

5

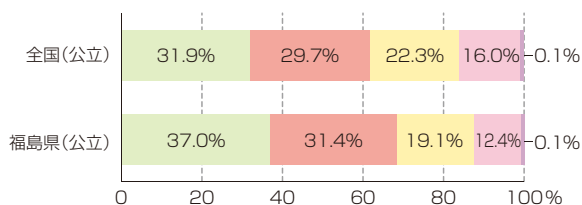
こころと体の健康のために

～子どものこころを育てる体験活動～

★子どもは、地域の方々や子ども同士の関わり合いをとおして、人との関わり合いを学びます。こころを育てる貴重な体験として、地域活動やボランティア活動、地域の行事に参加させましょう。

★お手伝いは家庭における大切な体験活動で、感謝の心と責任感をはぐくみ、自立への力をつけていきます。そして、子どもの発達に応じて「お手伝い」から「家事分担」というように子どもに役割を持たせていきましょう。

図25 「地域の行事への参加状況」(小学生)



平成22年度全国学力・学習状況調査(文部科学省)

よく参加している どちらかといえば参加している どちらかといえば参加していない
 参加していない 無回答

本県の子どもたちは、地域の行事に参加している割合が全国と比較して高いことがわかりました。

お手伝いを通して、家族の一員として支え合う関係の大切さを知り、家族から頼りにされたり、喜ばれたりすることで自分を大切に思う気持ちも高まります。

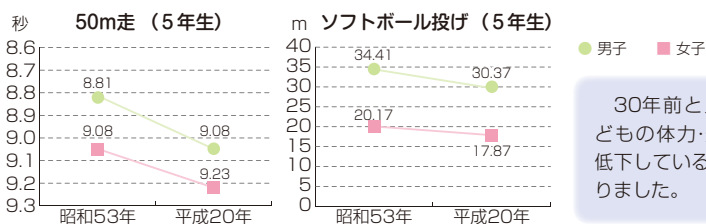


～健やかな体をはぐくむ～

★外の空気を感じながら身体を使った外遊びは、運動にもなり、心も体も元気になります。身体を使った外遊びで、様々な運動を体験させましょう。

★運動は、体力を向上させるばかりでなく、思考力・判断力・創造力・規範意識等もはぐくむと言われています。また、食生活や睡眠リズムにも良い影響を及ぼします。子どもと保護者とで一緒に運動し、身体能力を高めましょう。

図26 「運動能力の30年前との比較」



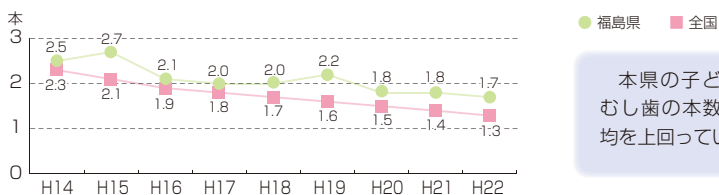
30年前と比較して子どもの体力・運動能力は低下していることがわかりました。

平成20年度体力・運動能力調査報告書(文部科学省)

～むし歯について～

★家庭において、乳幼児期から歯磨きの習慣を定着させましょう。

図27 「1人あたりのむし歯の本数」(12歳児)



本県の子どものむし歯の本数は全国平均を上回っています。

平成22年度学校保健統計調査(文部科学省)