

# うなばら



発行：新潟市立五十嵐小学校

新潟市西区寺尾西 4-23-1 (〒950-2064)

Tel.025-269-3117(代) Fax.025-269-3118

E-mail : e710ikarashi@city-niigata.ed.jp

HP アドレス : <http://www.ikarashi-e.city-niigata.ed.jp/>

題字：第10代校長 小池守夫 様

## 体力向上 プラスワン！

健やかな体の育成部主任

いよいよ夏休みが始まります。最近、暑い日が続いており、思いきり運動することができない日もあります。しかし、休み中、暑いからといって涼しい部屋で一日中過ごすのもあまりおすすめできません。では、夏休みはどのように運動に取り組みばよいのでしょうか。私は、朝夕の涼しい時間を活用することをおすすめします。朝、町内で行われるラジオ体操に参加するのも一つの方法です。その前後に親子でジョギングをしたり、夕方少し涼しくなった時間に親子で散歩に出かけたりするのも良いと思います。普段とは少し違った時間の使い方ができるのも長期休み中ならではの楽しみです。

学校のグラウンドでは、朝早く親子で野球の練習をしている姿を見かけます。普段の生活の中でも、親子で運動する時間を確保していて素晴らしいなと思います。何事もきっかけが大切です。この夏、ご家庭でもお子さんと一緒に体を動かしてみたいはいかがでしょうか。

さて、学校では、今年度「運動習慣や基本的な生活習慣を身に付け、体力を積み上げていく子ども」を重点目標に教育活動を行っています。UST(ウルトラスポーツタイム)を9月～2月までの予定で実施したり、五十嵐中学校区で行う「健康ウィーク」を通して生活習慣の見直しを図ったりしていきます。

昨年度の体力テストの結果を見ると、全国平均を上回った項目が64種目中34種(53.1%)でした。「20mシャトルラン」の項目はどの学年も全国平均を上回り、「反復横跳び」も多くの学年で全国平均を上回りました。一方で、「ソフトボール投げ」は依然全国平均を上回る子どもの割合がわずかしか伸びていません。今後も引き続き、全学年で授業のはじめに「ボール投げ運動」の補強運動を取り入れて投力アップを図ります。また、児童会主催で楽しみながら投力を伸ばすイベントも企画していきます。

健康面では、昨年度の子どもたちの様子から、「睡眠」と「アウトメディア」に大きな課題があることが分かりました。特にメディアとの付き合い方については、ご家庭でお子さんとしっかりとルールを決めることが大切です。家庭と協力しながら、体力と健康の両面から、子どもたちの体力向上プラスワンを進めていきます。

## トピック五十嵐

6年生は、6月14日から2日間、修学旅行に行ってきました。東京都内で多くの施設を見学したり、体験活動をしたりしました。多くの学びを得る充実した2日間になりました。

### 楽しかったこと・学んだこと

#### 6年1組

私は修学旅行で楽しかったこと、学んだことがいっぱいあります。一番楽しかったのはキッザニアです。三つの職業体験をしました。班の人とその場でいろいろ考えて臨機応変に予約できるお店に行きました。行く前に考えた計画を大切にされた方がよかったかなと思いましたが、どの職業体験も楽しかったと思えたのでよかったです。

ANA機体整備工場では、飛行機の飛ぶ瞬間が迫力満点で、近くで見る飛行機はかっこよかったです。整備士さんはミスが許されないこと、広い工場の中は大勢の人が車や自転車で移動して仕事をしていることなど初めて知りました。

### 楽しかった修学旅行

#### 6年4組

ぼくが修学旅行で心に残ったのは、キッザニア東京に行ったことです。理由は、いろいろな仕事を体験できたからです。仕事体験は、もちろん楽しかったけれど、社会に出て役立つことを知ることができました。それは、「仕事って、とても大変」ということです。たくさん働いても、もらえるお金（キッズ）はそれほどでもなかったです。だから、「働くのって、そんなに甘くない」ということを知りました。

修学旅行でがんばったことは、きまりを守ることです。新幹線や博物館など、修学旅行で行くところには、他のお客様もいます。だから、常に他の人のことを考えて行動しました。

この修学旅行で学んだことを時々思い出して、また遠くに出かける機会などにこの経験を生かしていきたいと思います。



修学旅行



## 学校の一コマ

### 今5年生では

#### 5学年主任

5年生は、6月29日、30日と1泊2日で自然体験合宿に行ってきました。合宿のめあては、実行委員が主体となって「仲間と協力し、みんなの絆を深めよう!!」に決まりました。このめあてに向かって、子どもたちは友達と協力して準備を進めてきました。キャンドルファイアの練習、整列練習、スタンツ練習などを友達とよく声を掛け合いながら行ってきました。

当日の天気は晴れとなり、予定通りに活動を行いました。カヌー、フォトオリエンテーリング・グラウンドゴルフと自然の中での活動を思いきり楽しみました。キャンドルファイアでは、ろうそくに火を灯し、幻想的な雰囲気の中でセレモニーを行いました。2日目の野外炊さんはカレーを作りました。野菜を切る、皮をむく、かまどに火を起こすなど難しい作業をボランティアの方からアドバイスをもらい、友達と協力して頑張りました。できたカレーのおいしさは格別でした。片付けも施設の方の点検を受け、最後まで頑張りました。

期待や不安の中、友達との「絆を深めた」自然体験合宿は、子どもたちにとって忘れられない大切な思い出になりました。

### 思い出がいっぱい

#### たんぽぽ2組担任

五十嵐地区の住人になって23年目。今年度からリュックを背負い、毎朝まるで小学生になったような気分で学校に通っています。

家の子どもたちが、6年間毎日を過ごした同じ学校で、同じ景色を見ていると、色々なことが思い出されます。今更ながら、小学生だった頃の子どもの気持ちを実感しています。

そんなときは、なつかしくて心が和み、うれしくなる反面、あのときもっとうこうしてあげればよかったと、反省することもたくさんあります。

いくつになっても、子どもの目線や気持ちを忘れずに、大切にできる人でありたいと改めて思いました。大好きな五十嵐小学校の子どもたちと、思い出をたくさん作っていきたいです。