

# 杉戸町の部活動が変わります！

～「杉戸町部活動方針」2019.4月から運用開始～

杉戸町では、スポーツや文化活動等を通じた生徒の健全な成長と負担軽減を目指し、生徒の『生涯にわたる学びの基礎』を養うため、杉戸町部活動方針を策定しました。

## 部活動に関する基本ルール

〈活動時間等に関する4つのルール〉

### ●1：休養日

週2日以上<sup>○</sup>の休養日を設けます。  
(平日1日、週末(土・日)1日以上<sup>○</sup>の休養日)  
→◆○1～○3の例外について

### ●2：活動時間

平日：2時間程度  
休日：3時間程度  
→◆○1～○3の例外について

### ●3：朝練習

朝練習は原則的には行いません。  
→◆○1～○3の例外について

### ●4：その他

#### ○活動計画の共有

休養日や活動時間等を示した年間・月間の計画を家庭と共有します。

#### ○参加大会の精選

参加する大会は、生徒の健康状態や発達状態、日常の学校生活等への影響を踏まえた範囲とします。

#### ○いじめ・体罰の禁止、安全管理

いじめや体罰の禁止はもとより、適切な健康管理により事故防止に努めます。

#### ◆○1～○3の例外について

例外として、校長が認める原則4回を上限とする大会やコンクールについては、その開催日の前1か月間において、2週間を例外期間として扱い、○1～○3の規定によらない活動とすることができます。

※この場合において、活動時間・日数等が一時的に多くなることが考えられますが、大会・コンクール後にまとまった休養をとるなど、練習時間と休養日のバランスを学期間で平均し、練習時間を適切に管理します。ただし、この場合でも1週間の総活動時間は16時間を上限とします。

〈例〉例外適用可能期間(実線)

例外期間パターン(点線)

日	月	火	水	木	金	土
26	27	28	29	30	31	1
		←				
2	3	4	5	6	7	8
		←				
9	10	11	12	13	14	15
-----						
16	17	18	19	20	21	22
-----						
23	24	25	26	27	28 大会	29
→						
30	1	2	3	4	5	6

# 杉戸町部活動方針に関する Q&A

## Q なぜ今回の方針を定めることになったのですか？

A このたび、スポーツ庁から「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」（平成30年3月）、埼玉県教育委員会から「埼玉県の部活動の在り方に関する方針」（平成30年7月）、文化庁から「文化部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」（平成30年12月）が相次いで示されました。さらに、国全体による「教員の働き方改革に係る緊急提言」（平成29年8月）がなされるなど、部活動を取り巻く環境の工夫・改善に向けた動きが全国的に加速しています。こうした社会状況のなか、トレーニング効果や技能向上が科学的に分析・実証され、各分野において質的向上が期待される一方で、行き過ぎた部活動指導による生徒のバーンアウトや身体の酷使による怪我や故障など、未来を担う生徒にとって、望ましくない状況が起きていることも少なからず問題となってきました。そこで、杉戸町ではこれらの諸課題を考慮した上で部活動方針を策定し、これまでの部活動の意義を踏まえつつも、生徒の『生涯にわたる学びの基礎を養う』という理念のもと、部活動について一定の枠組みを設定し、推進することにしました。

## Q 例外期間においても活動時間に上限を定めるのはなぜですか？

A 海外の研究等によると、活動時間が長いほど外傷・傷害の発生率が高く、特にこの発生率は、1週間あたり16時間以上でより高くなるということが示されています。そのため、「スポーツ医・科学の観点からのジュニア期におけるスポーツ活動時間について」（平成29年12月18日 公益財団法人日本体育協会）においては、「休養日を少なくとも1週間に1～2日設けること、さらに、週当たりの活動時間における上限は、16時間未満とすることが望ましいとされており。

## Q この方針は文化部活動にも適用されるのですか？

A 活動時間が長ければ、「かけた時間だけ効果がある」ということはありません。限られた時間を、学校生活や社会生活の充実に活かすことも大切です。運動部活動と文化部活動には性質の違いがあり、一概に線を引けない点もありますが、学校における部活動という同じ枠組みの中では、一定のルールを共通に設けることは基準性を持たせる意味でも意義あるものと考えられます。この点について、文化庁は「文化部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」（平成30年12月）の策定を行っており、埼玉県の方針も文化庁ガイドラインに沿ったものとなっています。従って、本方針は文化部活動にも適用されることになります。

本方針へのご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

**杉戸町教育委員会**