



通信

HP 学校だより
R7.11.18
NO.27
文責 伊藤美佳



人権集会から

17日（月）に波多野慎次先生を講師としてお招きした人権集会を行いました。

子どもたちの意表を突く一輪車での登場。その後、この世に生まれたときにいただいたものとして「いのち」「いいところ」「ゆめ」があることを分かりやすくお話してくださいました。事前に「いいところ」については3、4年生に、「ゆめ」については5、6年生にアンケートをとり、その結果を交えて大切さを伝えてくださいました。子どもたちが、このお話を聞いて、心無い一言や行為が「ゆめ」「いいところ」そして「いのち」までも失わせることになることを理解し、自分は絶対にしないと心に誓ってくれることを期待します。

また、ご講演の中で先生たちによる「きらめきファイブ」が登場し、子どもたちも大喜びでした。この「きらめきファイブ」は大切にしたい言葉（「ありがとう」「すごい」「大丈夫かい」「いっしょにやろう」「大すき」）を紹介してくれました。最後に波多野先生から「こんなすてきな言葉であふれている豊坂小学校になってくださいね」とエールを送っていただきました。これから今以上に「きらめき豊坂っ子」でいっぱいになることを楽しみにしたいです。

子どもたちが帰った後、先生たちも講義を受け、その中で「待つこと」の大切さを学びました。タイムパフォーマンスを重視するあまり、「待つこと」の大切さを忘れがちな現代ですが、人の成長には即効性はありません。今、学んだことや伝えたことがいつ芽を出し、花を咲かせるかわかりません。即効性を求めすぎて、すぐに芽が出なければ諦めるのではなく、信じて伝え続け、その子の成長を「待つこと」を大切にしなければいけないと改めて思いました。そんな話を聞いた後に、その日に行われたマラソン大会の試走で、しっかりと走っていて感動した6年生の子の話を先生方としました。6年という期間、諦めずに走り続けて、実を結んだこの子のことを共に喜べたことがとてもうれしかったです。

ロコモ(ロコモティブシンドローム)予防を

12日に2時間目(1～3年生)と3時間目(4～6年生)に健康会議を行いました。講師は、スズキヘルスプランニングの先生方でした。その中で、ロコモティブシンドロームについてお話を聞き、子どもたちのころに体を強くすることの大切さを学びました。

ロコモティブシンドロームとは、筋肉、骨、関節などの運動器の機能が衰え、基本的な移動能力が低下した状態をいいます。「子ども」と「ロコモ」は関係ないと考えがちですが、現在の70才代の方々と現在の小学生を同じ年代で比較した場合、骨折は4倍に増えているのだそうです。子どもの時代にしっかりと運動をして体を鍛えることで、ロコモを防ぐことができることも教えていただきました。また、良い姿勢をとることは、運動器に負担をかけない楽な姿勢のはずが、子どもたちが良い姿勢をキープすることが困難であるのが現状です。子どもたちは良い姿勢をとるために必要なストレッチを経験し、ストレッチ前と後とでは、良い姿勢をとることや前屈などのしやすさが変化していることを体験し、体を正しく動かすことの大切さを実感できたと思います。また、座った時に、背骨が真っすぐ伸びた良い姿勢をとるためには、骨盤が立っていることが大切であることや、悪い姿勢をとることで、ストレートネックなど運動器に無理をさせていることも学びました。日常生活に生かされることを期待します。