



繫

西川小学校だより

第9号
R5.11.1
西川小学校
校長 白田慶和

限界突破！持久走記録会！



雨で延期になった持久走記録会が10月4日(水)に行われました。雨が心配されましたが、西川っ子たちの熱い思いが伝わって、小雨の中、無事に開催することができました。

猛暑のせいで練習期間が短かったのですが、チャレンジマラソンの時間や放課後のグラウンドで自分から進んで練習に取り組む姿が見られました。

「限界突破」「チャレンジ西川小」の気持ちで、最後まで力の限り走りぬいた子供たちの顔は、やり切った達成感で輝いていました。日程変更になったにも関わらずたくさんの保護者の皆様や地域の皆様が応援に来てくださいました。それも子供たちの大きな励みとなりました。

小中合同あいさつ運動

10月10日(火)11日(水)の2日間、中学生が朝、学校に来てあいさつを交わしてくれました。中学生の明るいあいさつは、小学生のお手本です。低学年の子供たちには、目線を低くして、心のこもったあいさつが交わされました。中学生のお兄さんお姉さんの素敵なあいさつのおかげで、小学生は笑顔いっぱいにあいさつしていました。



第1回 新入生オリエンテーション

10月11日(水)来年度(令和6年度)入学する園児の皆さんと保護者の皆さんに、健康診断等のため、学校に来ていただきました。とても元気のいい子供たちは、広い多目的ホールでかけっこ。でも、教室に入るよう声をかけると、お家の人から離れてもしっかり椅子に座り話を聞いていました。きっと忍者になっていろいろなポーズを保育園でやってきたからでしょうね。2回目はいよいよお兄ちゃんお姉ちゃんたちと交流します。楽しみにしています。



とってもきれいになりました！ボランティア清掃



10月18日(水)20日(金)の2日間、地域の方々によるボランティア清掃が行われました。子供たちと一緒に掃除をして、交流することが目的です。子供たちは、「隅々まできれいになって助かった。」「お手伝いしてもらって日頃できないところも掃除ができてよかった。」「地域の方といろいろお話ができたので楽しかった。」と喜んでいました。ボランティアの皆さんには、「一緒に掃除ができてうれしかった。」「何回も来て一緒に掃除をしてみたい。」「少ない人数でこれだけ広い学校を掃除するのは大変。みんな立派です。」などのお褒めの言葉をいただきました。2回だけでなく、その後も計画したいと思います。ボランティアの皆さんありがとうございました。

読み語り・昔語り～秋の季節を感じて～

10月25日(水)朝の時間に今年5回目の読み語り・昔語りを実施されました。

秋の季節にふさわしい、素敵なお話の世界に子供たちは引き込まれ、落ち着いて1日をスタートさせることができました。今後はあと3回の読み語りとあと1回のおはなし会の予定です。よろしくお願いいたします。



地域に飛び出せ！10月も実際に目で見て聞いてたくさん学びました！

学びの旅(3年生)

10月13日(金)工場やスーパーマーケットを見学し、仕事の様子や工夫していることを調べるために、3年生が学びの旅に行ってきました。玉谷製麺所さんは安全でおいしい麺づくりに一番気を使っていること、マックスバリュ高松店さんでは、買い物しやすいスーパーを目指して店づくりやお客さんに対応していることなど学んできました。県の園芸試験場では、収穫する量を5倍にするトマトのハウスを見学したり、真っすぐに伸びたさくらんぼの木にびっくりしてきました。自動で草刈りしてくれるロボットにはとても感動しました。働く人が少なくなってきたので、様々な工夫がされているんだなと思いました。



本道寺楽行(4年生)

10月18日(水)4年生は2回目のふるさと楽行。今回は本道寺に行ってきました。口之宮湯殿山神社周辺にうもれた遺跡などを調査し、復活させようとした立ち上がった大黒森プロジェクト。そのメンバーの方から案内していただきました。山の中にひっそりたたずむお墓や石碑。暗い土の中に埋もれた歴史を呼び起こすかのように、そして陽の光を浴びることのできた喜びをかみしめるかのように、やさしく輝いていました。復活させた人々の熱い思いを感じてきました。



学びの旅(1年生)

10月6日(金)1年生が、志津の自然をたくさん体験する学びの旅に行ってきました。あいにくの雨でしたが、カッパを着て、森の中を歩くという貴重な体験をすることができました。ブナを渡る風のゴーツという音や、雨がカッパに降りしきる音に、「なんだかこわい!」「心がドキドキする。」と不安な様子の子もいました。けれど、活動が進み、いいにおいの木のかぎくらべをしたり、森の先生と葉っぱを探したり、きのこをつついてみたり、木登りに挑戦したりする中で、すっかり森が好きになりました。最後に穴のあいた茎を切ってもらい、笛にしてピーピー鳴らしながら、体育館にもどってきました。

おいしいお弁当の後は、木の実のクイズや木の枝のキーホルダーづくりをしました。志津ですごした1日の経験は、1年生の宝物になりました。

西川町立西川小学校ホームページアドレス
<http://www.town.nishikawa.yamagata.jp/el/index.html>



木工教室(4年生)

町内の大工さん5名の方から、4年生の図工の授業をしていただきました。木を使って自分の作りたいものを作る内容です。大量の木材やたくさんの電動工具。準備も大工さん方からしていただきました。のこぎりで切ったり、くぎを打ったりという、木材の加工方法を理解し、自分が思い描く作品を作るための創造力を育む楽しい授業となりました。思いのこもった個性あるすばらしい作品が出来上がりました。ご指導いただいた皆さんありがとうございました。



体ストレッチ ワンポイントアドバイス③

★椅子に座ってストレッチング！お尻の筋肉の伸びを感じましょう！（30秒キープ）



※ポイント
 背骨姿勢は真っ直ぐにしましょう。

椅子に座って、片脚を胸に引き寄せ、お尻の筋肉は、立つ・歩く・走るなど私達が動くときに働きます。いつも頑張ってくれている筋肉です。走った後やスポーツをした後など積極的に伸ばしてあげましょう。

●注意

- ①体に痛みを感じたときは、運動を中止しましょう。
- ②可動域制限がある方は、無理のない範囲で行いましょう。
- ③力まずに呼吸をゆっくり繰り返しましょう。

食後は歯磨きをして、歯をキレイにすると同様に、体も使ったら良い状態(コンディション)に「ととのえる(戻す)」という意識が大切です。自分で自分の体を「ととのえる」方法の1つにストレッチング(体を伸ばす運動)があります。皆さんの未来の健康(身体)は、「今」の積み重ねで大きく変わります。健康でたくましい体をつくる第一歩は、自分の体を自分が大切にする事です。

ストレッチングで体をととのえ、元気に楽しく毎日を過ごしていきましょう！

山形済生病院 健康増進センターめぐみ
 健康運動指導士 伊藤 貢