



◆済美小学校は「足元からの健康づくり」を推進していきます。

「すぐに疲れて、まっすぐ立ってられない。」「走り方がぎこちなく、よく転ぶ。」「走っている途中、靴がすぐ脱げてしまう」こんな声が教員から聞かれることがあります。近年、子供の体力低下が問題視されています。その原因の一つに足が正しく育っていなかったり、靴が足にあっていなかったりすることがあると言われています。日本学校保健会「児童生徒の足に関する実態調査」によると何らかの足のトラブルを経験したことのある子供は小学校低学年で31%、高学年で40%にもものぼっています。実際、子供たちの登校の様子を見ていると靴ひもがほどけていたり、かかとを踏んでいたり、あきらかにサイズの大きい靴を履いていたりする子も見られ、子供たちの成長や運動に影響がないか心配になります。小学校の6年間は、体の発育、運動能力の発達が顕著な時期であり、子供の足は1年で約1cm伸びると言われています。日々、自分の体を支えている「足」や「靴」に関心をもつことは、自身の健康づくりや運動能力の向上にもつながると考えます。

本校は、今年度、公益財団法人 日本学校体育研究連合会から足育推進校の指定を受けました。「足育(あしく)」とは、足の健康の大切さや正しい靴の履き方の理解を通して、足元から子供たちの健康づくりを進める教育です。

◆足育推進校としての取組

①足育授業の実施(全学年)

学年の発達段階に応じて、姿勢や靴の履き方、足裏のアーチや土ふまずの役割、足や靴のトラブルなどについて授業を実施し、足や靴についての理解と共に正しい靴の履き方を実践していきます。今年度は2月に足育月間を設け、各学級で足育の授業に取り組んでいきます。

②全児童の足の計測と上履きのフィッティング及び上履きの無償貸与

2月に足育事業共催団体であるJES日本教育シューズ協議会の協力を得て、全児童対象に足の計測と上履きのフィッティングを実施します。簡易足計測器を使用し足の長さだけでなく足の幅も計測し、自分の足に合った上履きを無償貸与します。正しい靴の履き方等を指導しながら継続使用することで、児童の意識の変化や体力向上との関係などを観察し分析していきます。上履きの無償貸与は令和4年度末まで継続予定です。



③保護者の皆様への足育啓発

足育を推進していくためには、学校と家庭が一体となった教育が継続されることが大切です。そのためにも保護者の皆さまに足や靴についての理解を深めていただく必要があります。9月30日には、教職員とPTA役員の皆様を対象にJES日本教育シューズ協議会理事長 早川家正氏を講師にお招きし「足の健康や靴について」の講演会を実施しました。コロナ禍ではありますが、感染症対策をとりながら2月10日に希望する保護者様を対象にした同様の講演会を開催する予定です。詳細については後日お知らせします。



※不定期になりますが、足育の進捗状況や各学年の足育授業の様子を「せいび足育だより」でお伝えしていきます。