



身体を鍛え 身体を労（いたわ）る

校長 松久保 鉄也

本町では、子どもの健全育成を目指し、「メディア日誌」の活用を進めている。本校では昨年度、8・11・2月に調査を行い、結果を学校保健委員会等で公表している。

特に利用時間が長いのは、夏休みである。子供だけで家に残っているため、どの学年も平均2時間以上、最多の学年は平均3.5時間となっている。平均3.5時間ということは、これ以上の子供がいるということだ。

この結果から心配されるのが、視力の低下である。ケガと違い、視力の回復はほとんど望むことができない。悪くなる一方なのだ。私も視力が低くめがねをかけているが、できることならかけたく

ない。男前がなお下がるし、お金もかかる・・・子供たちには、めがね無しで元気に過ごしてもらいたい。そのために、以下を実行してもらいたい。

- ① 利用時間のルールを設定
- ② 保護者が家に不在の時間は、Wi-FiをOFF
- ③ 睡眠時間の確保（8時間程度）

これらを怠ると、視力低下のためめがねやコンタクトの購入が必要となる。そうならないよう、日頃から①～③の徹底をお願いしたい。



最近のニュースで、季節外れのインフルエンザやRSウイルスに感染し、通院する子どもが多いとの報道を見た。

この時期に、それらが流行している原因を考えると、私は一つのことに行き当たる。それは、免疫の低下。

新型コロナウイルス感染予防のためにマスクを3年以上つけていた子供たち。本来であれば、様々なウイルスが体内に侵入し、それを身体の免疫細胞が撃退するというメカニズムが働いて

いたはず。しかし、感染力が強く治療薬のない新型コロナウイルス感染予防のためのマスク着用が最

優先だったことは当然である。今も高学年の児童の多くがマスクを着用している。

では、どうすればいいのだろうか。私なりの答えは、「身体を鍛える・労る」である。体内に、ウイルスが入ってきてもそれを撃退する体力を身に付けることが必要だと考える。そのために、以下を実行してもらいたい。

- ① 睡眠時間の確保（8時間程度）
- ② 適度な運動
- ③ バランスの取れた食事（特に、パン・ご飯以外の朝食）

これらを怠ると、後で子どもを病院に連れて行ったり、家で看病したりすることになる。そうならないよう、親子のために、日頃から①～③の徹底をお願いしたい。



今年度は「人権の花運動」推進校

鶴田小学校は、今年度、「人権の花運動」推進校になっています。人権の花とされるヒマワリを育てることで、人を思いやる心を育み、互いの人権を大切にしていこうと、取り組んでいます。



先日、全児童が一人1プランターにヒマワリを植えました。また、正門付近にある花壇には、舟倉さんが植えました。今はまだ小さいですが、太陽の方を向き、人々に元気を配るヒマワリが、これから咲き誇っていくでしょう。



また、校長からはお互いを大切にするために、ふわふわ言葉を使おうと話がありました。一人一人が楽しいと思える学校を目指します。

身体を鍛えるための取組

表に書いた、「身体を鍛える」に関する取組を紹介します。本校では、朝8時から自主的な体力づくりを行っています。主な内容は、ランニングと縄跳びです。両方に共通するのは、持久力。体力テストで落ち込んでいた項目の向上を目指しています。

また、朝の活動の仲良し体育では、「8の字エイトマン」に取り組んでいます。いわゆる長縄です。学年によっては、短くした縄を高速で跳んでいます。3分間で、累計何回跳んだかを記録し、前回からの成長を確認しています。



次の休み、親子で縄跳びに挑戦してみてください。まだまだ子供には負けませんよね(^o^)

ブログの閲覧について

お持ちのスマートフォンのQRコード読み取り機能で、右の図を読み取って下さい。その後、「ブラウザで開く」等のメッセージが表示されたり、ブログページが開いたりします。たくさんの方の閲覧を、お待ちしております。



授業力向上のための研修

先日、教員の授業力向上のための校内研修が行われました。代表の教員の授業を見て、よかった点や改善点を出し合い、子供たちがより主体的に学習するための手立てについて、熱心な話し合いがなされました。



今後、全員が授業をして、よりよい授業を目指していく予定です。

第1回学校運営協議会が開催

去る7日（水）、9人の委員に来校して頂き、第1回学校運営協議会を開催しました。授業・施設参観後、校長の学校経営案について承認をいただきました。



その後、質疑・応答、意見交換を行いました。貴重な意見を数多くいただきました。詳しいことは、今後配付予定のCS便りをご覧ください。

7・8月行事予定

- 4日（火）：いじめアンケート
- 5日（水）：水泳学習発表会、学級PTA
家庭教育学級、学校保健委員会
- 7日（金）：水泳学習発表会予備日
- 8日（土）：土曜授業・学校開放
いもむしの会
- 20日（木）：終業式、集団下校、給食無し
- 21日（金） 24日（月）：水泳記録会練習
- 24日（月）～28日（金）：教育相談
- 8/1（火） 21（月）：出校日