



西藤島小だより

☆学校教育目標 「やってみよう」の西藤島

～主体的に考え、多様性を認め合い、チャレンジを続ける児童の育成～

令和6年12月11日

☆めざす児童像「学ぶ子」「やさしい子」「強い子」

第38号

福井市三郎丸1丁目1410 TEL (0776)22-8820 FAX (0776)22-6809

URL <http://www.fukui-city.ed.jp/ni-fuji-e/> MAIL ni-fu-e@fukui-city.ed.jp

学校保健委員会 ～姿勢と健康について～

12月11日、「正しい姿勢で健康になろう」というテーマで、福井県立病院の理学療法士・作業療法士の方々をお迎えして学校保健委員会（オンライン）を開きました。

まず、すくすくハート委員会の子どもたちが、事前に採ったアンケートなどをもとに、西藤島小学校の子どもたちの生活習慣や運動・姿勢などの現状を紹介してくれました。その結果を受けて、講師の先生方から正しい姿勢の大切さについてのお話を伺いました。その中で「心と体が元気だとよい姿勢になる」「姿勢がよくないということは心か体が元気ではない表れかも」と言うお話がありました。また、体を柔らかくしたりインナーマッスルを鍛えたりするストレッチの方法などを教えていただきました。子どもたちは、自分の姿勢や日頃の過ごし方などを確認しながら聞いている様子で、教えていただいたストレッチにも楽しく意欲的に取り組んでいました。

体調不良者の増加等で、公開（保護者の方の参観）を取りやめ、ご迷惑をおかけしたことと思います。今回学んだことを、ご家庭でお子様から聞いてください。ストレッチ等できることを続けながら、ご家族みなさんで「よい姿勢で健康になる」といいですね。



<正しい姿勢で健康になろう！
ポイントは3つ>

- ① いろいろな姿勢をとろう
- ② 1日60分以上、体を動かそう
- ③ 生活習慣を見直そう



バスガイドさんのお話を伺いました。(5年生)

12月10日、5年生が出前講座で「バスガイドさんのお話」を伺いました。「ひととき企画」にお勤めの現役のバスガイドさんにお越しいただき、「伝わる話し方のコツ」などを実演を交えて教えてもらいました。

子どもたちは熱心に話を聞き、「一番長いガイドの期間は?」「今までで一番楽しかったことは?」など進んで質問をし、バスガイドという仕事への理解を深めました。今回のことを一つのきっかけに、ご家庭でもおうちの方の仕事について話すなど、「働く」ということについて親子で考えてみてはどうでしょう。



子どもたちの様子

3-1、4-1 (音楽): 合奏発表会。4-1からの呼びかけで実施。それぞれが音楽の時間に練習してきた曲を披露し合い、演奏後には感想も交流しました。とっても素敵な発表会でした。



大休みの図書室: BOOKBOOK委員会の児童が、図書の貸し出し・返却のお手伝いをしています。



3年生(図工): 初めての木版画にがんばって取り組んでいます。

