

「ほっとネット」は、ほっかいどうの教育をより良く進めるために、ほっとな情報を提供し、「学校・家庭・地域」のネットワークづくりを支援する北海道教育委員会が発行する広報誌です。

Twitter・メルマガ更新中!!

北海道の教育に関する情報を
随時お知らせしています。

【Twitter】



【メルマガ】



■発行・編集

北海道教育庁総務政策局教育政策課
〒060-8544 札幌市中央区北3条西7丁目
TEL:011-204-5717

冬に向けた健康管理について

「コロナ」も「インフルエンザ」も、基本的に予防方法は同じです!!
～ポイントをおさえて、効果的に予防しましょう～



石けんで**10秒**もみ洗い後、流水で**15秒**すすぐ

(手洗い前)
100万個
ウイルス



(手洗い後)
0.01%
数百個
ウイルス



朝ごはんはと体温の関係

体温は睡眠中に下がるので、起床時は体温が低く、頭も体もぼんやりした状態です。

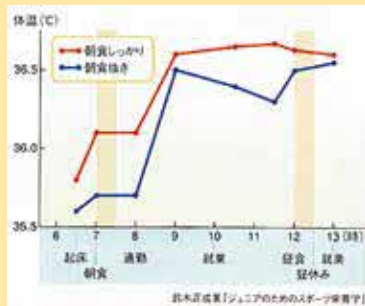
朝ごはんを食べると、すぐに体温が上がり始め、午前中から体温が上がった状態が続きますが、朝ごはんを食べないと、通学で体温が上がっても、授業の間はまた下がり、イライラしたり集中力がなくなったりします。

バランスのよい朝ごはんは免疫カアップ!

ウイルスの体への侵入を防ぐ免疫力は、体温が下がると低下することが分かっています。

午前中の体温が上昇した状態を維持するためには、主食とおかず(主菜・副菜)をそろえたバランスのよい朝ごはんを食べて、登校することが大切です。

特に、冬はみそ汁やスープなど、温かい料理が1品加わった朝ごはんが、ウォームアップに有効です。



冬期間は、寒さのため家の中で過ごす時間が多くなり、運動不足になりがちです。

道教委では、家庭や地域で体力向上に取り組むことができるよう、「どさん子元気アップチャレンジ」において、「なわとびトライ【家庭・地域部門】」「なわとびスキルマスター認定」を実施しています。

冬の運動不足解消のために、是非、挑戦してみてください!

なわとびトライ【家庭・地域部門】2期

令和2年12月18日(金)～令和3年1月29日(金)

なわとびスキルマスター認定

令和2年7月29日(水)～令和2年11月30日(月)



Let's try!



<http://www.dokyojoi.pref.hokkaido.lg.jp/hk/ktk/R2dosanko.htm>



「新北海道スタイル」と(株)クリプトン・フューチャー・メディア様のキャラクター「ラビット・ユキネ」がコラボし、学校でご活用いただくピクトグラムを作りました。無料でどこでも使用できますので、ぜひご利用ください。



ダウンロードは
こちら



卒業する生徒の皆さんへ

「もうひとつのクライマックス」を



応援アンバサダー田中 賢介氏(左)と小玉教育長

道教委と北海道は、新型コロナウイルスの影響で部活動の大会や発表の場が中止になり、集大成の場を失った生徒や家族のため「もうひとつのクライマックス」プロジェクトに取り組んでいます。

本プロジェクトでは、応援アンバサダーに北海道日本ハムファイターズスペシャル・アドバイザーの田中賢介氏に就任いただいているほか、また、複数の企業の皆様にも協賛・応援いただいています。

ここでは各組について紹介します。



～卒業する3年生へ感謝の気持ちを伝えよう・エールを送ろう～

1・2年生が3年生にエールを送るセレモニーの実施や、校内放送において3年生に感謝のメッセージを伝える番組の放送、予餞会において3年生との思い出を振り返る動画の上映など、卒業する3年生への感謝の気持ちを贈ります。



～3年間支えてくれた家族やサポーターへの感謝の言葉を募集～

家族や友人、指導をしてくれた先生へ、日頃の感謝の気持ちを伝えよう! いただいたメッセージはサンクスメッセージ特設サイトに掲載します。



募集期間:
12月11日(金)まで

もうひとつのクライマックスアルバム

～思い出の記録をみんなに～

これまでの活動の記録をまとめた記念誌を来春卒業する全ての高校生などに配付します。

<この事業に関する問合せ先>
学校教育局健康・体育課
もうひとつのクライマックス事業推進チーム
TEL:011-206-0569

北海道立学校を ふるさと納税で 応援してください。

北海道立学校 ふるさと応援事業

★事業目的

北海道の次代を担う子どもたちが、ふるさと北海道を支えるたくましい人材へと成長できるよう、北海道立学校における教育活動の充実に、皆様の御支援、御協力をお願いする事業です。

応援したい道立学校へ



国際交流の充実へ



寄附の 使い道

- ・1/2は指定された道立学校の教育活動や教育環境の充実
 - ・1/2は全道立学校を対象とした留学機会の拡大等国際交流の充実
- ※学校を指定しない場合、全額を国際交流の充実に活用させていただきます。

【ポイント】

- ・個人の方の御寄附はふるさと納税制度の対象となり、**一定の上限までは実質2千円の自己負担**で北海道立学校を応援することができます。
- ・企業からの御寄附の場合、**寄附金の全額を損金算入可能**です。

※ いわゆる返礼品はございません。

※ 納付方法、学校計画等、詳しくは下記ホームページからご確認ください。



道教委HP
(納付方法等)

<この事業に関する問合せ先>

総務政策局教育政策課・政策企画係

TEL:011-206-6354



すべては
子どもたちのために

学校における働き方改革の推進



「子どものためであれば、どんな長時間勤務も良しとする」という働き方は、崇高な使命感から生まれるものですが、その中で教員が疲弊していくのであれば、それは「子どものため」にはなりません。

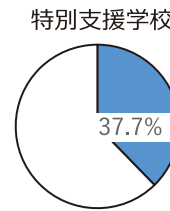
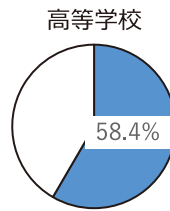
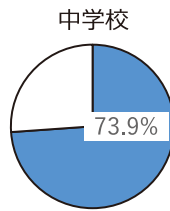
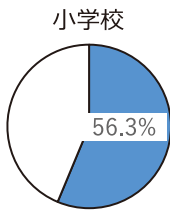
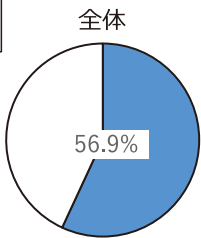
道教委では、全ての教員が仕事と生活の調和を図り、心身ともに健康で誇りとやりがいをもって働けることが、自らの授業を磨いたり、人間性や創造性を高める原動力となり、結果として、子どもたちに対する効果的な教育活動に繋がると考え、各種施策に取り組んでいます。

これらの実現のためには、学校・家庭・地域の連携が欠かせません。子どもたちの教育活動の充実に向けた取組に、道民の皆様の御理解と御協力をお願いします。

令和元年度（2019年度）教育職員の時間外勤務等に係る実態調査の結果（道教委発表）

令和元年
11月の状況

【時間外勤務を月45時間以上行っている教員の割合】



道教委では次のとおり、教員の時間外勤務時間の上限を定めています。

1か月で 45時間以内
1年間で 360時間以内

※ 月45時間の時間外勤務は、月曜日から金曜日まで、毎日2時間程度の時間外勤務を行っている状況に相当します。

北海道教育委員会の Action

主な取組の例

道教委では、平成30年3月に、学校における業務改善の方向性を示した「学校における働き方改革『北海道アクション・プラン』」を策定し、各種取組を進めています。

■ 留守番電話による対応

教職員が外部からの問い合わせ等への対応のため、時間外勤務をすることがないよう、留守番電話の設置を推進しています。

※ 児童・生徒の生命や安全に関わるものは、警察・救急へ連絡してください。



■ 「チーム学校」の実現に向けた専門スタッフ等の配置

教員に代わって部活動を指導する部活動指導員やスクールカウンセラー等の専門スタッフの他、教員の業務を補助するスクール・サポート・スタッフ等の配置を進めています。

■ 「学校閉庁日」の設定

学校職員が休業を取りやすい環境を整備するため、長期休業期間中に一定期間の学校閉庁日を設定することとしています。

■ 部活動の適切な指導

生徒のバランスのとれた生活や心身の成長に配慮し、また、教員の部活動指導における負担が過度にならないよう、適切な休養日や活動時間の基準を設定しています。

- 休養日の設定：週当たり2日以上（平日1日以上、週末1日以上）
- 活動時間：平日2時間程度、学校の休業日3時間程度

■ 学校行事の精選・見直し

各種学校行事の精選や内容の見直し、準備の簡素化や地域が主催する行事との合同開催などによる効果的、効率的な運営を促進しています。

■ ICTの活用と校務支援システムの導入促進

各教科等の学習指導案や教材、実践例等のデータを共有するほか、成績処理などを行う校務支援システムの導入を促進しています。

学校へのご協力をお願いします

新型コロナウイルス感染症対策に伴い、学校現場の負担が増加しています。このため道教委では、臨時的任用教員の追加配置や外部スタッフの配置拡大に取り組んでおり、現在、学校で働ける方を募集しています。ぜひ皆様のお力添えをお願いします。

【臨時的任用教員】

育児休業等の方の代替や欠員補充など、子どもたちの学びを保障するため、臨時的任用教員を募集しています。教員免許状を所有して学校で働いてみたい方は、ぜひお問い合わせください。

Web上で応募（登録）することもできますので、道教委HPをご参照ください。



【学習指導員】

子どもたちの学びの保障のため、補充学習やドリル学習時の補助等を行います。子どもたちと直接ふれあう仕事をしてみませんか？



御興味ある方はこちらをご覧ください
(学習指導員、スクール・サポート・スタッフ共通)



【スクール・サポート・スタッフ】

消毒作業やプリント印刷、採点業務など教員業務の補助を行います。先生をサポートする仕事をしてみませんか？



【ほっかいどう部活動サポーター】

子どもたちの「部活動」の指導をしてみませんか？道教委では「ほっかいどう部活動サポーターバンク」を開設し、部活動指導員、外部指導者を随時募集しています。

詳細は、こちらをご覧ください。



部活動のあり方について考えてみませんか？

国は、本年9月に、部活動改革の一環として、令和5年度を目途に、休日の部活動を段階的に地域へ移行すること等の考え方を示しました。持続可能な活動と教員の負担軽減の実現を含めた、地域における望ましい部活動のあり方について、ご家族や周りの方々と一緒に考えていただけたらと思います。



こちらでご意見を募集しています。

皆さまのご意見等
をお寄せください

皆さまへより良い情報を提供するため、本誌の発行に関する改善点、取り上げてほしい記事、気になる情報など、どんなことでも結構ですので、お気軽に皆様の声をお聞かせください。お寄せいただいたご意見等は、今後の広報誌発行の参考とさせていただきます。

〒060-8544 北海道教育庁総務政策局教育政策課広報広聴係 FAX 011-232-1869 mail:kyoiku.kyosei1@pref.hokkaido.lg.jp