

(別紙様式1)

平成25年度「岐阜県ふるさと教育週間」実施報告書

学 校 名	多治見市立陶都中学校		
実 施 期 間	平成25年11月 1日 (金)		
実 施 概 要	11月1日 授業参観・講演会 授業参観後、多治見市お届けセミナー「健康ハッピープラン」の実施		
実 施 内 容	学習・取組の分野 <input type="checkbox"/> 自然 <input type="checkbox"/> 歴史 <input type="checkbox"/> 文化 <input type="checkbox"/> 産業 <input checked="" type="checkbox"/> その他		
	公開の方法 <input checked="" type="checkbox"/> 授業公開 <input type="checkbox"/> 成果発表 <input type="checkbox"/> 交流活動 <input checked="" type="checkbox"/> 講演会等 <input type="checkbox"/> 地域行事等参加 <input type="checkbox"/> その他		
来 校 者 数	保 護 者	250人	計 255人
	地域関係者	5人	
実 施 状 況	・授業参観を午後より実施した。多数の保護者が授業参観をした。 ・その後、多治見市保健センター職員による多治見市健康ハッピープランにおいて、健康に関する講話を生徒と保護者で受けた。 ※別紙1参照		
成果及び課題	・参観授業においては、本時のねらいを配布する教師もあり、保護者が授業について、わが子の様子を見るだけでなく、学ぶきっかけにもなっている。 ・講演会では、健康に関する見識を高めることが、生徒保護者ともできてよいくっかけになった。 ※別紙2参照		

(別紙1) **家族みんなで健康づくり**

# たじみ健康ハッピープランお届けセミナー



平成25年度から多治見市の健康づくり計画「たじみ健康ハッピープラン」がスタートしました！

多治見市の中学生の保護者の方にとって、どんな健康課題があり、家庭でどんな取り組みをすればいいのかを、お子さんと一緒に楽しく学んでみませんか？

**日時: 11月4日(金) 14時50分～15時50分**  
**場所: 陶都中学校 体育館**

## ★市民の行動目標～3つの目標に取り組もう～★

### 【食生活】



＜学童期・思春期＞  
毎食、野菜を食べる  
朝ごはんを食べる

学童期＝小学生(6～12歳)  
思春期＝中学生・高校生  
(13～19歳)

### 【運動】



＜学童期＞家族や友達とからだを使って遊ぶ  
～毎日、最低60分以上の運動あそび～  
＜思春期＞運動する習慣をつける  
～毎日、最低60分以上の運動・スポーツ～



### 【喫煙】

＜学童期＞たばこの害を知る  
受動喫煙を受けない  
＜思春期＞たばこを吸わない  
受動喫煙を受けない



こんな吸い方をしても、  
受動喫煙は防げません

禁煙は愛

スワンちゃん

### 【内容】

- 思春期の子どもの食事のポイント
- 子供の健康・体力づくりについて
- 見て納得、タバコの害のびっくり映像

### 【講師】

多治見市保健センター 保健師・栄養士

参加いただいた方には  
試食があります。



(別紙2)

## 母親委員会から

平成25年11月15日  
陶都中学校  
母親委員会通信No. 2

### 「たじみ健康ハッピープランお届けセミナー」 11月1日(金)

授業参観後に、体育館にて多治見市保健センターの栄養士さん、保健師さんに来ていただきお話を伺いました。40名近くの保護者の方にご参加いただき、ありがとうございました。「食生活」「運動」「喫煙」の3つの視点から、映像を使ってのわかりやすい説明や、簡単な動きを実際にやってみたりしてのお話で、大変楽しく聞くことができました。陶中3年男子の体力テストの結果が、県や全国平均と比べて、とても優秀であることがグラフで示されると思わず拍手が起きていました。また、足をクロスして床に座り、そのまま手をつかずに立ち上がれるかのテストでは、すくっと立ちあがれる生徒たちの横で、立ち上がれなかったPTA会長が「スーツだからなあ・・・」と言いつつ、お父さんお母さんも、ご家庭でお子さんに聞いてぜひやってみてください！

#### ◎参加していただいた保護者の方の感想より

- ・健康のために大切なことを基本から考える機会がもててよかった。
- ・小、中、高の育ち盛りの子がいるので、とても興味深い内容でした。
- ・朝食摂取はできていますが、野菜の摂取量が不足していますので、野菜メニューの調理に努めたい。
- ・毎日の食事に関して見直そうと思います。
- ・簡潔にまとめてあって中学生にもわかりやすかったと思う。特に陶中の体力テストの結果は、興味が持てました。
- ・タバコの成分、ショッキングでした！有害有害とは言うけど、漠然としていましたが、ガンになる確率など数字で示してもらい、今日はとても勉強になりました。
- ・以前にハッピープランで、禁煙相談した夫が2ヶ月もかからないうちに禁煙できました。きっかけをいただき感謝しています。

#### 母親委員さん、ありがとうございました。

今回の研修会では、2年の母親委員さんに、手作りヘルシーおやつとして「おからクッキー」作りをお手伝いいただき、保護者の方にレシピとともに配布しました。なかなか美味しいですよ。ぜひおうちでも作ってみてくださいね！

次回の母親委員会の活動は・・・「制服リサイクルバザー」です。

日時：1月27日(月) 小6保護者の中学校説明会の日です。

今週末の資源回収時に、着られなくなった制服、スクールバック、サブバックを回収しますので、よろしく願います。尚、バザーでは、在校生の保護者の方も購入できます。

1年生の母親委員の方は、以前に決めていただいた1月16日(木)19:00～その準備を行いますので、ご協力をお願いします。(詳細は、後日案内を送らせていただきます。)