



国神小だより

学校教育目標

- 進んで学ぶ子
- 思いやりのある子
- じょうぶな子

令和3年 4月30日 第2号

腰骨を立てましょう！

校長 本多 齋士

山々の新緑が輝く季節となりました。保護者の皆様には、ご清祥のこととお喜び申し上げます。新学期が始まって、一か月が過ぎました。新1年生も学校生活に慣れてきて、楽しく元気に活動しています。また、どの学年の子供たちも、えがおがあふれ、休み時間も毎日元気に外で遊んでいます。さて、本校では、今年度、腰骨を立てる教育（立腰教育）に力を入れ、子供たちの成長を目指します。ここで、「腰骨を立てる」ことについて、ご説明します。

【腰骨の立て方】

- ・ いすの背もたれにかからないように座る。
- ・ 足の裏を床にピタリとつける。
- ・ おしりを思いきり後ろへつき出す。
- ・ 反対に腰骨をウンと前へつき出す。
- ・ 下腹に軽く力を入れる。

【腰骨を立てることがなぜよいのか】

- ・ 約1,400グラムある脳を背骨の上に乗せることになる。
- ・ 背中（背筋）に無理な力が入らなくなり、疲れが少ない。
- ・ 胸が開き、呼吸量が多くなり、血液中の酸素量が増える。
- ・ 内臓の圧迫が減り、血流がよくなる。
- ・ ゆっくりとした呼吸で脳への酸素供給量が増える。

【こんな子になる】

- ・ 集中力がでる。
- ・ 持続力がでる。
- ・ 内臓の動きがよくなる。
- ・ 脳がさえる。
- ・ 行動が機敏になる。
- ・ やる気がおこる。
- ・ くつろえなど、気持ちの切りかえができる。

《児童昇降口》



腰骨を立てる子
菱木秀雄

下はらに力を入れて、腰骨をシヤンと立ててごらんかたやむねに力を入れないであごを引きましょう

すばらしい姿勢です
元気な体のもとです
あたまがすんできます

あなたのわがままに克てる姿勢です
あなた自身を見なおせる姿勢です
きびしい世の中をのりきる姿勢です

以上のような効果が期待できます。子供たちへは、朝会や各教室でお話ししていきます。常に腰骨を立て続けるというよりも、必要なときに、自分で腰骨を立てられる子を育てていきたいと思ひます。

登下校での交通指導、ありがとうございます！

本校では、毎日の登下校時に、多くの地域の方々にご支援いただき、様々な箇所で見守り活動を行っていただいております。子供たちが安全に安心して登下校できるのは、地域の皆様のおかげです。本当にありがとうございます。

学校でも、地域の皆様へのあいさつをしていくよう、子供たちに伝えてまいります。保護者の皆様からも、子供たちへ一言お声がけいただければと思います。よろしくお願いいたします。



新型コロナ感染症拡大防止のため、ご協力ください。

本県におきましては、すでにご存知のとおり、4月20日（火）から5月11日（火）まで、まん延防止等重点措置を実施しております。それに伴い、埼玉県教育委員会教育長から、まん延防止等重点措置の適用に伴う対応についての通知が届きました。その中に、対象区域（さいたま市、川口市）に関わらず、全ての市町村で、感染防止対策を徹底しながら学校運営を継続することが記されております。さらに、家庭における感染防止対策について、下記の内容について、保護者の皆様にご協力を依頼するようにとありました。保護者の皆様には、今までも、ご配慮いただいている内容ではありますが、再確認していただき、引き続きご理解、ご協力くださいますよう、よろしくお願いいたします。

- ・ 規則正しい生活習慣を行っていただく。
- ・ 発熱等の風邪症状がみられる場合や、家庭内に体調不良の方がいる場合は、登校を控えていただく。
- ・ 基本的な感染防止対策を行っていただく。（3密の回避、石けんと流水による手洗い、マスクの着用、適切な換気・保湿）
- ・ 不要不急の外出を避け、可能な限り速やかに帰宅していただく。外出する場合でも、人数や時間を最小限にさせていただきます。
- ・ 児童のみの会食等は自粛していただく。

なお、引き続き、新型コロナ感染症拡大防止のため、家庭内でPCR検査を受けることになった方がいた際には、速やかに、学校までご一報くださいますよう、よろしくお願いいたします。

学校運営協議会を開催しました！

4月14日（水）に、令和3年度第1回の学校運営協議会を開催いたしました。学校運営方針の承認や、今後の予定の確認をはじめ、学校課題について協議いたしました。委員の皆様方からのお言葉の中から、本校では、「よい歯の学校コンクール」など、歯科に係る取組が伝統であり、誇りであると教えていただきました。今後も、引き続き、よい歯をもつ子供たちを育てていきたいと思ひます。



なお、4月20日（火）に歯科健診を行った際には、学校歯科医の葭田先生から、歯磨き指導がよくできているとお言葉をいただきました。学校とご家庭で、引き続き取り組んでいきましょう。

また、治療や観察等、歯科医院への受診を勧めるお知らせが届いたお子様につきましては、早めに受診してください。よろしくお願いいたします。

PTA総会、書面決議承認いただきました。

先日配付させていただいたPTA総会の議案については、4月23日をもって無事承認されました。ご多用の中、書面決議にご協力いただき、ありがとうございました。

5月の行事予定

＜生活目標「外遊びをたくさんしよう」＞

1 土		17 月	緑化活動
2 日		18 火	知能検査(2・5年) 耳鼻科検診
3 月	憲法記念日	19 水	さつま苗差し(1・2年)
4 火	みどりの日	20 木	泥リンピック(3・4年)
5 水	こどもの日		遠足予備日(1・2年)
6 木	登校指導	21 金	読み聞かせ 縦割班遊び クラブ
7 金	読み聞かせ 尿検査二次 離任式 クラブ	22 土	
8 土		23 日	
9 日		24 月	歌声集会 教育実習開始
10 月	朝会 一斉下校・下校指導	25 火	田植え(5年) 5時間授業
11 火	埼玉県学力・学習状況調査(4~6年) SC来校	26 水	
12 水	遠足1・2年生	27 木	全国学力・学習状況調査(6年)
13 木	眼科検診 心臓検診予備日	28 金	社会科見学(4年) クラブ(5・6年)
14 金	交通安全教室 委員会 主任児童委員来校	29 土	
15 土		30 日	
16 日		31 月	児童朝会

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、行事等が変更になる場合がありますので、ご了承ください。