

「米子市開校準備委員会教育環境部会」



子どもたちの安全な通学に向けて

～わが子の健やかな成長を願って～



島根大学教育学部附属教師育研究センター
特任教授 吉田 博幸

本日の流れ

<はじめに>

- 1 安全な通学のために
- 2 徒歩通学とバス通学（教育面からのアプローチ）
- 3 「健やかな成長を願って」

<おわりに>



はじめに

○自己紹介

○本日の講話にあたって



1 安全な通学のために

(1) 安全な通学環境の整備 (ハード面)

～事故を起こさせない設計～

・歩道整備

・横断歩道

・信号機



・防護柵等の整備

・街路灯、防犯灯 (ソーラー防犯灯)

要望しても基準や予算等により必ずしも設置されるわけではない。



ハード面で、できる限りのことはするが、限界がある。

1 安全な通学のために

(2) 見守りと運用体制の構築（ソフト面）

～人と人とのつながりで守る～

■登校班

- 小学生が数人ずつのグループで登校
- 班ごとに集合場所や出発時刻、連絡手段を事前に決定
- 低学年の児童でも安全に通学できるように工夫
- 子どもたちは班の中でルールを守り、仲間と協力して歩く経験を通じて、社会性や自立心も育成



■地域や保護者ボランティアによる見守り

法律上、PTAや地域の方々に子どもの安全確保の義務や責任が課されているわけではない。登下校中の子どもの安全についての一次的な責任は、学校や地域ではなく、民法820条に基づき、保護者にある。

1 安全な通学のために

(2) 見守りと運用体制の構築（ソフト面）

～人と人とのつながりで守る～

<学校保健安全法>

第二十七条（学校安全計画の策定等）学校においては、児童生徒等の安全の確保を図るため、当該学校の施設及び設備の安全点検、児童生徒等に対する通学を含めた学校生活その他の日常生活における安全に関する指導、職員の研修その他学校における安全に関する事項について計画を策定し、これを実

■登下校中の子どもの安全についての一次的な責任は保護者にあるが、地域の宝である子どもたちを地域と学校と一体となつて見守る工夫が大切

地帯、地域の安全を確保するための活動を行う団体その他の関係団体、当該地域の住民その他の関係者との連携を図るよう努めるものとする。

<民法>

第820条 親権を行う者は、子の利益のために子の監護及び教育をする権利を有し、義務を負う

2 徒歩通学とバス通学（教育面からのアプローチ）



「安全面」

歩道・道幅・交通量・横断箇所・見通し・大型車・災害リスク

「防犯面」

人通り・明るさ・死角の少なさ・防犯カメラ・駆け込み先

「環境面」

歩きやすさ・騒音/排気ガス・心理的安心感・距離/負担

2 徒歩通学とバス通学（教育面からのアプローチ）

バス通学の特徴

- 安全性が高く、天候の影響を受けにくい
- 時間が安定し、荷物の負担が少ない

「教育面」

子どもの体を動かす時間・交通安全意識・季節対応・自治性・社会性

ただ・・・

憂慮する面も



2 徒歩通学とバス通学（教育面からのアプローチ）

子どもの動く時間は？



子どもはどれくらい動けばいい？
/ How Much Activity Is Needed?

中～高強度（徒歩以上の活動）の運動を毎日60分

Moderate-to-vigorous physical activity daily

60

分 / min

毎日 / per day

少しでも動くことが大切！

Any amount of activity is better than none!

座りっぱなしは心と体によくない。体を動かす時間を確保しよう。

Too much sitting is unhealthy — replace sedentary time with movement!

2 徒歩通学とバス通学（教育面からのアプローチ）

エビデンス紹介①



■ 子どもの心身の健康のために必要な中高強度（徒歩かそれよりも強い）の身体活動量は**1日60分を推奨** 世界保健機関, 2020

■ 岡山の調査では、小学生の**徒歩通学を含む始業前と始業後の身体活動が1日の約45%を占めている** Sasayama, J Transp Health, 2021

■ 活動的な通学は**高い心肺機能（有酸素能力）と関連する**

Lubans, Int J Behav Nutr Phys Act, 2011

■ 活動的な通学と認知機能や学力を調べた研究はまだ少ない

■ 女子では、高い認知機能や学力と相関する場合も

Ruiz-Hermosa, Int J Environ Res Public Health, 2019

Phansikar, Int J Environ Res Public Health, 2019

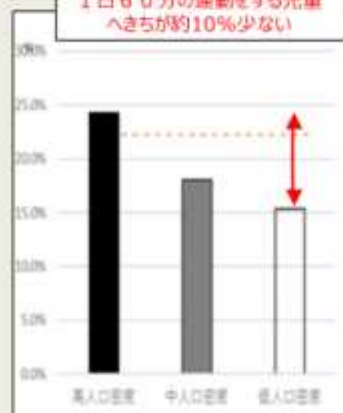
2 徒歩通学とバス通学（教育面からのアプローチ）

エビデンス紹介②

小学生の運動実施量は住む場所で異なる（へき地ほど少ない）

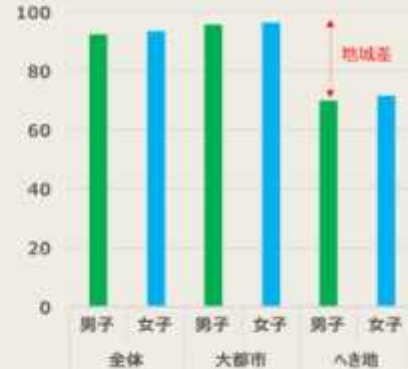
鹿嶋県鹿嶋市の調査（2017年）

1日60分の運動をする児童
へきちが約10%少ない



Abe et al., J Epidemiol 2020

全国小学5年生 徒歩通学者の割合 (%)



※ 系列1 92.4 93.5 95.6 96.4 70 71.7

平成30年全国体力・運動能力、運動習慣等調査（スポーツ庁、2018）

2 徒歩通学とバス通学（教育面からのアプローチ）

エビデンス紹介③

肥満の割合は、へき地が高い

※バス通学、スポ少減少など運動の機会が減ったのではないか



	児童数	男子						女子					
		歩行平均		肥満傾向児・痩身傾向児の出現率				歩行平均		肥満傾向児・痩身傾向児の出現率			
		歩長 (cm)	歩重 (kg)	肥満	普通	痩身	歩長 (cm)	歩重 (kg)	肥満	普通	痩身		
全国集計	504,439	139.62	35.36	13.7%	83.6%	2.8%	485,726	141.27	35.24	9.7%	87.4%	2.9%	
公立	481,654	139.61	35.35	13.7%	83.5%	2.8%	479,104	141.26	35.24	9.7%	87.4%	2.9%	
国立	2,938	140.45	35.32	10.2%	86.4%	3.3%	3,011	141.74	34.51	5.7%	90.3%	4.0%	
私立	2,847	140.20	35.43	11.9%	84.7%	3.3%	3,611	141.69	34.77	6.8%	88.9%	4.3%	
都道府県別													
大都市圏													
大都市	141,140	139.94	35.24	12.3%	84.5%	3.2%	135,444	141.45	35.05	8.5%	86.1%	3.4%	
中都市	93,837	139.52	35.24	13.5%	83.8%	2.8%	91,011	141.19	35.12	9.4%	87.7%	2.9%	
その他の都市	224,209	139.54	35.35	14.1%	83.2%	2.7%	216,281	141.19	35.25	10.1%	87.2%	2.7%	
町村	38,095	139.45	35.63	15.4%	82.3%	2.3%	36,255	141.22	35.54	11.4%	86.2%	2.4%	
へき地	7,168	139.76	36.69	19.4%	78.9%	1.8%	6,725	141.55	36.51	14.2%	83.8%	2.1%	

令和5年全国体力・運動能力、運動習慣等調査（スポーツ庁、2023）

2 徒歩通学とバス通学（教育面からのアプローチ）

まとめ（海外も含めた研究の共通見解）

通学手段	1日の平均歩数	傾向
徒歩通学	多い（+1,500～2,000歩）	最も活動量が高い
バス通学	少ない	徒歩との差が大きい
車送迎	さらに少ない	活動量が低い

通学手段	1日のMVPA（中強度活動）	傾向
徒歩通学	+10～15分/日	WHO推奨60分に近づく
バス通学	短い	活動量不足が顕著

- 国際的にも「徒歩・自転車通学」は、子どもの1日の総身体活動量を増加させ、特に中強度以上の運動量（心肺持久力に重要）に寄与すると結論。
- 徒歩通学は、歩数・活動量が明確に多く、持久力・走力で高くなりやすいが、新体力テスト合計点差が出ないことも多い。
- 肥満度・健康指標は、徒歩通学の方が良好傾向で、「技能的な体力」よりも「健康につながる体力」に差が出やすいというのが現在の理解。

※「バス通学＝体力が必ず低い」ではない。重要なのは、放課後の外遊び、体育授業の充実、地域スポーツなどで十分な運動機会が確保することが大切。

2 徒歩通学とバス通学（教育面からのアプローチ）

なぜ「通学」で差が出やすいのか



<徒歩通学>

- 毎日強制力があり、無意識のうちに継続

<放課後運動やスポーツ>

- 個人差、家庭環境差、地域差が大



通学は最も公平な運動機会になりやすい。

2 徒歩通学とバス通学（教育面からのアプローチ）

ある地域の取組（雲南市立掛合小学校の徒歩区間設置の事例）



2 徒歩通学とバス通学（教育面からのアプローチ）



2 徒歩通学とバス通学（教育面からのアプローチ）

徒歩通学で動く時間以外に得られる効果

- 交通安全意識
（横断・歩行・自転車・バス）
- 危険予測能力の育成
（「ここは危ない」と気づく力）
- 自治性、社会性
- 自助意識
（トラブル時にどうするか）
- 季節対応
（暑さ・寒さ・雨）



2 徒歩通学とバス通学（教育面からのアプローチ）

バス通学対象範囲の考え方について

- 文部科学省の徒歩通学のめやす
・小学校の適正な通学距離は概ね4km（1時間）以内
- 発達段階の考慮
低学年の子どもにとっては2kmが一つの目安
※小学1年生：1kmを歩くのに15～20分
※学童期（6～11歳）
 - ・年間平均5～6cm程度のゆるやかな成長
 - ・男子は9～10歳頃、女子は8～9歳頃から徐々に伸びが加速。もちろん個人差がある。
- 他の住民の皆さんとの公平性
 - ・バス通学への補助金等の規程
 - ・特別な事情←行政の説明責任が必要



3 「健やかな成長を願って」

学校教育



3 「健やかな成長を願って」

<和田小学校 令和8年度 Grant デザイン>



おわりに

- 徒歩通学は、子どもが「無理なく毎日動く環境」を守ることにつながる。
- 子どもが毎日の生活の中で自然に体を動かせるかどうかということも大切にしていきたい。
- 健康体力とともに交通安全意識や自治性・社会性等といった教育効果の視点でも検討してほしい。

