄跳び・水泳を級別にして自分の体力の変化を意識させています。</p> <p><取組の成果></p> <p>「はやね・はやおき・あさごはん」を意識して取り組んでいる家庭が多くなっており、食後には歯を磨くという習慣を級友と一緒に楽しく身に付けることができています。また、カードの活用により、目標達成に向けて進んで運動する児童が増えていきます。</p>	
17 登米市立上沼小学校	
取組名	4C (Chance Change Challenge Champion)
<p><取組の内容></p> <p>登米市健康推進課と連携した「すこやかキッズ教室」にて、おやつのカロリー量や運動で消費するカロリーの量についての保健講話を実施しています。また、ドッジボールコートやケンパーロードを常設し、日常的に運動しやすい環境を整えているほか、あいさつ運動を年間を通して実施し、分かりやすいフレーズ(「いつでもどこでも誰とでも」「目を見て止まってはっきりと」)であいさつの仕方を習慣化した。さらに、PTAと協力したノーテレビ・ノーゲームデーを毎週月曜に設定・実施しています。</p> <p><取組の成果></p> <p>児童自らおやつに気をつけたり、自分の生活を見直したりするようになりました。また、日常的に運動しやすい環境を整えたことにより、児童が進んで外で遊ぶ姿が見られているほか、地域の方々からお褒めの言葉が伝えられるほど、あいさつが定着してきました。ノーテレビ・ノーゲームデーも、子どもたちの会話のなかで話題に上るほど定着してきています。</p>	
18 登米市立米谷小学校	
取組名	心身ともに健康で主体的に実践する子どもの成長
<p><取組の内容></p> <p>給食後、学級毎に音楽に合わせて歯磨きをしたり、養護教諭による歯磨き指導を実施するほか、5年生の総合的な学習の時間で、地域の方の協力により「稲作体験」「野菜作り」を行い、食をとおして地域を知り、食の大切さについて学んでいます。また、15分間マラソン(4~11月)、縄跳び(12~3月)をカードを使用して、意欲を高めながら取り組んでいます。さらに、家庭学習計画表に学習時間やゲーム時間を記入し、ノーゲームデーを目指して取り組んでいます。</p> <p><取組の成果></p> <p>児童の歯磨き習慣が身につく、保護者の意識も徐々に高まり、虫歯の未治療者児童数が減ってきているほか、自分たちで作った野菜を給食で大切に食べている様子が見られるなど、食への意識の高まりが感じられます。また、休み時間に校庭で遊ぶ児童が多く、児童の体力・運動能力の維持が図られているほか、計画表により、保護者や児童の家庭での生活習慣への意識が高くなり、時間を決めて学習したり、ゲームをしたりする児童が増えてきています。</p>	

19 登米市立石森小学校	
取組名	地域と共に歩む石森小学校 志高く、未来を切り拓く子供の育成を目指して
<p><取組の内容></p> <p>午前5時間制の導入（1校時開始：8時15分）で、導入前より登校時間が早まり、給食時間が遅くなったことから、早寝・早起き・朝ごはんの徹底を家庭の協力の下に図っています。また、地域のお年寄りを講師に招いて学校田で「環境保全米」の栽培・収穫体験に取り組んでいるほか、栄養教諭などからの各種講話を通じて、「食と健康」について理解を深めています。さらに、午前5時間制により下校までの長時間の自由時間に合わせて、地域のボランティアが来校し、「陸上教室」や「音楽教室」など、遊び感覚を取り入れた活動を行っています。</p> <p><取組の成果></p> <p>朝食をしっかりと食べさせる家庭が増え、朝早く起きるために寝る時刻も早まっているほか、米や食べ物大切にしようと言う声がよく聞かれるようになりました。また、放課後に友達やボランティアと外で遊んだり、活動したりする児童の姿が多数見られています。</p>	
20 栗原市立瀬峰小学校	
取組名	心豊かでたくましく、主体的・創造的に学ぶ子どもを育てよう
<p><取組の内容></p> <p>給食センター職員による栄養指導を含めた食育の実施や各種おたよりによる啓発を行っています。また、縦割りによる業間遊び、奉仕活動、幼稚園・保育所・中学校との行事交流・事業交流のほか、PTA 活動でも親子で行える遊びの体験会を取り入れています。さらに、4年生以上の希望者が行う三泊四日の合宿通学では、自分たちで食事メニューを考え、買い出しをし、朝夕の食事作りをしたり、「一日のタイムスケジュール」を自分たちで考え実践したりしています。</p> <p><取組の成果></p> <p>食育への関心が高まり、異年齢や保護者、地域住民等とのふれあいの充実により、思いやり、いたわり、相手意識、やさしさ等の人間性が豊かに育ってきています。また、年間を通した「遊びの機会の充実」により、望ましい人間関係づくりと体力向上に繋がっています。さらに、合宿を通じて、「規則正しい生活」や「睡眠時間の大切さ」を実感できました。</p>	
21 気仙沼市立九条小学校	
取組名	朝ごはんでパワー・アップ
<p><取組の内容></p> <p>「はやね・はやおき・朝ごはんキャンペーン」として、年に2回（夏休みと冬休み）、保護者の協力を得て1週間の起床、就寝時間と朝食について記録し、全校の結果をデータとしてまとめ、保健だよりに掲載しています。また、保健委員会が年に一度、全校児童に対し朝ごはんの大切さや、寝る時間・起きる時間が朝ごはんとの深い関係になっていること等について、パワーポイントを使ってプレゼンテーションを行っています。さらに、水泳、鉄棒、縄跳びに、「がんばりカード」を使って取り組んでいます。</p> <p><取組の成果></p> <p>以前より朝食を食べる児童の割合は少しずつ増加しているほか、児童や保護者から、「良い習慣をこのまま続けていきたい」という感想が寄せられており、カードによる取組で、外遊びをする児童が増えています。</p>	
22 仙台市立五城中学校	
取組名	自ら健やかな体作りに取り組む生徒の育成
<p><取組の内容></p> <p>日常的に、特に行事等の前には、職員から「早寝早起き」を積極的に声がけし、PTA に対しても呼びかけを行っているほか、学校給食センター訪問を利用しての講習会や昼の校内放送での食育等を行っています。また、生徒会運営による学年を超えたクラス対抗ドッジボール大会の開催と表彰や、清掃時にはぞうきん掛けを行い、足腰を鍛えています。さらに、文化祭では伝統的にソーラン節を踊っています。</p> <p><取組の成果></p> <p>普段の生活の中で、「寝る」、「食べる」への意識が高まったほか、食生活に関心をもつ家庭が増えました。各取組により全国的な体力テストの数値が向上してきているほか、ソーラン節を上学年が下学年に教えることを通じ、学年を超えた良好な関係が保たれています。</p>	

23 気仙沼市立階上中学校

取組名 わたしたちは未来の防災戦士

<取組の内容>

「学習プラン表」を活用して、家庭生活における学習時間、就寝時間、ゲーム等の時間について教育相談を実施し、指導及び改善を行うほか、朝ご飯3点セット（主食、おかず、汁物）の摂取を重点目標に設定し、学年懇談会や学校だより等において保護者への啓発を行っています。また、教科体育の時間の前半10分を活用して筋トレなどの「体力づくり」を定期的に行うほか、「部活動対抗駅伝」及び「タイムトライアル」を月に1回行っています。

<取組の成果>

睡眠時間の確保、家庭学習時間の設定、ゲーム等による時間の自己制限など、基本的な生活習慣の定着や改善が図られてきており、全生徒が朝ご飯を摂取するようになりました。また、部活動やその他の時間を使って生徒たちが意欲的に走るようになり、個々の記録も伸びてきました。