



# くらはし

舞鶴市立倉梯小学校

学校だより

令和6年5月23日

No.3

## 全てのもと

熱中症対策を気にする季節となりました。天気の急な変化に対応しきれず、先日も登校班の出発時には晴れていたのに急な雨に見舞われたこともありました。そのような時も見守り隊の皆様、地域の皆様にお声掛けをいただき、元気に登校してくる子ども達の姿に安心しています。

さて、本校は今年度の取組の中に「体づくり」を大切にしよう確認しています。感染症対策に追われた3年間を経て after コロナの1年間、この4年間が与えた子ども達への影響は計り知れないものがあります。いまだにマスクを外すことに抵抗を感じる子どもも多く、不安に包み込まれている様子が見て取れます。また、体を十分に動かせないと、生活リズムも整いにくく、質の良い睡眠に繋がらなかったかもしれません。体づくりの基本は「質の良い睡眠」「バランスの取れた食事」「適度な運動」「整った生活リズム」だと言われています。

学校でも教育活動の中に必然的に体を鍛えられる動きが入れられないかと考え、今年から廊下の拭き掃除と体育館の拭き掃除を一方通行に何度も乾拭きする動きを取り入れました。これで、学校もきれいになり、体幹も鍛えられるというものです。実際に職員室前の廊下を拭いている2年生は何度も繰り返し廊下を拭いています。最初はおぼつかなかった足の動きが2か月も経つとリズムカルになっているのを見ると、子どもの体はすぐに変わることを実感しています。学校3師の先生方のご指導も受けながら子ども達の体づくりを意識した1年としていきます。睡眠や食事など、ご家庭でも意識していただくとさらに効果が上がります。ぜひご理解とご協力をお願いいたします。全ての子ども達がたくましく、はつらつとした学校生活を送ることができるよう願っています。



廊下掃除をする2年生

校長 亀井 貴子

### 5月「知ること」(今年度は体づくりをテーマに紹介します)

新体力テストを実施しています。グラウンドを順に使いながらの実施となり、例年より時間をかけていますが、まずは自分の体を知ることから始まります。ボールを投げるのが意外と得意だったと気付いた子、体の柔軟性に気付いた子。一方でその逆もあります。両足とびが苦手だったと気付いた子、瞬発力がまだまだだったと気付いた子などです。まずは自分を知り、そこから1年が始まります。「こんなことができるようになりたい」その第1歩を踏み出しました。



**小中一貫コーナー 「輝け青葉！」** このコーナーでは小中一貫教育で目指す「挨拶・時間・美化・モラル」に関わる姿を発信します。



### できるようになったよ

0509 美化

1年生がぞうきんの絞り方を教えてもらっています。みんなでバケツを囲んで練習です。

先生にとちゅうまでぞうきんをおり曲げてもらって、そのあとは自分で絞ります。

バケツの中にお水が入れば大成功！

### ホームページ情報

- ・アルミ缶回収 4/26
- ・PTA総会 4/27
- ・なかよし遠足 5/2
- ・図書ボラさん 5/8
- ・子ども読書推進活動伝達表彰 5/8
- ・6年生 租税教室 5/9



その他にも各学年の様子を随時発信しています。