

学び舎通信

町内小中学校の情報を毎月お届けします

10月号



保健師さんの

すこやかコラム

第2次健康増進計画「みんなの健康づくり計画」の紹介
その②「身体活動・運動」編

前回の「栄養・食生活」分野の取り組みの紹介に続き、今回は「身体活動・運動」分野の取り組みを紹介いたします。

動・運動を取り入れる人の増加及び運動の習慣化が課題となっております。

- ・車に頼らず歩く
- ・荷物を運ぶ
- ・掃除をする
- ・子どもと遊ぶ
- ・犬の散歩をする
- ・洗車する

◆「天河原町の現状と課題」運動習慣が不足しています。

【取り組み】運動習慣の増加や日常生活における身体活動量の増加を目指すため、個人や家庭で以下の取り組みをお願いします。

平成24年度に実施したアンケート調査では、定期的な運動を継続していない人の割合が71・2%という数値が出ています。特に25歳から49歳のかたの運動不足が顕著でした。

- ①日常生活の中に散歩や筋力トレーニングなどの運動を取り入れ、運動習慣を定着する。
- ②運動だけでなく、日常生活においても意識的に身体活動を増やす。

この結果から、働き盛りの年代を中心に、健康と運動に対する意識向上と、日常生活に身体活

◆「身体活動を増やすポイント！」
・階段の昇り降り

小さな達成感や楽しみと結び付け、少しずつ継続できるよう、身近なところから始めてみませんか？

◎健康福祉課保健予防係 ☎5312115



「朝のあいさつ運動展開中」

週に3回、生徒会によるあいさつ運動が行われています。

大中生のあいさつは、先輩より引き継がれている新しい伝統です。地域の皆さんからも認められ、気分をリフレッシュさせる効果があります。

普段、校内で交わされる「おはようございます」「こんにちは」「さようなら」は、学校生活に活気をもたらしています。



中学生同士「防災・減災」について考えました

8月28日に愛知県岡崎市立竜南中学校生徒34人が本校を訪れました。

今年で3回目となる交流会。それぞれ工夫を凝らし、ユーモアあふれる学校紹介や特産品紹介で、会場が和やかな雰囲気になりました。災害対応防災ゲーム「クロスロード」が始まると、みんな真剣な表情で自分の意見を述べ、同じ中学生として意見交換を行いました。

最後には『防災絆宣言』を両校で交わし、今後文化祭等での交流も続けていくことを約束しました。

学校生活が充実

収穫の秋。各学校では、これまでに行われたさまざまな学習活動の成果が実るにつれ、子どもたち一人ひとりの自信も深まってきているようです。



「みんなの合い言葉」を決めよう

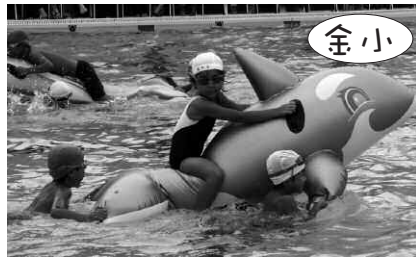
9月3日の代表委員会でゲームやスマートフォンなどの使い方について合い言葉を決めました。合い言葉は「ゲームより家族の時間を大切に」「ゲームの貸し借りトラブルのもと」「ストップ！その言葉、大丈夫です」。

参観していた保護者のかたからは「寝る前にゲームをしていると体にも頭にも良くないので終了時刻などを話し合ってください」という意見が出されました。今後、計画委員会で話し合いたいと思います。



「もがり漢字検定」に92人合格！

南小では、基本的な学力向上に向けてさまざまな取り組みをしています。「もがり漢字検定」もその一つで、夏休みと冬休みの後に漢字50問テストに挑戦するというものです。認定証をもらえるのは100点をとった児童だけです。難関ではありますが、夏休み明けの1回目は2年生以上の児童を対象に実施し、205人中92人が合格しました。先日校長室で認定証が手渡され、児童は2回目に向けて決意を新たにしていました。



水泳記録会

9月4日に水泳記録会を行いました。低学年、中学年、高学年と3つの学年部に分かれ、自分で選んだ種目に出場しました。

保護者を始めたくさんのかたが応援してくれるなかで、多くの児童が自分の目標以上の記録を出し、満足したようでした。(写真は、レク種目の「赤白リレー」のようすです)



◎教育総務課 ☎5312742

教育委員会からのお知らせ

ロビーコンサート

日常に音楽で彩りを添えようと去年8月から始まったロビーコンサート。2年目を迎えてすっかりおなじみとなり、「役場のかたがイメージが変わった」と好評をいただいています。これからも幅広いジャンルの演目をお届けしていきます。どうぞご期待ください。

やったね！



小野 眞白ちゃん



南部 藍里ちゃん



大友 蒼介くん



櫻井 柚希くん



櫻井 柚人くん



畠山 和子ちゃん



菊池 凜くん



吉野 萌ちゃん



中里 結花ちゃん



常盤 橙花ちゃん



大浦 唯愛ちゃん



木幡 温花ちゃん



田口 結菜ちゃん



本田 実優ちゃん



佐藤 佑頼くん



佐藤 壮一郎くん



佐藤 伸成くん



村上 詩織ちゃん

虫歯ゼロ