

ふ き あ げ

《学校教育目標》

○かしこく ○なかよく ○のびのびと

〒341-0045 三郷市寄巻9 2 1-1 TEL: 048-955-5964 FAX: 048-955-5988

MAIL hukiagesho@edu.city.misato.saitama.jp URL <https://www.edu.city.misato.lg.jp/hukiagesho/>

学年	1年	2年	3年	4年	5年	6年	全校
在籍児童数	30人	27人	31人	42人	35人	42人	207人

要・・・かなめ

のりこ
鈴木 方子

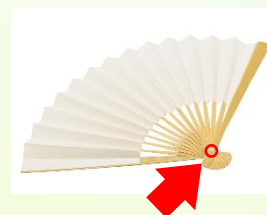
早いもので1学期も折り返しを過ぎました。今年は暑くなる日も時々ありますが、5月後半には涼しい日が続き、熱中症の心配をする日は例年より少ないです。また、今年度から運動会は秋に実施することにしましたので、児童も教員もゆっくり落ち着いて日々の活動に取り組んでいるように思います。

日常的に教室を訪問すると、学習の課題に意欲的に取り組む児童の姿が多くみられます。進んで手を挙げて発言したり、友達と互いに考えを交流したり、一人でじっくり考えたり、そんな学びの姿の一方で、児童たちの姿勢が気になります。吹上小に限ったことではありません。昨今、様々な理由から子供だけでなく大人の姿勢も崩れているようです。「姿勢よく」と言われると、私たちは「背中を伸ばす」ことを意識します。もちろんそれも大切なのですが、学校では「腰を立てる」→「立腰」を指導しています。



「腰」は「肉部」の漢字です。偏(左側)は「にくづき」と呼ばれます。肉部は、肩・胸・肺・背のように肉や人の身体などに関する字が主に属します。

「腰」の旁(右側)は「要」です。「要点」「重要」などの熟語からも推測できるように、物事の最も大切な事柄や人物を指します。元々「要」は扇の金具の部分の指します。ここがはずれてしまうと、扇がバラバラになってしまうことから「物事の大事な部分」という意味になりました。



身体を表す「にくづき」と「要」が合わさって「腰」。つまり「腰」は、身体の中でも最も大切な部分ということになります。これからますます身体が成長していく子供たちにとって、大切な「腰」を立てる「立腰」はとても大切なことだと思います。

ところで、姿勢の悪さが心身に及ぼす影響を調べてみました。資料によって内容は様々ですが、おおよそ次のことが挙げられていました。子供に限らず、大人でも同様の影響があるようです。

- ①呼吸が圧迫されて酸素を取り入れにくくなる(浅い呼吸)
- ②腸など内臓の働きが悪くなる(内臓機能の低下)
- ③筋肉が硬くなり柔軟性がなくて、つまずいたり転んだりしやすくなる(怪我のリスク)

他にも、骨格の歪み、頭痛や肩こり・腰痛、学力や自己肯定感の低下などが挙がっていました。日々、良い姿勢で過ごせるよう、子供たちにも6月の講話タイムで「立腰」について話したいと思います。

また、別紙でご案内の通り、7月8日(火)第5校時に学校保健委員会を開催します。PTA 会長木津恒一様を講師に、正しい姿勢について実際に動きながら教えていただく予定です。児童は3年生・5年生が参加しますが、どの学年の保護者様でも参加することができます。別紙の参加申し込みを6月2日(月)までにお子様を通して担任へご提出ください。子供たちと一緒に姿勢について考えましょう。お待ちしております。

今月の生活目標

雨の日の過ごし方を考えよう

間もなく梅雨の季節がやってきます。また、今年も猛暑が予想されています。適切に活動の制限を行いながら、安全に楽しく学校生活ができるよう指導します。

校内硬筆競書会

自分の字と向き合い、字形を整えて丁寧に書くことができるように指導を重ねていきます。
校内競書会は11日(水)です。本番に向けて励ましの言葉かけをお願いします。



水泳学習がはじまります

今年度も水泳学習の季節となりました。
水着・水泳帽子・バスタオル等必要な学習用具には必ず記名をお願いします。
またプールカードの保護者の印が必要となります。印が押されていないと水泳学習に参加させることができません。ご理解ご協力のほど、お願いします。



3・4・5年生 「ベースボールチャレンジ」 6月17日(火)

ライオンズベースボールアカデミーコーチ陣が来校し、子供たちに投げ方の基本を指導していただきます。また、ベースボール型ゲームと一緒に交流を深めます。投てき能力・体力の向上とともに、運動の楽しさを体感できるプログラムです。今からとても楽しみです。



< 熱中症予防について >

- ★キューベルでもお知らせしましたが、昨年度に引続き、熱中症対策として以下のことについてご協力ください。
- また、十分な睡眠や食事など規則正しい生活が整うよう見守りもよろしくお願いします。
- ①登下校中の日傘・クールネック等を使用する。
 - ②水筒に追加してペットボトル(水・茶・スポーツドリンク)を持たせる。
 - ③ランドセルを通気性の良いリュックサックに変更する。

今月の予定



日にち	曜日	主な行事等
1	日	
2	月	委員会活動 風吹きクラブ 14:50
3	火	
4	水	講話タイム プール開き
5	木	給食費引落日 第1回学校運営協議会 1・2年生内科検診
6	金	ひだまり読み聞かせ 1年生心臓健診
7	土	
8	日	
9	月	クラブ活動
10	火	新体力テスト
11	水	校内硬筆競書会
12	木	
13	金	
14	土	
15	日	
16	月	クラブ活動
17	火	3・4・5年生ベースボールチャレンジ
18	水	6年生租税教室 なかよしタイム
19	木	アルミ缶・パザー品回収日 1・3年生眼科検診 3年生ブックトーク
20	金	ひだまり読み聞かせ
21	土	吹上小家庭読書の日
22	日	吹上小家庭読書の日
23	月	6年 社会科見学・クラブ活動なし
24	火	4年リユース見学
25	水	
26	木	スクールカウンセラー来校日
27	金	ひだまり読み聞かせ
28	土	
29	日	
30	月	委員会活動(1学期最終)

