

図5 朝食を食べる

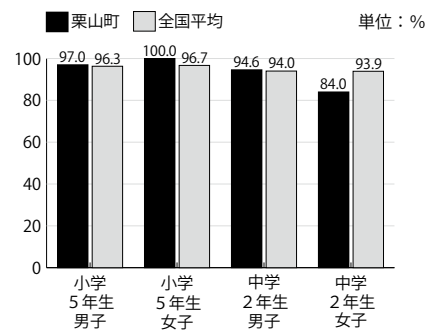


図6 小学5年生の睡眠時間(8時間以上)

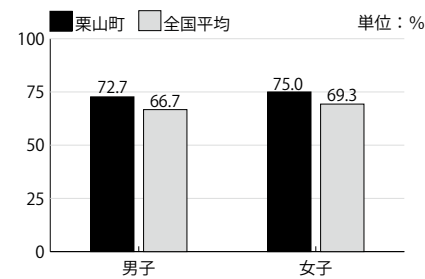


図7 中学2年生の睡眠時間(6～8時間)

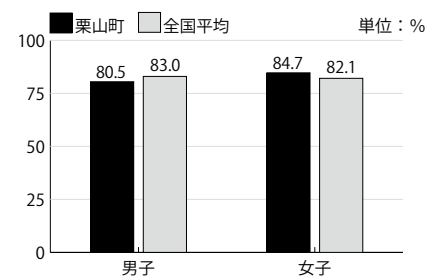


図8 保健体育の授業で目標を意識した学習で「できたり、分かったり」すること

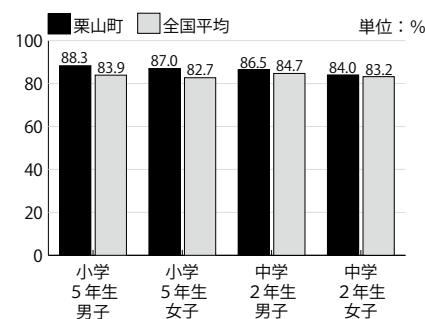
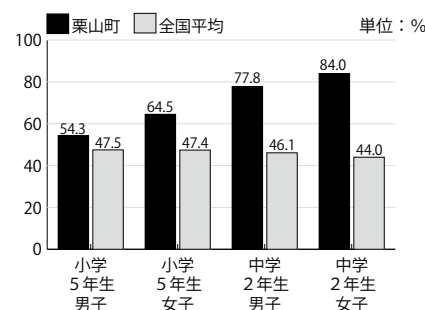


図9 保健体育の授業でICTを使った学習で「できたり、分かったり」すること



生活・運動習慣調査の結果

◆生活習慣の改善

「朝食を食べる」と回答した割合は、小学校男女と中学校男子が全国平均を上回っています。

一方、中学校女子は低い傾向にあり、今後の改善が求められます。

また、睡眠時間と体力との関係はこれまでの調査結果から、小学生で8時間以上、中学生では6～8時間の睡眠時間を確保している児童生徒の体力合計点が最も高くなる傾向にあると考えられます。(図5～7参照)

児童生徒が健やかに成長していくためには、適切な運動や調のとれた食事、十分な休養・睡眠が

大切です。体力はもとより、学習意欲や気力の低下につながるものないう、望ましい基本的生活習慣の育成に配慮していく必要があります。

◆運動習慣への働きかけ

体力向上のためには、運動時間を増やすことも大切です。その一例として、家庭においてスポーツと一緒にしたり、話したりする頻度が高くなるほど、運動時間も長くなる傾向にあることが示されています。家庭との連携を積極的に図って行くことが、体力向上に向けた有効策の一つです。

◆分かる・できる授業づくり

保健体育の授業で「分かる・できる」を実感している割合は、全国平均値を上回っています。これは教職員が授業改善に努める中で、「主体的・対話的」な授業づくりに取り組んでいることが要因の一つです。また、ICT端末を活用し、興味関心をもつて活動できる学習に取り組んできた成果と考えています。(図8、9参照)

※ICT
インターネットやパソコン・スマートフォンなどを活用したコミュニケーションに関わる情報通信技術などの総称

まとめ

生活習慣や運動に関する質問調査の結果を見ると、全国平均値を上回る傾向にありました。

今回の調査結果がおおむね良好だった理由の一つとして、栗山町自体が体を動かす楽しさを作る環境に恵まれていることがあげられます。

今後も本町の児童生徒たちが、運動やスポーツを通じて体力・運動能力を高め、生涯にわたり幸福で豊かな生活を実現するための基礎を培うことができるよう、学校、家庭、地域が一体となった効果的な取り組みの充実を推進してまいります。

たくましく成長する栗っ子たち！

令和4年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果



文部科学省は、子どもたちの体力・運動能力の向上や、生活習慣の改善を図るため、小学校5年生と中学校2年生を対象に調査を実施しました

栗山町生涯学習情報

マナビイ

栗山町教育委員会
総合福祉センター「しゃるる」
TEL72-1117 FAX72-6522

体力・運動能力調査の結果

◆小学5年生(図1、2参照)

図の体力合計点を見ると、男子は全国平均値の50点という結果となり、女子はやや下回る結果となりました。

◆中学2年生(図3、4参照)

図の体力合計点を見ると、男子は全国平均値を1点下回りましたが、全道平均値と比べると1点高い結果となりました。女子は「反復横とび」と「立ち幅とび」が全国平均値を大きく下回りましたが、体力合計点は全国を上回る結果となりました。

全国平均値と全道平均値を比べると、男女ともに課題がある中、栗山町は比較的良好な結果となりました。

引き続き「豊かな心」や「確かな学力」を育む基盤となる「たくましい体」の育成に取り組んでいきます。

図2 小学5年生女子の結果 単位:点

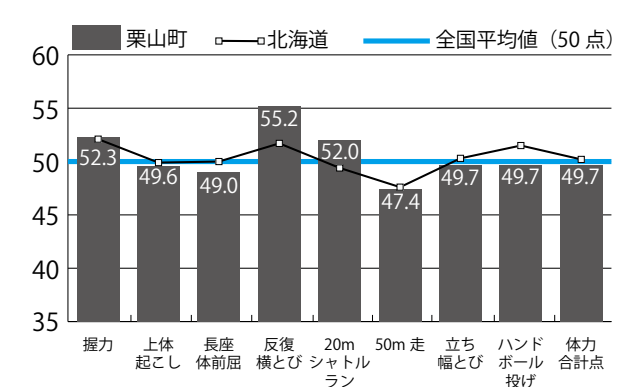


図1 小学5年生男子の結果 単位:点

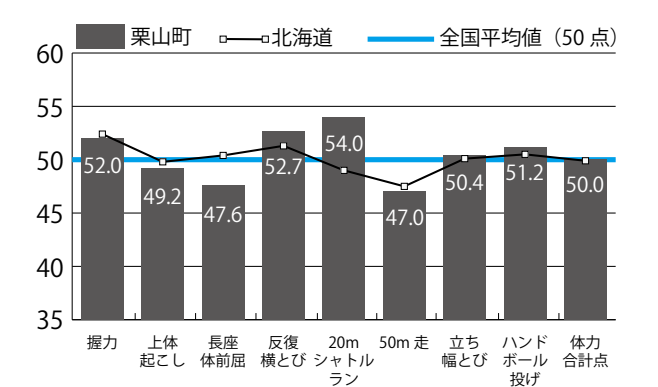


図4 中学2年生女子の結果 単位:点

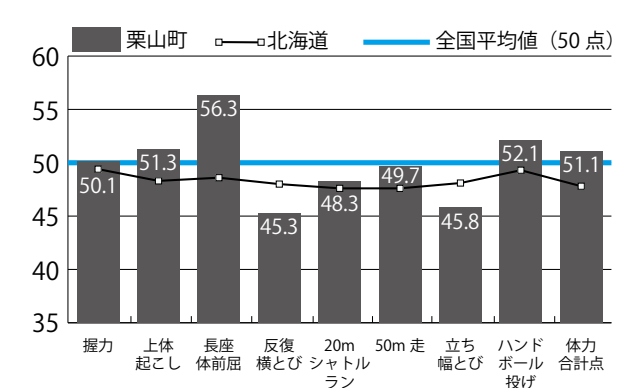
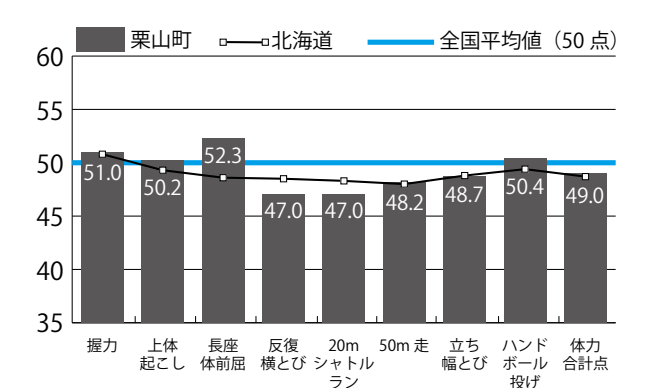


図3 中学2年生男子の結果 単位:点



スポーツ少年団 新団員募集!!

町では現在、6種目・7団体のスポーツ少年団が活動しており、子どもたちがスポーツを通じて、基礎的な運動能力と健康なからだをつくり、スポーツの楽しさや喜びを体験することを目的としています。各スポーツ少年団では、4月から新入団員を募集しています。

栗山剣道スポーツ少年団

活動場所 スポーツセンター
対象学年 幼児～中学3年生
問い合わせ スポーツセンター ☎ 72-6161

栗山町柔道スポーツ少年団

活動場所 スポーツセンター
対象学年 幼児～中学生
問い合わせ 佐藤裕介 ☎ 090-9526-8295

くりやま FC (サッカー)

活動場所 栗夢広場ほか
対象学年 年中～小学6年生
問い合わせ 丸山友也 ☎ 73-7515(町役場)

栗山野球スポーツ少年団

活動場所 栗山小グラウンドほか
対象学年 小学1年生以上
問い合わせ 錦古里和宣 ☎ 090-7512-4127

継立野球スポーツ少年団

活動場所 継立小グラウンド
対象学年 小学2年生～6年生
問い合わせ 前出純一郎 ☎ 76-3151(継立小)

栗山バレーボール スポーツ少年団

活動場所 スポーツセンターほか
対象学年 小学3年生～6年生(小学2年生は要相談)
問い合わせ 相原深雪 ☎ 090-6219-2626

栗山町ミニバスケットボール スポーツ少年団

活動場所 スポーツセンター
対象学年 小学1年生～6年生
問い合わせ 石田奈菜子 ☎ 090-5226-2890

屋外施設オープン

公園球場、町民球場、運動公園、栗夢広場、農村環境改善センターテニスコートなどの屋外スポーツ施設が4月29日(例)に一斉オープンします。

また、栗山ダムパークゴルフコースは4月21日(金)、ふじスポーツ広場は5月20日(土)にオープンします。
※雪解けの影響で延期する場合があります。

◆日時
4月10日(月)から
午前9時～午後5時
※土日祝日は販売しません。
◆金額
高校生以上 15710円
◆持ち物
身分証明書、顔写真
(縦3cm横2.5cm)
◆販売先・問い合わせ
指定管理者クリーンセンター
株式会社
☎ 3200

栗山ダムパークゴルフ コースシーズン券販売

スポーツ推進委員が行く! inスポーツセンター

スポーツセンター教室のバランスボールピラティスを体験

この他にもカラダを動かす教室を行っています! 興味のある方はぜひお問い合わせください。
【問い合わせ】
スポーツセンター ☎ 72-6161



ウォームアップとクールダウンは念入りに!

準備運動

ケガ防止のため、ラジオ体操や軽運動をします



ストレッチ

タオルや壁を使ったストレッチで身体をほぐします



クールダウン

テニスボールでツボを刺激し、筋肉をほぐします



初心者にも魅力的な 楽しい内容でした!!

今回は第3期スポーツセンター教室のバランスボールピラティスに推進委員3人が受講者と一緒に参加しました。

バランスボールピラティスとはヨガと太極拳の要素を合わせた身体に優しいピラティスです。毎週火曜日に開催されており、バランスボールだけではなく、トレーニングルームでの活動もあります。まず、準備運動とラジオ体操を行った後、膝裏や股関節を中心としたストレッチを行いました。その後メインのバランスボールを使い、腹筋や背筋、腕の筋肉などそれぞれの筋肉に負荷がかかるエクササイズを行います。バランスを意識することで、インナーマッス



ルに効いている実感が大いにありました。
私は体が硬く、ついていくのが精一杯でストレッチでは既に汗だくなっていました。
バランスボールを使ったトレーニングでは、腕や足がプルプル震え、体幹の弱さを痛感し、翌日にはお約束の全身筋肉痛でした。
講師のアメとムチのバランスが絶妙で途中笑い声も聞こえ、参加者が大変楽しく運動していることが印象的でした。毎週参加すると柔軟性や体幹強化、筋力アップが期待でき、楽しく運動したい方におすすめです。他にもソフトエアロビクスや健やかストレッチなど全5種類の教室もあります。
令和5年度を運動の年にしてみたいかがでしょうか。
(スポーツ推進委員 大塚 崇)

栗山町文化振興基金 補助金事業募集のご案内

町民や企業の方からの寄付金を文化振興を図る事業に充てるために積み立てている基金です。

○地域文化振興事業

地域の文化振興または普及を図る事業（演劇、音楽、文芸、工芸、郷土芸能の鑑賞会、歴史・自然に関する学術研究発表など）

○郷土芸能等保存振興事業

郷土芸能の保存、継承などを行う事業

○芸術創造普及事業

芸術家などが行う芸術の創造普及を図る事業

◆対象者

町内で活動する個人・団体

◆補助金額

対象経費の2分の1以内で、原則20万円を限度とします。

◆申込先・問い合わせ

町教育委員会社会教育課
☎ 1117



▲文化振興基金の補助金を活用して購入したかさおどりの衣装

ハンドメイドイベント 「ハッピーマーケット」

町内外のハンドメイド作家が種店する手作り市を開催します。

◆日時

4月8日(土)
午前10時～午後4時

◆場所

カルチャープラザ「Eki」

◆入場料

無料

◆出品

アクセサリ、エコクラフト、キッズ小物、陶器、レジン、木製椅子、ツールペイント、ハンドケアなど

◆問い合わせ

カルチャープラザ「Eki」
☎ 3333



いきいきスクール 受講生募集



◆期間

5月～11月（年間6回程度）

◆内容

バス研修、学校祭、講演など

◆対象

60歳以上の町民

◆申込方法

各地区の老人クラブに配布した募集用紙からお申し込みください。

※老人クラブがない地域の方および老人クラブに加入されていない方は町教育委員会へお申し込みください。

◆申込期限

4月14日(金)

◆申込先・問い合わせ

町教育委員会社会教育課
☎ 1117

学用品などの費用を 援助します

小中学校に通うお子さんがいる世帯に対し、学費の全額または一部を援助します。

◆対象

生活保護の被保護世帯または経済的に援助が必要な世帯
※世帯の収入状況などの基準があるため、対象とならない場合があります。

◆援助内容

学校給食費、学用品費、新入学児童生徒学用品費、修学旅行費、体育実技用具費、医療費、クラブ活動費、生徒会費、PTA会費、卒業アルバム代など
※生活保護の被保護世帯は修学旅行費、医療費のみ対象です。

◆申請方法

学校で配布される申請書に必要事項を記入し提出

※生活保護の被保護世帯の方は、申請は不要です。

◆申込期限

4月21日(金)

◆申込先・問い合わせ

町教育委員会学校教育課
☎ 1117

ふるさと 自然教育通信

VOL.64

自然教育通信

お問い合わせは
オオムラサキ館
まで!!
☎ 72-3000

サケ稚魚の放流会



昨年、サケが雨煙別川で産卵するシーンが見られました。たくさんサケが遡上できるよう放流会を行います。

◆日時

4月8日(土)
午前10時～11時

◆場所

雨煙別小学校コカ・コーラ環境ハウス

◆服装

暖かい服装、長靴

◆主催

夕張川自然再生協議会

両生類の卵塊調査

ハサンベツ里山は重要な個体群が住む貴重な産卵場所です。春のハサンベツ里山に生息するカエルやサンショウウオを観察してみませんか。

◆日時

4月15日(土)
午前9時～正午

◆場所

ハサンベツ里山

◆持ち物・服装

暖かい服装、長靴、軍手



オオムラサキ館 観察飼育舎オープン!!

オオムラサキ館の観察飼育舎（網舎）がオープンします。観察飼育舎では「キアゲハ」をはじめ、「春の女神」と呼ばれ早春に羽化する「ヒメギフチョウ」などの蝶を観察することができます。

◆日時

4月29日(祝)～10月31日(火)
午前10時～午後5時

◆休館日

毎週火曜日、祝日の翌日
年末年始

◆入館料

無料



▲観察飼育舎の様子



▲早春に羽化したヒメギフチョウ

図書館へ行くこう！

栗山ふるさと文庫20号
無料配布中！



栗山にゆかりの深い5人を語り部に、昭和期に町内で発行されたチラシをもとに行った座談会の内容を編集委員が書き起こし、ふるさと文庫20号として1冊にまとめました。お求めの方は左記受付場所までお越しください。

◆受付場所

町図書館、角田・継立図書館、移動図書館くくりくり号

◆部数

100冊限定（先着順）

◆問い合わせ

町図書館
☎ 26055