

学校だより



# しらかわ



添川小学校

2017. 05. 10

第3号

**いきいき なかよく ほこりを持って**

今月2日から7日までの連休。子ども達は、新学期が始まってからこれまでの疲れもとれ、なおかつ、エネルギーを充填する休みになったようです。大きな事故やケガもなく過ごせたことが何よりでした。

また、5日のこどもの日は二十四節気の『立夏』でした。暦の上では、この日から立秋の前日まで夏。野山が新緑に彩られ、夏の気配が感じられるようになります。「かえるの鳴き声を聞いたよ」「竹の子を収穫したよ」等々、子ども達には体験を通して季節を感じてほしいと思います。

## 安心して運動に活用しよう！ 校地内「遊具」の安全点検

学校では、原則毎月1日を「学校安全の日」としています。この日までに校舎内外の安全点検を実施し、危険箇所の早期発見に努めるとともに、修繕が必要な場合は速やかに保安保持の措置をとり、事故の防止に努めています。

先日には、町の方から専門業者に依頼していただき、校地内遊具の安全点検を実施しました。遊具は遊び時間をはじめ、体育の時間、あるいはさわやかタイムでも大いに活用しています。ですから、安全点検は非常に大事です。



子ども達の安心・安全のために、これからも点検を怠ることなく継続していきます。

## 立腰(りつよう)への取り組み お家ではどうですか？

子ども達の学力を下支えする授業の構えづくりである「立腰」。授業中に臨む姿勢がずいぶん改善されてきました。子ども達は、

**立腰 = 腰骨を立てた姿勢 = よい姿勢**

ということを言葉による理解だけでなく、体の動きとして理解し始めたようです。それに伴って授業中の集中力も増してきているようです。

立腰は学習への効果だけでなく、**健康面での効用**もあるようです。

- \* 腰や肩など、体の一部分に負荷がかかることがないので、腰痛・肩こり・膝痛といった疾患を根本的に解消&予防する。
- \* 胸郭が拡がり呼吸が深くなって、スタミナが付く。
- \* 全身の血管の圧迫がなくなるので、血流がよくなり、血圧が正常になって心臓への負担が減り、心筋梗塞や狭心症の根本予防策になる。 などなど。

ご家庭でも、ぜひ話題にさせていただき、家庭学習や食事時の子どもの姿勢の見直しに役立てていただければと思います。

### どうして集中力が増すの？

立腰によって呼吸が深くなると最も酸素を必要としている脳にいち早く届けられます。そうすると脳疲労がとれて頭がスッキリするので、集中力が高まり、仕事や学習がはかどるのです。

# よろしく願いいたします。

先月29日の授業参観、そして、その後に行われたPTA総会にたくさんの方々からお出でいただきました。ありがとうございました。保護者の皆様には、授業参観では、子ども達の様子はどのように映ったでしょう。お気づきの点がありましたら、いつでも学校・担任までお知らせください。

PTA総会では、今年度の役員、活動方針や事業計画、予算等について協議がなされました。PTAには、学校の一番の応援団としてご協力いただきました。今年もよろしく願いいたします。

## <添小PTA活動方針から>

### ◇ スローガン

「支えよう 子どもたちのたくましく健やかな成長を」

### ◇ 具体的な活動

- \* 立哨とあいさつ運動
- \* お手伝い運動
- \* 子どもの夢・目標応援運動

会長さんから、「子どもの安全と親子のより豊かなかかわり合いを実現する」ことをめざし、左記の3つの具体的な活動が提案され、了承されました。



### ◇ 今年度役員

#### 【PTA事務局】

(敬称略)

PTA会長	勝見 賢太郎	
PTA副会長	後藤 千佳子	横澤 諭
PTA幹事	遠藤 理恵	尾形 隆
	浅野 克幸	
PTA監事	舟山 弥寿彦	舩山 詠美

#### 【学校PTA役員】

学年	学年部会長	学年委員	母親委員
1	本間 邦章 (環境体育)	田制 幸男 (研修広報)	勝見 利江
2	尾形 紀子 (環境体育部長)	舟山 実 (研修広報)	舟山 智子
3	横澤 諭 (研修広報)	新野 崇 (環境体育)	塚田 梨江
4	會田 喜文 (環境体育)	舩山 孝子 (研修広報)	菊地 香奈子
5	舩山 源浩 (研修広報)	高橋 正彦 (環境体育)	佐原 雄子
6	遠藤 充 (環境体育)	高橋 実 (研修広報部長)	杉本 亜紀 (委員長)
			卒業実行委員長 山口 努

## あいさつも“自分事”

登校して来たときには「今日もがんばるぞ」、下校の前には「明日も楽しみ、またね」といった気持ちが込められた子ども達のあいさつ。言わせられてするあいさつでなく自分から進んでいるあいさつですから、声にハリがあります。あいさつをされて気持ちがいいです。続けていけるよう、こちらからもしっかりと返していきたい(できるだけ子どもよりも先に)と思います。