

糸教学第 280 号  
令和 4 年 6 月 8 日

保護者 各位

糸満市教育委員会  
教育長 幸地 政行  
(公印省略)

### 「徒歩登校のすすめ」について (依頼)

梅雨の候、保護者の皆様におかれましては、益々ご健勝のこととお喜び申し上げます。

また、平素より本市の教育活動に対しまして、ご理解とご協力を賜り感謝申し上げます。

さて、昨年度スポーツ庁が実施した「令和 3 年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」において、本県の課題は「1 週間で体育の授業以外で全く運動しない児童生徒(運動時間 0 分)の割合が全国と比べて高い」「肥満傾向児童生徒の割合も全国と比べて高い」等の傾向が続いている状況があります。

また、令和 4 年度沖縄県学力向上推進本部会議からの提言において、児童生徒の体力の向上を図る取組に「徒歩登校」が奨励されております。

つきましては、児童生徒の健康と安全、徒歩登校による生活スタイルの改善と運動の機会として、「徒歩登校のすすめ」についてご理解いただき、ご協力くださいますようお願いいたします。

### 【徒歩登校の意義について】

#### 1. 体力の向上

- 体力が付き、肥満解消にもつながります
- 病気に負けない体づくりができます

#### 2. 心肺機能が高まる

- 心臓や肺の働きがよくなるといわれ、持久力の向上、心肺機能の向上につながります
- 足は第 2 の心臓ともいわれるように、体全体の血流が良くなります

#### 3. 規則正しい生活ができる

- リラックス効果、適度な疲労によりよく眠れ、食欲が旺盛になります
- 早寝・早起き・朝ごはんにつながり、規則正しい生活習慣を身につけることができます

#### 4. 学力が向上する

- 脳への酸素供給量が増加し、脳の活性化、集中力の向上へつながります

#### 5. 社会性ができる

- 友だちとの会話が増え、コミュニケーション能力が向上します

#### 6. 危機管理能力が高まる

- 周囲を確認しながら歩くことで、安全確保等の認知力が向上します
- 危険を想定する力が身につき、危険回避能力が向上します
- 雨の日や寒い日も歩くことで、精神面が鍛えられます

#### ※事件や事故に注意

- 道路で遊ばないこと
- 道路に飛び出さないこと
- 信号が青でも、左右の安全を確認して横断すること
- 各学校の通学路を通り、登下校すること

