



校章の笹竜胆（ささりんどう）は、箕田源氏の旗印です

ささりんどう

〔学校教育目標〕 ～感動し、共に喜びあえる児童の育成～

鴻巣市立箕田小学校 学校だより
令和6年6月4日

児童数
男子 121名
女子 138名
合計 259名



外遊びの効果は大！ ～ストレス解消、近視予防、集中力アップ～

校長 清水 良江

雨に濡れたアジサイの花がきれいな季節になりました。外はすっかり初夏の陽気です。先週末は台風が心配されましたが運動会を無事に行うことができました。準備の段階からPTAやおやじの会の皆様にはお手伝いをいただき、本当に助かりました。また運動会後の片付けも多くのの方々のおかげで素早く終わることができました。皆様の大きな力を感じます。1学期も残り2か月。いよいよプールも始まります。気持ちを切り替え、今日からまたいつものように落ち着いた日々を過ごしていきたいと思います。

さて、今年度、本校では2時間目休みは全員が「外遊び」をするよう声かけをしています。それは、健康や体力づくりのためだけでなく、体を動かすことでストレスを発散したり、気持ちを切り替えたり、運動後の授業での集中力を高めたりする効果があるからです。そんな中、新聞で「屋外に出て子どもの近視の発症を予防する取組が成果を出している」という記事を見ました。台湾の小学校の取組ですが、とても興味深い内容です。台湾では、1990年代に子どもの近視が問題になり、児童の視力悪化を防ぐために毎日120分を屋外活動に充てる活動を続けているそうです。一日2時間、明るさ1000ルクス以上の光を浴びると、近視の発症が抑えられることがわかっており、そのために一日2時間を屋外で過ごせるよう、外遊びや木陰での授業を推進しているとのことでした。太陽の光は、近視の原因となる眼軸長（目の長さ）の伸びを抑える効果があると言われていますから、屋外の活動は予防には最適です。屋内だと500ルクスの明るさも、屋外だと木陰でも1000ルクス以上あるそうです。ですので、必ずしも運動だけではなく、外へ出て散歩したり木陰で休んだりすることでも効果が期待されるのかもしれませんが、とても身近で取り組みやすいよい方法だと思います。

ゲームやスマホがあふれる今の時代。禁止することはなかなか難しいですが、こういった予防をきちんと行えば、効果は大なのかもしれません。心も体も健全な成長をとげられるよう、外で過ごす時間も大事にしていきたいものです。

「いつでも、どこでも、何度でも」自分からあいさつができる子を育てる！ ～ご家庭ではできていますか？～

今年度は、「あいさつ」の目標を「自分からする」ことを目指しています。第1回の校長講話で児童全員に「できているかどうか」を聞いたところ、多くの児童が「できている」と答えました。正直あまりできていない実情から今年度の目標を立てたわけですが、児童と大人の見解は少し違うようです。しかし、よく観察してみると、声は小さいですが、挨拶をしている児童が一定の割合でいることがわかりました。私たち教師の声掛けが早いため、あとから聞こえる印象になってしまっているのかもしれませんが、「いつでも、どこでも、何度でも」を合言葉に、一年間、「自分からあいさつ」ができるよう、全校で取り組んでいきます。

朝は旗をもって立ってくださっている保護者の方や緑ベストを着た安全ボランティアの方など、日頃お世話になっている方にたくさんお会いします。自分からしっかりとあいさつができるようになってほしいと思います。ぜひ、ご家庭でも声かけをお願いします。