

<h1>くすの木</h1>	<p>＜清水小学校めざす児童像＞ 「しっかり考える子」「自らよく行う子」 「すこやかな子」</p> <p>令和4年6月号-③ 校長 迎 和人</p>
---------------	--

新型コロナウイルス＜熱中症



いよいよ梅雨に入りました。約1か月じめじめした天気が続きます。梅雨に雨が降らないのも困りますが、降り過ぎるのも困ります。「渇水」や「洪水」などにならないよう適度に降ってほしいですね。

この時期、体調を壊しやすくなります。気温が上昇する上に、湿度も高いからです。おまけコロナ禍でもあります。学校では、マスクについて「外&体育の授業ではとる」「室内では着用する」を基本とします。登下校時もとっていいことにしました。新型コロナよりも熱中症の方が、命に関わるリスクが高いからです。



登校時、保護者がマスク着用はきついと思われたら「暑いからマスクとろうか」の一言をお願いします。夏は、新型コロナよりも熱中症の方が怖い存在かもしれません。

「あるけアルケ」歩のススメ！

「健康維持のために何をしますか？」と問われると「散歩」「ウォーキング」と答える人が必ずいると思います。「歩くことは健康によい」ことを誰もが認めています。この「歩き」を登下校で考えてみました。登下校で、1年生の子どもが、卒業までにどのくらい歩くのかをシミュレーションすると…



例えば：学校まで片道1km（20分）歩くとします。

⇒ **1日で往復2km** です。

⇒ **1年間で400km 歩く** ことになります。＝1年間に約200日の授業があります。

⇒ **6年間で2400km 歩く** ことになります。＝佐世保から東京往復の距離相当！

歩いた子と歩かない子では、足腰の強さに差が出るでしょう。歩くと心肺も強くなります。私は、健康のために「歩」の登校をすすめます。また、「歩」の登校は、歩く振動で、寝ている脳を活性化させます。つまり、勉強が入りやすい頭になります。

「歩」の登下校は、「健康になって頭も活性化する」と、いいことづくめです！！



雨の日になると、車でお子さんを送ってくる保護者が多くなります。気持ちは分かりますが、あえて言わせてもらいます。人生、いいことばかりではないです。きついこともあります。ここは『我慢する忍耐力を身につけさせる』と思って歩かせてみてはどうでしょうか。

濡れることを考え、タオルをもたせるとか、かえの靴下をもたせるなどをしてもらえるとありがたいです。雨の強さにもよりますが、長靴を履かせるのもよいでしょう。いろいろな経験を積ませることが将来きっと役に立つと私は思います。いかがでしょうか？もちろん怪我等の特別な事情がある場合は、この限りではありません。

＜頑張っている子どもたち＞・・・今回は1団体、1個人です。

第1回唐田杯1位リーグ準優勝

清水小学校女子ミニバスケットボールクラブ

第8回グラスホパージュニアテニスクャンプ 長崎県予選小学生男子シングルス準優勝 本〇大◇

あかるく いつでも さきに つたえる ～大人としてこちらから「あいさつ」を仕掛けます～