

## 5 体を鍛え健康に生活する力を培う

### 【施策の必要性】

科学技術や高度情報化の進展に伴う生活の利便化により、日常生活における身体活動がますます減少していく時代にあつて、基本的な生活習慣を身に付け、健康や体力を保持増進していくための基礎的な能力や態度を養い、日常生活の身体活動量を増加させ基礎体力を十分に高めていくことが重要である。

また、自分自身の健康に対する関心を高め、生涯にわたつて、主体的に健康を保持増進しようとする態度を養うことも重要である。

### 主要施策 1 3 体力向上を図る取組の推進

#### 1 「アクティブプラン to 2020」の推進

東京 2020 大会の開催都市にふさわしい、運動・スポーツに親しむ元気な児童・生徒を育成するために、「アクティブプラン to 2020—総合的な子供の基礎体力向上方策（第3次推進計画）—」に基づき、全校で体力向上に係る目標や、具体的な取組内容を定めた計画を作成して取り組むなど、子供たち一人一人の基礎体力の向上を図る。

小学校では、健康教育を中心とした体力向上、健康づくりを推進する「アクティブライフ研究実践校」を指定し、基本的な生活習慣の定着・改善に向けた取組や、成果を広く発信することを通して都全体の健康教育をより一層推進する。

また、中学校全校を「アクティブスクール」と位置付け、自校の体力の実態を踏まえて体力向上の目標や取組内容を定めた体力向上推進計画を定め、取組をより一層推進する。特に体力向上に先進的に取り組む中学校を「スーパーアクティブスクール」として指定し、具体的な取組を研究開発するとともに、成果を広く他校に発信することを通して中学生の体力向上を図る。

さらに、高等学校において「パワーアップハイスクール」を指定し、運動が苦手な生徒や運動嫌いな生徒の体力向上に向けた具体的な取組を実践するとともに、成果を他校に発信して高校生の体力の底上げを図る。

東京 2020 大会を契機とし、スポーツの全国大会や関東大会への出場を目指す都立高等学校を増加させていくため、競技力の高い運動部活動のある学校を、「スポーツ特別強化校」と指定し、都立高等学校運動部活動全体の活性化と競技力の向上を一層推進する。

## ◇主要事務事業（指導部）

## (1) 東京都統一体力テストの実施

都内公立学校の全ての児童・生徒を対象とした東京都統一体力テストを実施し、児童・生徒一人一人に結果を還元し、一人一人が自ら課題をもって体力向上に取り組むことができるようにするとともに、実態把握と評価・分析に基づく授業改善を行う。また、東京都統一体力テストの調査結果を基に、新たに体力向上の目標を定め、具体的取組を行う「アクティブプラン to 2020」を、都教育委員会、区市町村教育委員会、学校が一体となって推進する。

毎年6月を「体力テスト実施月間」とし、都内の全公立学校が、4・5月に体力テストの意義や目的、学校の体力・運動能力の実態と全体的傾向、児童・生徒一人一人による目標（値）の設定、各種目の実施方法等について確実に指導した上で、東京都全体で6月に体力テストを実施する。

## (2) 「一校一取組」・「一学級一実践」運動の推進

都内全ての公立学校において、体力向上に向けた具体的な取組を展開する。

## (3) 中学生「東京駅伝」大会

中学校教育の一環として、中学生の健康増進や持久力をはじめとする体力向上、スポーツの振興及び生徒の競技力の向上を目的として、区市町村対抗の駅伝競走を実施する。

## (4) コーディネーショントレーニングの地域拠点校による普及

脳と体幹を鍛えるコーディネーショントレーニングについて、実施校の一層の拡大に向けて、地域拠点校を定め、実践内容を地域に発信する。

## (5) 小学校における「アクティブライフ研究実践校」の指定

小学校 20 校を「アクティブライフ研究実践校」に指定し、基本的な生活習慣の定着・改善に向けた取組や栄養・運動・休養の健康三原則に係る保健指導などの具体的取組を実践研究し、優れた取組や成果を広く発信することを通して、全小学校の健康教育の充実を図る。

## (6) 中学校における「アクティブスクール」の展開、「スーパーアクティブスクール」の指定

全中学校を「アクティブスクール」と位置付け、自校の目標（値）や取組内容を定めた「体力向上推進計画」を作成し、取組を強力に推進していく。

また、中学校 62 校を「スーパーアクティブスクール」に指定し、体力を向上させるための指導法等について先進的な研究開発を行い、優れた取組や成果を広く発信することを通して、全中学校の体力向上の取組の充実を図る。

## (7) 高等学校における「パワーアップハイスクール」の指定

高等学校 36 校を「パワーアップハイスクール」に指定し、運動が苦手な生徒や運動嫌いな生徒の体力向上に向けた具体的な取組を実践するとともに、成果を他校に発信して高校生の体力の底上げを図る。

## (8) 部活動による競技力向上

2020年東京オリンピック・パラリンピック競技大会の開催を踏まえ、運動部活動による競技力向上を一層推進する。

## ア 都立高校におけるスポーツ特別強化校事業

都立高校に各スポーツを強化する部活動を50部指定し、全国大会等に出場できるよう競技力の向上を一層促進する。

## イ 部活動指導の民間委託事業

中学校・高校の部活動指導が教員の過重な負担となっている現状がある。顧問教諭の負担を軽減していく方策を探るため、民間事業者による専門的指導者を学校に派遣することによって、部活動の指導面の充実と顧問教諭の業務縮減に向けた事業を実施する。

## ウ 高校生元気アップスポーツ交流事業

東京都と地方都市との高校生が、スポーツ等を通して交流することにより、2020年オリンピック・パラリンピック競技大会への気運を互いに高め合うとともに、都立高校生が地方都市の地場産業、伝統芸能・文化、地域貢献等を体験することにより、我が国の将来を担うための資質・能力の向上を目指す。

## (9) 運動部活動の振興

部活動振興基本計画を踏まえ、指導者の減少や生徒のニーズの多様化等の課題に対応していくとともに、生徒の個性・能力の伸長や社会性、生涯にわたる文化・スポーツ等に親しむ態度を育成するために、部活動の振興を図る。

## ア 部活動指導員の設置

都立高等学校及び公立中学校における教員の勤務負担軽減と部活動の充実を図り、もって学校の教育体制の整備・充実に資するため、部活動指導員を設置する。

## イ 運動部活動指導者講習会の開催

運動部活動の実技や事故防止等について講習会を開催し、顧問教諭の指導力向上に努める。

## ウ 総合体育大会への参加

総合体育大会への参加を通して、都内中学校、高等学校、中等教育学校及び特別支援学校の生徒の健全育成、健康増進及び運動部活動の振興を図る。

## エ 青少年を育てる課外活動支援事業

専門的指導や高度な技術指導を必要とする部活動に対し、相応の資格や指導力を有する外部指導員を重点的に導入する。

## オ 都立特別支援学校の部活動振興事業

特別支援教育の充実に資するため、都立特別支援学校の部活動に外部指導員を導入し、児童・生徒の個性や能力を一層伸長する。

## 主要施策 14 健康づくりの推進

### 1 健康教育の推進

がん等の重要な健康課題に対応するため、各学校に指導資料等を配布するとともに、モデル授業の事例を周知してがん教育を推進する。また、性に関する現代的な課題を踏まえ、児童・生徒の正しい理解を促すため、「性教育の手引」を改訂し、性に関する指導の充実を図る。

#### ◇主要事務事業（指導部）

##### (1) がん教育の充実

がん等の重要な健康課題に対応するため、文部科学省による資料等に基づいた「がん教育リーフレット」を作成・配布し、各学校での活用を促すとともに、モデル授業の事例を周知し、教員研修を実施するなどして、全公立学校におけるがん教育を推進する。また、がん教育において外部講師の活用を推進するに当たり、有識者等の意見を踏まえて連携体制の整備を図る。

##### (2) 性に関する指導の充実

性に関する現代的な課題を踏まえ、児童・生徒の正しい理解を促すため、有識者等の意見を踏まえて「性教育の手引」を改訂・配布し、各学校における性に関する指導の充実を図る。

### 2 アレルギー疾患対策の推進

学校における児童・生徒等のアレルギー疾患に関わる事故を防止するため、文部科学省監修の「学校のアレルギー疾患に対する取組ガイドライン」及び文部科学省発行の「学校給食における食物アレルギー対応指針」等に基づいた各学校における組織的な体制により、事故予防の取組と事故発生時の緊急対応を推進する。

#### ◇主要事務事業（都立学校教育部・地域教育支援部）

##### (1) アレルギー疾患対策の推進

###### ア ガイドライン等に基づいた体制整備の推進

文部科学省監修による「学校のアレルギー疾患に対する取り組みガイドライン」（平成 20 年）及び文部科学省発行の「学校給食における食物アレルギー対応指針」（平成 27 年）等に基づいた各学校での取組が円滑に進むよう、児童・生徒等のアレルギー疾患に対する教職員の理解と対応能力向上に取り組んできた。

平成 24 年末に都内小学校で起きた事故を受け、再発防止のため、平成 25 年度以降、都教育委員会では同ガイドラインを補完するマニュアル等の作成・配布や、研修の対

象者拡大及び実施回数増など、児童・生徒等のアレルギー事故予防と事故発生時の緊急対応の確立に向けた取組を強化している。

今後も引き続き、以下の点について重点的に区市町村教育委員会及び都立学校を支援・指導し、更なる体制の強化に向けて働き掛ける。

- (ア) 「食物アレルギー対応委員会」の設置による組織的な対応の強化
- (イ) 学校給食における食物アレルギー対応の役割分担の明確化
- (ウ) 校内研修による実践対応力の向上
- (エ) 緊急時（アナフィラキシー発症時等）における対応

## (2) アレルギー疾患対応研修の実施

平成 21 年度以降、教職員等を対象に、専門医を講師とした研修を実施しており、平成 25 年度からは、全ての養護教諭とアドレナリン自己注射薬を携帯する児童・生徒の担任教諭、学校栄養職員等を対象として研修を実施している。平成 27 年度からは管理職を対象とした研修も開催している。平成 30 年度も研修を継続していくとともに、校内研修を推進する。

## 3 食育の推進

児童・生徒が、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付け、健全な食生活を送るとともに、食を通して地域の産業や文化への理解を深めることができるよう、教科等間の連携を図りながら「生きた教材」として学校給食を活用した食育を推進する。また、食育推進チームの設置、栄養教諭や食育リーダーを中心とした校内指導体制の整備を行うとともに、食に関する指導と給食管理を一体のものとして行うために栄養教諭の配置を拡大し、食育の更なる推進を図る。

### ◇主要事務事業（都立学校教育部・地域教育支援部）

#### (1) 食育の推進

##### ア 食育を推進する体制の整備

学校における食育を推進させるため、食育推進チームの設置、栄養教諭及び食育リーダー等を中心とした校内体制の整備について、調査等を行い、促進する。

##### イ 栄養教諭の配置による食育の推進

###### (ア) 栄養教諭の配置

平成 20 年度から各地区に栄養教諭を計画的に配置している。さらに、平成 25 年度からは複数配置を開始し、食育の推進を図っている。

栄養教諭は、配置地区内の各学校の食育リーダーを支援することで、地区全体の食育を推進する役割を担っている。食育リーダーへの指導・助言を充実し、教科等間の連携を図りながら「生きた教材」である学校給食を活用した食育を一層推進するため、栄養教諭の配置を拡大する。

(イ) 地場産物を活用した食育の実践研究

地域の自然や文化、地域の食に係る産業、自然環境の恵沢に対する児童・生徒の理解の増進を図るには、学校給食に地場産物を活用した食育が有効である。

栄養教諭は、配置地区で継続して地場産物を活用した食育の実践研究を行い、地区全体の食育の充実を図る。

研究内容

- ・地域生産者との連携
- ・地場産物を活用した学校給食のメニューの作成
- ・地場産物を活用した「食に関する指導の全体計画」の作成
- ・生産体験学習など地域に密着した食育の実践

ウ 学校給食における地産地消

農地のない都心部の学校においても地場産物を活用した食育や地産地消を行えるようにするため、関係諸機関と連携を図り、学校給食において、島しょを含めた東京産の水産物や地場産野菜の活用を推進する。