

児童生徒質問紙から見る木古内町児童生徒の健康への意識について

「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」では、体力テストのほかに児童生徒への生活習慣・食習慣・運動等の調査も行っており、ここでは、健康であるために大切な「健康の3原則」である「運動・食事・睡眠」について取り上げます。

小学5年生の男子女子どちらにおいても「運動は大切だと思いますか」「運動は好きですか」の設問で「大切」、「やや大切」などの肯定的な回答をした割合が全国平均を上回っています。また、「朝食を食べる」の設問では「毎日食べる」と回答した小学5年生の男子女子、中学2年生の男子の割合が全国と比べ高い結果となり、「1日の睡眠時間」の設問でも「6時間以上8時間未満」と回答した小学5年生の男子女子、中学2年生の女子の割合が全国と比べ高い結果となりました。

《運動は大切だと思いますか》

		大切		やや大切		あまり大切ではない・大切ではない	
		木古内	全国	木古内	全国	木古内	全国
小5	男子	90.9%	71.4%	9.1%	22.8%	0.0%	5.8%
	女子	66.7%	62.7%	33.3%	30.0%	0.0%	7.3%
中2	男子	54.5%	69.0%	45.5%	24.4%	0.0%	6.6%
	女子	50.0%	57.4%	41.7%	32.5%	8.3%	10.1%

《運動は好きですか》

		好き		やや好き		やや嫌い・嫌い	
		木古内	全国	木古内	全国	木古内	全国
小5	男子	81.8%	71.2%	18.2%	22.1%	0.0%	6.7%
	女子	66.7%	55.5%	33.3%	32.1%	0.0%	12.4%
中2	男子	36.4%	62.9%	54.5%	26.5%	9.1%	10.6%
	女子	75.0%	46.9%	16.7%	32.3%	8.3%	20.8%

《朝食を食べますか》

		毎日食べる		食べない日もある		ほぼ食べない・食べない	
		木古内	全国	木古内	全国	木古内	全国
小5	男子	90.9%	82.2%	9.1%	14.5%	0.0%	3.3%
	女子	100.0%	82.3%	0.0%	15.0%	0.0%	2.7%
中2	男子	81.8%	81.6%	18.2%	13.4%	0.0%	5.0%
	女子	75.0%	78.2%	25.0%	17.3%	0.0%	4.5%

《1日の睡眠時間はどれくらいですか》

		8時間以上		6～8時間		6時間未満	
		木古内	全国	木古内	全国	木古内	全国
小5	男子	63.7%	68.1%	36.3%	28.4%	0.0%	3.5%
	女子	33.3%	72.9%	66.7%	25.3%	0.0%	1.8%
中2	男子	27.2%	29.1%	63.7%	63.0%	9.1%	7.9%
	女子	16.7%	23.2%	75.0%	67.2%	8.3%	9.6%

《体育の授業は楽しいですか》

		楽しい		やや楽しい		あまり楽しくない・楽しくない	
		木古内	全国	木古内	全国	木古内	全国
小5	男子	90.9%	73.8%	9.1%	20.9%	0.0%	5.3%
	女子	100.0%	60.2%	0.0%	31.1%	0.0%	8.7%
中2	男子	27.3%	52.8%	45.5%	36.6%	27.2%	10.6%
	女子	16.7%	40.7%	83.3%	42.9%	0.0%	16.4%

《放課後や休日に運動をしますか》

		よくする		ときどきする		あまりしない・しない	
		木古内	全国	木古内	全国	木古内	全国
小5	男子	63.6%	43.3%	36.4%	35.1%	0.0%	21.6%
	女子	33.3%	32.7%	66.7%	42.2%	0.0%	25.1%
中2	男子	27.3%	33.1%	54.5%	34.5%	18.2%	32.4%
	女子	16.7%	18.0%	50.0%	35.6%	33.3%	46.4%

今回の「全国体力運動能力、運動習慣等調査」において、体力面で見ると、小学校男子女子ともに多くの種目で全国平均以上の結果でした。また中学校の男子では4種目、女子では1種目で全国平均以上の結果となり課題の見える結果となりました。食習慣・生活習慣の面では、「運動が好き」「朝食を食べる」「1日の睡眠時間」それぞれの設問において多くの学年で全国平均を上回る結果となり小・中学校での継続した取組がこの結果に繋がったと考えます。

このため、小学校では持久力を高めるマラソンや縄跳びの取組、スキー・水泳を取り入れた授業を引き続き行っていきます。

また、中学校では長期休業中に行っている「学習会」での体育活動の取組や、体育大会の競技として長縄跳びを実施するなど体力向上に取り組みでまいります。

教育委員会では、家庭や地域、関係機関と連携し、「早寝・早起き・朝ごはん・そと遊び」運動を引き続き推進すること、食習慣・生活習慣の面での課題の解決を図り、引き続き、運動に親しむための機会の充実や部活動・地域のスポーツ少年団活動の支援に努めてまいります。