

「自分手帳」の活用について

～ 健康教育 ～

学校教育課通信

令和3年 5月14日 第168号
編集・発行：県南教育事務所 鈴木正和



新型コロナウイルスの影響により、生活習慣の乱れや肥満傾向が見られる児童生徒が増加しているという報告を各校より受けています。このような状況を踏まえ、福島県教育委員会では、今年度の「自分手帳」活用率を100%とすることで、マネジメントサイクルの確立を目標としています。そこで、下記の内容を参考に、「自分手帳」の活用を進めていただければと思います。

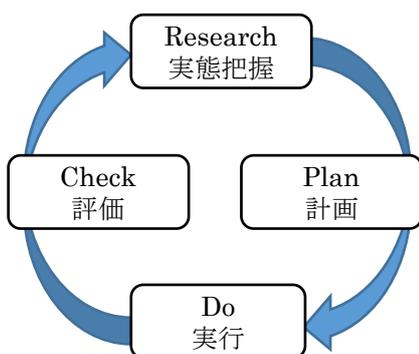
効果的・継続的な活用のために～福島県教育委員会～

小学4年生	<ul style="list-style-type: none"> ■スタートプログラム <ul style="list-style-type: none"> ・児童への活用ガイダンス(自分手帳配付時) ・保護者への説明(年度初めの授業参観等) 保護者配付用の「自分手帳」活用のためのガイダンス資料を各学校へ送付しています。(R3.3月) 	<ul style="list-style-type: none"> ●小・中・高等学校体育担当者連絡協議会において、「自分手帳」の活用についての説明を行う予定です。 ●他県からの転入生には、新しい自分手帳を配付いたしますので、事務所にお問い合わせください。 ●紛失した児童生徒には県教委webページよりダウンロードしてお渡しください。
小学4年生から 高校3年生	<ul style="list-style-type: none"> ■活用効果、身につけさせる資質・能力の共有 ■教育計画への位置づけ <ul style="list-style-type: none"> □各教科(保健・保健体育・家庭) □学級活動 □総合的な学習の時間 ■学校での保管による活用 <ul style="list-style-type: none"> ・各学校で保管場所を決めて管理(個人情報) ■保護者との連携 <ul style="list-style-type: none"> ・定期的なやりとり(感想等の記入) ・啓発資料としての活用(学級懇談等) 	
進級 進学時	<ul style="list-style-type: none"> ■継続使用の確認(児童・生徒・保護者) ■確実な引き継ぎ <ul style="list-style-type: none"> 例)・学校間(担任)での引き継ぎ 	

個々の児童生徒の実態に応じて「健康」「食生活」「運動」等のマネジメントサイクルを確立しましょう。下記は、朝食に関するマネジメントサイクルの例です。



「自分手帳」活用によるマネジメントサイクル



6月と11月の「朝食について見直そう週間運動」

で活用します。

- ① Research (実態把握)
- ② Plan (計画)
- ③ Do (実行)
- ④ Check (評価)

運動前に、日頃の朝食内容について振り返り、自分の課題に気付くことができます。

記入例：
野菜料理を食べていなかったため、野菜を食べるようにする。また、野菜たっぷりみそ汁を食べるようにする。

5日間記録します。スタートの曜日は、学校の実態で決めてください。

朝食の見直しの取組を保護者とともに振り返り、今後に生かします。

「朝食について見直そう週間運動」での活用例(自分手帳「食生活20～21ページ」参照)

各校の活用例が掲載されています。

福島県教育委員会 自分手帳

