

校長室だより



気仙沼市立九条小学校
令和4年11月17日
NO.13
校長 白倉 彩枝子

かしこく やさしく たくましく



家庭と共に目指す「持続可能な健康づくり」

私たちの目を楽しませてくれた紅葉も終わりに近づき、落ち葉の舞う季節を迎えました。

11月下旬を「雪待月」とも呼ぶそうです。なかなか風情のある呼び方ですね。寒さは、少々苦手ですが、冷たい風に向かって歩く時の、心がシャッキとする感じは、とても好きです。

さて、先週、盛岡市において、『令和4年度全国学校保健・安全研究大会』が開催されました。その大会に、本校の斉藤綾養護教諭が、宮城県代表として、九条小学校での保健指導の取組について実践発表しました。研究テーマは、「家庭と共に目指す『持続可能な健康づくり』」。健康の土台となる生活習慣づくりを、学校と家庭、関係機関と連携・協働を深めながら推進してきた2年間の取組を発表しました。この研究は、テーマにも掲げられている「家庭と共に」ということから、保護者の皆様の御理解や御協力があってこその実践であり、成果となりました。改めて、感謝の気持ちをお伝えするとともに、これからも「持続可能な健康づくり」への御理解と御協力をよろしくお願いいたします。

特に、家庭の御協力を得た取組としては、「けんこうちょきん」が挙げられます。

毎月第2週を「けんこうちょきんウィーク」に設定して、無理なく身体活動ができる「徒歩登校」と休み時間の「外遊び」を奨励してきました。また、「けんこうちょきんウィーク」中は、5分以上の屋外活動の時間をコインに換算して、「けんこうちょきん通帳」に記録してきました。さらに、屋外活動は、体調や体力、環境等の個人差が大きいいため、通帳の様式を「コツコツ型」と「ガッチリ型」から選択させ、週末は持ち帰って家庭でも取り組んでもらいました。保健委員会の子供たちが作成したのぼり旗や、昼の放送での各学年の「けんこうちょきん」順位発表等も、子供たちの意識と意欲を高めたようです。

「けんこうちょきん」を始めてから、職員室でも、

「昨日、〇〇ちゃんが、お母さんと散歩してましたよ。」
「〇〇くん、途中で車を降りて、歩いて登校してますね。」
「子供たち、下校時刻まで、存分に外遊びしていますね。」
等々の会話が交わされるようになりました。

「けんこうちょきん」は、健康の土台となる生活習慣づくりに通じていきます。今後も、学校では、斉藤綾先生を中心に、全校を上げて健康づくりに取り組んでいきます。御家庭におきましても、子供たちの意識と意欲が、高まるような声掛けや励ましを、どうぞよろしくお願いいたします。

蛇足ですが…以前お伝えした、私の徒歩通勤も何と5回を数えました！当初、目標は、シーズン1回年間4回でしたので、目標はクリア。でも、もう少し頑張ろうかなと思っています。日毎に寒さが厳しくなってきました。自動車通勤では不用だった手袋を、数十年ぶりに買うことに決めたら、雪の知らせがちょっぴり心待ちになった「雪待月」です。



ホームページには、「九条小学校の今」「子供たちの今」を日々更新しています。右のQRコードから御覧いただけます。明日18日(金)は、児童会行事「チャレンジランキング」です。その様子もアップする予定ですので、乞う御期待！

