

# ハワイ州教育省(DOE)

## ウェルネスガイドライン

ハワイ州教育委員会の方針 103-1 とアメリカ合衆国農務省(USDA)の Healthy, Hunger-Free Kids Act of 2010(子供たちが健康で飢えないようにするための法律)を施行する

| ウェルネス委員会  |
|---|
| WC1: 学校にはウェルネス担当コーディネーターがいる。  |
| WC2: 学校には、スクール・コミュニティ <sup>1</sup> および／または一般市民(コミュニティ組織、公的機関または現地の選出議員の代表者など)で構成されるウェルネス委員会が設立されている。  |
| WC3: 学校のウェルネス委員会は、学年度ごとに少なくとも 3 回会議を行う。   |
| WC4: ウェルネス委員会は School Health Index(学校保健指標)またはその他のデータソース(Youth Risk Behavior Survey(青少年危険行動調査)のデータなど)を使用して、年に 1 度、重点分野を明らかにし、それらの分野の改善状況を監視する。   |
| WC5: ウェルネスの重点分野は、学校の教育および／または財務計画に記載されている。  |
| WC6: スクール・コミュニティ <sup>1</sup> には、各学年度の初めに、ウェルネス方針について伝えられ、ウェルネス担当コーディネーターの連絡先情報が提供される。  |
| WC7: 学校は、文化的および言語的に適切なさまざまな形式(オンライン、チラシ、プレゼンテーションなど)で、生徒の家族に、学校と自宅でのウェルネスをサポートするよう奨励する。   |
| WC8: 校長または学校のウェルネス担当コーディネーターは、年に 1 度、Safety and Wellness Survey(安全性とウェルネスに関する調査)を実施する。  |
| 栄養ガイドライン  |
| NG1: 一食単価の給食とおやつはすべて、USDA の栄養基準を満たす。  |
| NG2: 校内 <sup>2</sup> で授業日 <sup>3</sup> に販売または提供される食べ物(給食、フアンドレイジング、購買、自動販売機、およびパーティーなど)はすべて、USDA の食事パターン要件または Smart Snacks(スマートスナック)基準を満たす。   |
| NG3: 校内 <sup>2</sup> で授業日 <sup>3</sup> に販売または提供される飲み物(給食、フアンドレイジング、購買、自動販売機、およびパーティーなど)はすべて、以下の基準を満たす。 <ul style="list-style-type: none"> <li>• カフェイン、人工着色料、人工甘味料不使用</li> <li>• 一人前の分量に制限がない水以外の飲み物の 1 食あたりの分量は最大 8 oz. <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 水 - 普通の水(炭酸入り／なし)</li> <li>○ 牛乳 - 脂肪分が 1%または無脂肪の普通の牛乳、National School Lunch/Breakfast Program(全国学校昼食／朝食プログラム)で認められている牛乳の代替品、1 食(8 oz.)あたりの糖分量は 22 グラム以下</li> <li>○ 甘味料不使用の 100%フルーツまたはベジタブルジュース</li> <li>○ 甘味料不使用の濃縮還元 100%フルーツまたはベジタブルジュース</li> </ul> </li> </ul> |
| NG4: Smart Snacks(スマートスナック)基準に基づく身体活動、食品以外の品物、または健康食品を促進するフアンドレイジング活動が推奨される。  |
| NG5: 可能な限り、給食とスナックには地元で生産された新鮮な果物や野菜を使う。  |
| NG6: 生徒には最低 20 分間の昼食時間が与えられる(この場合の昼食時間は、食事が提供されてからの 20 分間)。   |

<sup>1</sup>スクール・コミュニティには、管理者、体育教師およびその他の教師、医療従事者、カフェテリアのスタッフ、生徒およびその家族が含まれる。

<sup>2</sup>校内とは、生徒が授業日に立ち入ることができる、学校の管轄下におけるすべての敷地領域と定義される。

<sup>3</sup>授業日とは、真夜中から授業日の授業終了 30 分後までの時間、または真夜中から USDA の放課後のスナックプログラムの終了 30 分後までの時間(このプログラムに参加している場合)と定義される。

|  |
|--|
| NG7: 生徒は、食事時間と授業日の丸一日を通して、校内の複数の箇所に設置されている無料の飲料水を飲むことができる。 |
| NG8: 生徒への褒美または罰則として食べ物が与えられることはない。                         |

| <b>保健および栄養促進</b>   |
|--|
| HE1: 保健の授業の指導内容は、健康的な食事をサポートする知識とスキルを重視したものであり、ハワイ州 DOE の保険教育基準と一致する。  |
| HE2: 小学生には 1 週間あたり最低 45 分、そして中学生には 1 週間あたり最低 200 時間保健の授業が提供され、それは、複数の科目に組み込まれた一つのコースに、または多分野にまたがる単位を通して費やされた時間によって測定される。 |
| HE3: 栄養教育には、料理、試飲・試食、農家訪問および学校園などの食事に基づく実践的な、文化的に関係がある活動が含まれる。   |
| HE4: 全校的な飲食物のマーケティングについては、すべて栄養ガイドラインを満たす必要がある。これには、学校新聞、自動販売機の外面、ポスター、バナー、校内テレビ、およびスコアボードが含まれる(しかしそれだけに限定されない)。         |
| <b>体育</b>  |
| PE1: 体育の授業の指導内容は、ハワイ州 DOE の体育教育基準と一致する。  |
| PE2: 小学生には 1 週間あたり最低 45 分、そして中学生には 1 週間あたり最低 200 分体育の授業が提供される。   |
| PE3: 体育の授業の少なくとも 50%の時間は、中等度～強度の身体活動にささげられる。   |
| PE4: 体育の授業は、州によって認定された体育教師が指導する。   |
| PE5: 体育の授業の生徒対教師の比率は他の科目と似ている。   |
| PE6: 5 年生、7 年生、および 9 年生の体育には、健康に関する生徒のフィットネス評価 (FitnessGram など) が含まれる。   |
| <b>身体活動</b>  |
| PA1: 生徒には 1 日最低 20 分間の休憩時間が与えられ、その時には中等度～強度の身体活動を行うことができる。   |
| PA2: 生徒が身体活動を行っている時には、60 分ごとに 1 回休憩時間が与えられる。   |
| PA3: 罰則として、学校が生徒に身体活動を行わせる、または身体活動(休憩や体育など)を行えないようにすることはしない。   |
| PA4: 学校は、そうすることが合理的に安全な場合には、生徒やスタッフに徒歩または自転車で登校するよう奨励することで、能動的な移動を支持する。  |
| PA5: 学校は生徒やスタッフのために自転車置き場を設置する。  |
| PA6: 学校のスタッフ、生徒、家族および地域社会のメンバーは、体を動かすために、授業時間外(授業前、放課後、週末、休日など)に学校の校庭や施設に立ち入ることができる。                                     |
| <b>専門能力の開発</b>   |
| PD1: 学校のスタッフは、年に 1 度、ウェルネスガイドラインについての専門能力の開発プログラムを受ける。   |
| PD2: 学校のスタッフは、ウェルネス(健康的な食事、身体活動、禁煙、ストレス管理など)のロールモデルとなることが奨励される。  |

## リソース

### 教育省

ウェルネスガイドライン(オンライン) - <http://bit.ly/HIDOEWellness>  
School Food Services Branch(スクールフードサービス部門) - 733-8400  
Health and Physical Education Program(保健体育教育プログラム) - 305-9712

### 保健省

改訂日: 2019 年 4 月 16 日

