

### 第3回仙台市健やかな体の育成プラン検討委員会議事録

- 1 日 時 平成28年9月6日(火)  
午後6時00分開会  
午後7時50分開会
- 2 場 所 仙台市役所 上杉分庁舎12階 教育局第1会議室
- 3 出席委員 阿部裕子委員、金淵隆人委員、木下英俊委員、郷家哲也委員、津久井隆之委員、中村尚子委員、中山美智代委員、保角博行委員、松本宏子委員、宮川季士委員
- 4 事務局職員 木村総務企画部長、清水総務企画部参事兼健康教育課長、八島健康教育課主幹兼主任指導主事、相澤保健体育係長、渡辺給食運営係長、針生指導主事、手塚指導主事、千葉指導主事、平野指導主事、戸田指導主事
- 5 説明員 木村総務企画部長、清水総務企画部参事兼健康教育課長、相澤保健体育係長、渡辺給食運営係長、千葉指導主事

#### 6 定足数の確認

議事に先立ち、事務局より、本日の出席者が10名であり、仙台市健やかな体の育成プラン検討委員会設置要綱第6条第2項の規定による定足数を満たしているため、本会議は成立している旨報告がなされた。

#### 7 第2回検討委員会以降の追加資料

第2回検討委員会以降に各委員から要望のあった内容に対し、事務局より資料1について説明。

#### 8 議事録の署名委員の指名

議事録については、委員長及び委員長が指名した委員1名が署名することとしていることから、郷家委員を指名する。

#### 9 議事

##### 「仙台市健やかな体の育成プランの改定にかかる骨子案について」

- 委員長 まず、事務局より説明願いたい。
- 事務局 資料2に基づき、プラン改定にあたっての基本的事項を説明。
- 委員長 それでは食習慣、運動習慣、生活習慣、総合的な取組の順に議論を行いたい。  
まず、食習慣にかかる部分について、事務局より説明願いたい。
- 事務局 資料3に基づき説明。
- 委員長 指標の方向性について、何か意見はないか。
- 委員 朝食の内容について、現行プランでは「主食・主菜・副菜」という分類をしていたが、改定プランでは「主食とおかず」という分類となっている。これまでの議論で、保護者の中から主菜や副菜という表現では敷居が高くなりがちだとの意見が出たことも踏まえてのことと思うが、「おかず」のとらえ方に気をつけないと、バランスの取れた食事にならないのではないかと思う。今後の議論で「おかず」の定義についても話し合われるとは思いますが、心配になった。
- 委員 「主食とおかず」という表現にはなっているが、本質的には「栄養のバランスを考えた」という意味合いであるように思う。
- 委員長 指標の方向性というレベルで「おかず」という表現としてよいかどうかということだが、他に意見はあるか。
- 委員 「主菜・副菜」という表現が小学生にとっては理解が難しく感じられることを考えての表現なのだろうが、「おかず」という表現では範囲が広すぎて、家庭によって異なる理解をされるように思う。
- 事務局 偏った「おかず」で良いというような誤解を与えないように配慮していきたい。
- 委員長 改定プランの表現についても検討の余地があるという理解でよいか。
- 事務局 指標や施策については、中間案を提示する際に肉付けしていく。その際に誤解のないような表現となるよう検討していきたい。
- 委員長 次に、施策の方向性について、意見等あれば発言願いたい。

委員 新規の施策として、食物アレルギーに関する正しい知識や地場産品を使った食育の推進を追加することは良いと考えている。

委員 同感だ。今後、小学校や中学校では新たに若い教職員が多く従事するだろうが、アレルギーに関する問題がかなり発生すると予想されるので、重点的に取り組まなくてはならない内容かと思う。

委員 自分の体験だが、先日、今まで食べられたマンゴーで突然アレルギー症状を発した。その際、自分はマンゴーを食べていないにも関わらず、家族が調理中に切った際、空気中に蒸発した成分を吸引して起きたものと考えられる。こうした事例もあり、学校でも様々なケースが起きうることを周知していくことが大切だと考えている。

委員 改定プランの方向性の中で、「苦手な食品も食べてみる」とあるが、食物アレルギーへの対策との兼ね合いで難しい部分もあることを踏まえて方針を立てていく必要があると思う。

委員長 その他、指標や施策の方向性について、何か意見はないか。  
(意見なし)

事務局 では、事務局から補足があれば説明願いたい。

事務局 アレルギーのある児童生徒が食べられない食品があるという部分と、指標や施策の方向性で示している「苦手な食品も食べてみる」という点のバランスについては、検討させていただく。

委員長 では、指標や施策の方向性を踏まえた具体的な取組について、意見があれば発言願いたい。

委員 先日子供の学校の集会に出席した際、今年小学校で発生したアレルギー事例の説明があったが、各学校で発生した事例を具体的に示し、想定と現実とは異なることを理解してもらうことが大切だと思う。エピペンに関しても、将来的に所持する児童生徒が増えると考えられ、学校現場ではエピペン研修も含め、いつ何が起きても不思議ではない想定で動いていることが分かった。そうした案内を行うことも重要だと感じた。

委員長 事務局においては、取組の周知に関して具体的な動きはあるか。

事務局 各学校でも過去の事例や近隣校の事例の蓄積はあると思うが、当課でも教職員全体を対象とした研修会において事例を紹介したり、エピペンの使用方法についての研修等を各学校に出向いて行っている。そうした研修の際により具体的な内容を盛り込んでいきたい。

委員 事故事例について、各学校で発生した事例をまとめた冊子のようなものはあるのか。

事務局 各学校から事故があった際には当課に報告があるので、事故事例の把握はしているものの、学校全体に周知できるような形にはなっていない。

委員 より具体的な注意を各学校に促すためにも、そういった事例集はあったほうが良いと思う。

委員長 他に意見はないか。  
(意見なし)

事務局 次に、運動習慣にかかる部分について、事務局より説明願いたい。

事務局 資料3に基づき説明。

委員長 個人的には、「ほとんど毎日運動する」という表現と、括弧書きで示されている「週3日以上」という表現には大きく隔たりがあるように感じ、違和感がある。その点は何か意味があるのか、事務局の考えを伺いたい。

事務局 現行プランの策定時に、「ほとんど毎日運動する」を「週3日以上運動する」と定義づけしてしまった背景があった。指摘のあった通り、「週3日以上」という表現を外すかどうかについてもご意見をいただきたい。

委員 週3日という表現を外してしまうと敷居が高くなりそうなので、この部分については曖昧でも良いのではないかと。今は毎日運動しすぎるのではなく、中学校や高等学校でも週1日は休ませる風潮になってきているので、このままでも良いように感じる。

委員 逆に、「ほとんど毎日」という表現を外し、「週3日以上運動する」とした方が分かりやすいのではないだろうか。

委員長 複数の意見が出たが、定義の見直しも含め、あらためて検討いただきたい。運動部活動においては、近年は週に1~2日程度休ませるほうが筋肉の回復にも良いとされている一方、運動部に所属せ

ず、運動する習慣のない子供達にはよりたくさん体を動かして欲しいという思いもある。そうした意味で、指標から具体的な施策に繋がられたらと考えている。

その他、指標の方向性について意見はないか。

(意見なし)

参考までに事務局に確認するが、現行・改定プランとも、指標の方向性の一つに「実技調査（全144項目）の測定結果について、全国平均を上回る率を35%以上にする」とあるが、現状の値はどうなっているのか。

事務局 平成27年度の調査結果によると、30項目で全国平均を上回っており、割合にして20.8%である。  
委員長 35%に近づけることが難しいのは承知しているが、こうした現状を全員で認識して議論していきたい。次に、施策の方向性について、意見があれば発言願いたい。

委員 今回のリオデジャネイロオリンピックにも言えることだが、中央省庁で出場選手を招集できる施設を作り、好成績を出すことができている。今後、この動きが全国に展開していくという話もあり、東北地方では仙台が中心になると思うので、中央省庁の施策を絡める形でも検討してみしてほしい。

委員長 各種スポーツの競技力向上については、健康教育課の所管になるのか。

事務局 学校教育以外のスポーツについては市長部局が担当しており、当課は小学校、中学校、高等学校の児童生徒の体力向上にかかる部分を所管している。全体の競技力向上を目指す取組としては、他部局で策定している「スポーツ振興計画」に反映しており、それと連動する形で児童生徒にどのように関わるができるかを検討したい。

委員 競技力向上のためには、抜きん出た素質を持つ児童生徒を発掘し、シニア世代に送り込むことが必要となる。学校教育における運動では、こうした側面も重視すべきだと思う。

事務局 ジュニアアスリートの発掘と育成については、宮城県において小学生を対象とした事業を実施しており、仙台市の児童生徒も対象に含まれている。

委員長 トライアウトを実施しているという認識でよいか。

事務局 そうだ。

委員 県体育協会は関与しているのか。

事務局 この事業は、東日本大震災からの復興を旗印に、財団から支援を受けてジュニアアスリートの養成を行うものと聞いている。体育協会の傘下にある各スポーツ競技団体が関わっており、県体育協会とは密接な関係がある。

委員 全国平均を上回った実技数の割合が20.8%という現状を踏まえ、全体の底上げが必要となるが、全国平均に追いつくための具体的な施策として、どのようなことを考えているのか。

事務局 児童生徒の体力・運動能力を向上させるため、学校の努力でできることとして様々なことを依頼しているものの、限界はある。学校の協力も当然ながら必要と考えているが、地域全体でどのように児童生徒の運動習慣を身に付けさせていけばよいか、地域との関わりも考えていきたい。

委員長 施策の方向性について、現行プランにおいては、健康を意識した生活習慣を身に付けてもらうための方策と健康実態調査を活用する方策がセットになっている。改定プランにおいては施策を一本化しているが、体力向上が強調される一方で、生活習慣への意識が薄れているようにも感じられてしまう。生活習慣を含めた運動習慣という考え方が良いのではないかと思う。

事務局 確かに運動習慣に関する項目のみを記載しているが、生活習慣に関する項目で運動習慣との関連を意識した表現をしているつもりだ。

委員長 体力という表現は、一般的に運動時におけるパフォーマンスとしての体力、もしくは日常生活における体力の二通りで理解されている。文言としてどちらの体力を意識しているのかが分かりやすくなると良いのではないかと感じた。

次に、体力向上につながる具体的な取組について、提案があれば発言願いたい。

委員 スポーツテストの結果を体育科の職員が分析し、それを踏まえて体育の授業で体力向上を目指すという学校がほとんどだと思うが、それ以外に学校として新たに取り組むのは現状では難しいのではないか。学力向上や部活動その他の活動との兼ね合いもあるため、研修会等での呼びかけを通し

て、教職員には今まで以上に児童生徒の体力向上に対する高い意識を持ってもらいたい。スポーツテストの結果は校長も目を通すが、個人のデータを詳細に確認することは少ない。データに誤りがあるケースもあり、複数人での確認が必要なため、児童生徒に渡したデータに不明点等ある場合には、ためらわずに学校に返却してもらうようにすることも大切だと思う。

委員 陸上記録会の開催が近い影響か、足が痛いという子供が最近よく来院している。その子供は毎日水泳をやっているが、陸上記録会の練習のために走っていて足を痛めたと聞き、普段から走るという習慣がないのではないかと感じた。走ることはスポーツの基本動作なので、簡単な方法でも年間を通して継続して行っていけば、こうした突発的な故障は減っていくと思う。

委員 陸上記録会の練習を夏休み明けに行う学校がほとんどだが、今の子供達は保護者に守られており、車で移動することが多いと感じる。自校の例になるが、震災後に校舎・校庭が使用できない時期が続き、2年ほど前からようやく校庭が使えるようになった。それ以降、少しでも児童を遊ばせるため、2時間目と3時間目の業間休みを30分に拡大した。その結果、それまで業間休みに校庭に降りてこなかった4階の児童も校庭で遊ぶようになり、全体として少しずつ体力が向上してきている。また、今年度から清掃の時間を昼休みに変更し、放課後のまとまった時間を確保したことで、放課後に遊ぶ児童も増えてきている。このように、すぐに成果が表れるとは限らないが、各学校に地道な努力を促していく必要があると感じている。

委員長 では次に、生活習慣にかかる部分について、事務局より説明願いたい。

事務局 資料3に基づき説明。

委員長 「睡眠時間が6時間未満の児童生徒の減少」を指標に掲げているが、現状での割合はどうか。

事務局 小学5年生男子では、平成22年度で4.4%、平成27年度で4.7%と微増となっている。また、中学2年生男子では、平成22年度で9.9%、平成27年度で14.9%という割合となっている。

委員長 この数値も踏まえつつ、指標の方向性について意見があれば発言願いたい。

委員 メディア接触時間については、前回の検討委員会の際に、全国調査に合わせる形でテレビとゲーム等で分けて考えていたように記憶している。今回の改定プランでは分けずに考えてよいのか。

事務局 調査項目については、国による全国調査の内容が年度によって異なっている。国の動向を踏まえつつ、どのような表現にするのが適切か検討していきたい。

委員長 施策の方向性についても、意見があれば発言願いたい。

委員 自死防止や不登校等は、子供同士の社会環境にかかる部分だろう。SNSで仲間外れになるなど、様々なことが問題になる中で、具体的な施策を考えていく必要があると思う。

委員 自己管理能力の育成とあるが、その中に自死防止や不登校を含めるのは飛躍があると感じる。不登校や自死は、それだけでも深い問題という気がしており、これを含めるのであれば目標達成は難しいと思う。心の健康を目標に掲げるということであれば、素案と異なる表記にしても構わないのではないか。

委員 不登校や自死防止は、生活習慣とは別に取り組みなくてはならない課題であり、それに関連する形で、健康を意識してもらうような指導を考えていく必要があると思う。

事務局 不登校や自死防止等については、いじめ対策等も含め、学校教育部で専門家も交えて別途対策を考えている。素案において不登校や自死防止等に触れているのは、心理面に関してのことであり、不登校や自死問題について包括的に取り組むと受け取られるような表現にしまうと、本プランの趣旨からは外れてしまう。本来的な子供同士の接し方や教育上の対策については他部署で対応しており、本プランでは心を丈夫にする程度の意味合いで掲げている。現状の表記のままでは誤解を招くおそれがあるのであれば、表記の見直しも含めて検討していきたい。

委員 テレビやゲーム等だけでなく、ブルーライト等も含めたメディアへの接触が健康に及ぼす影響を、児童生徒に対して示しながら指導していく必要があると思う。

委員長 指標の方向性で、「肥満傾向児の出現率の低下」とあるが、施策の方向性の中で関連する施策はあるのか。

事務局 成長曲線・肥満度曲線の結果の活用が該当する。日本学校保健会からは、健康診断の結果を経年

で分析して身長や体重のデータから肥満の種類を分類し、個別に対応するのが望ましいとされている。来年度以降の肥満度曲線の活用の方向性について、今後検討する予定となっているが、従来の集団指導だけでなく、個別指導にもつなげていきたいと考えている。

委員長

最後に、総合的な取組について、事務局より説明願いたい。

事務局

資料3に基づき説明。

委員長

施策の方向性や具体的な取組について、意見があれば発言願いたい。

委員

資料には記載されていないが、心の健康があってこそその体の健康であり、自分自身が健康であることもそうだが、自分自身が唯一無二の存在であり、家族や周囲の人々にとっても大切な存在だということを児童生徒に教えていく必要があると思う。

事務局

いじめ対策に関連して、自己有用感については学校教育部で毎年調査している。東日本大震災の影響から無力感を抱き、児童生徒の自己有用感は大きく低下し、現在は回復傾向にあるものの震災前の水準には達していない状況だ。児童生徒にどのように自信を身に付けさせていくか、局内他課で対策の一つに掲げて取り組んでいる。もちろん、心身ともに健康でなくてはならないと考えている。

委員

自校においても自己有用感を高めることを重点課題としている。小学生の場合、中学年以上になると自力で自己有用感を高めることもできるが、保護者への依存度が高い低学年の児童には難しい部分がある。一例だが、弁当箱の中身が冷蔵庫の残りのウインナーだけ、携帯ゲームをする親に夜中に外を連れ回される、そういった生活をしている児童を見ると、保護者の意識を変えなくてはならないと感じる。施策の方向性にも保護者や一般市民への啓発とあるが、これが最も重要だと思う。

委員長

中学校においてはどうか。

委員

中学校では、学校教育全般で生徒を育てようという風潮になっている。自己有用感という点では、子供は親を見ており、親が立派であれば、子供は自分も親のようになれると考えるが、そうでない家庭では、子供は努力しても親のようになれないと考える。自校の場合、そのような家庭に育った生徒にとって、家にいるよりも学校にいる方が楽しく、また学習環境も整っているようで、教職員が寄り添うほど生徒が意欲的に学校生活を送れるようになっている。その一方で、学力テストや部活動においてはあまり良好な結果は出ていない。そうした生徒に自信をつけさせるための方策として、より多くの方に来校してもらい、子供たちの生活の様子を見て直接声をかけてもらうこと、ボランティアや挨拶などの活動の場を与えることなどが考えられるが、その中で、学力だけでなく心がけの良さが生きていく上で大切であることをいかに教えていくかが課題だと思う。学校間の情報交換という点では、事例の情報発信も大切だが、小学校と中学校の連携が本格化する中で、一番大切なのは養護教諭の交流だと思う。一般的にあまり知られていないが、小学校では健やかな体の育成や生活習慣に関する取組を養護教諭が中心になって行っており、それが中学校に入って途切れることのないよう、継続してやる方向性を見いだせるようにするのが大切だ。メディアへの接触については、中学校で呼び掛けられるのは、布団に入って携帯電話等を操作しないということだ。視力の悪化や睡眠の妨げにもなることを伝えているが、最終的な管理は保護者にお願いするしかない。メディア接触時間を3時間未満に抑えることを子供に任せるだけでは管理できないし、中学校の場合、部活動が終わってから塾に通い、その後メディアに3時間以上接触していたら、計算上寝る時間がなくなる。各家庭の子供の生活の実態をよく知っているのは保護者であり、そうした周知を粘り強く行わないと改善するのは難しいと思う。

委員

小学校での取組を中学校で引き継ぐ手段についてだが、生活習慣にかかる部分で、小学校の学校保健委員会に中学校の養護教諭が参加している例もある。そこで優れた事例を紹介してもらえると取り組みやすいと思う。メディアの接触については、自分も子育てを経験した中で一番難しい問題だと感じている。接触時間を3時間未満とするように改定プランで方向性が定められているが、やはり鍵を握るのは保護者だ。例えば、教育センターとの連携はよくあるが、生涯学習課とも連携しないと改善は難しいと思う。

委員

携帯電話やスマートフォン所有の低年齢化が進んでおり、今やほとんどの子供が所有している状

態になっていると思う。親としてきちんと管理しなくてはならないのは分かっているが、自分自身も幼少時、部屋に隠れて読書をしたこともあり、子供が部屋に入ってしまうと何をしているか分からない。そこで、就寝時は携帯電話を居間に置く、夜の決められた時間以降は携帯電話に触れない、といったルールを設けている家庭もあるようだ。それで言うことを聞く子供は良いが、そうでない子供もおり、親子間でトラブルになる場合もある。複数の学校で聞いたのだが、携帯電話を使わない曜日や時間について、学校としてルールを定めている例もあるようだ。みんながやらないなら自分もやらない、と子供に思わせるように、学校と家庭とが一緒に取り組むことも大切だと思う。

委員 一保護者として、先日PTA協議会のスマートフォン講習会に参加してきたが、学校だけでなく、地区全体でメディア禁止デーを定めると、子供同士のつながりを途切れさせることなく全員がルールを守る形ができ、有効な方法だと感じた。そうした事例を発信していくことで、トラブルも減っていくと思う。心の問題については、他部署での取組も含めてプランに盛り込むことで相乗効果が生まれ、より良いものができていくのではないかと思う。幼稚園からの継続にしても、市立幼稚園は1園しかないが、私立幼稚園の数は多く、私立の集会もある。本委員会のように様々な立場の方と議論できる場もある。今、自校では自己有用感に関する講演会を積極的に学校で開催してもらっているが、参加している意識の高い親はごく一部であり、働いている親にも聞いてほしいため、様々な時間帯を設定するなど、保護者としてもPTAとしても様々な工夫をしている。そうした相互関係の中で、様々な内容を盛り込んでほしい。

## 10 その他

委員長 本日の議事は以上で終了とさせていただくが、他に質問や意見はないか。

委員 生活習慣にかかる部分で、薬物乱用防止教育の推進とあるが、現在では「くすり教育」も行われているので、ぜひ文言に入れていただきたい。

委員 資料全体に当てはまるところで、今後5年間を平成29年～平成33年と表記しているが、西暦がすぐに分からない場合や、年号が変わる可能性もあることから、西暦での表記も検討していただきたい。

事務局 西暦を併記するような表記も検討させていただく。

委員長 以上をもって本日の委員会を終了させていただく。次回は改定後のプランにかかる中間案の検討等が議事となる予定だ。

事務局 次回の日程については、10月中旬以降の開催を予定している。日程調整については別途候補日を複数提示させていただくので、都合のよい日時を事務局あてご連絡いただきたい。

また、本日以降も気づいた点や意見、要望等があれば、事務局あてにお知らせ願いたい。

以上

平成28年10月5日

署名委員 仙台市健やかな体の育成プラン検討委員会委員長

仙台市健やかな体の育成プラン検討委員会委員

木下英俊  
郷家哲也