



学校だより NO. 3

こだま

R4. 6. 1

高瀬小学校

佐久市鳴瀬1350-1

67-2459

風薫る心地よい季節となりました。学校の緑は日に日に濃くなり、周囲の水田は田植えが終わり、稲が風に揺らんでいます。5月は長野県警戒レベルが下がり、昼の歯みがきを再開したり、音楽会のやり方を見直して保護者の方全員に聞いてもらえるようにしたりと、感染対策を十分に行いながら出来ることを少しずつ増やしてきました。今後も社会状況に注意をはらいながら、教育活動を行っていきます。どうか、ご理解とご協力をお願いいたします。



第1回児童総会～一人一人が かがやく 高瀬小～

4月28日(木)に児童総会が行われました。今年度はタブレットを駆使して、各委員会ごと、目標や伝えたいことをプレゼンテーション形式でスクリーンに映し出しました。話題にあったイラストを入れたり、フォントやサイズを工夫したりする子ども達の伝える力の高さに感心しました。

今年の児童会スローガンは

『一人一人が かがやく 高瀬小』 ①輝く笑顔 ②輝くあいさつ ③輝く校舎 ④輝く自分 です。



1・2年生 旧中込学校へ

20日(金)は1・2年生の遠足でした。往復10Kmという長い距離でしたが、全員歩き通すことができました。各学年1列の2列で、車に気をつけて右側通行をしたり、さくさく小径で散策したりしながら、目的地に到着しました。残念ながら、学校の中には入れなかったのですが、お弁当をおいしくいただいたり、公園の遊具やSLの中に入って遊んだり、充実した1日を過ごすことができました。今度ご家族で旧中込学校を訪れてみてはいかがでしょうか。

保護者の皆様には、朝早くからのお弁当づくりや荷物の準備などしていただき、ありがとうございました。



体幹体操でいいことたくさん

全校体育では、体幹体操を行いました。アクネス佐久平の秋篠 薫先生にご指導いただきながら、良い姿勢や運動量アップにつなげ、運動や遊びを思い切り楽しむ体づくりを目指します。


足下に線を引いて、つま先を揃え、目をつぶって足踏みを10回してみました。体幹がしっかりしているとその場で出来るそうですが、どちらかに重心が傾いていると、自分では気付かないうちに移動しているそうです。手軽に自分の体のことが分かりますね。




また、26日(木)は健康福祉広域支援協会代表理事 中村 崇先生に「姿勢づくりで体を育てよう」という演題で3～6年生に講演をしていただきました。良い姿勢(高瀬小学校では「腰骨を立てる」と言っています)をすると、

- ①トレーニングになる(良い姿勢を保つための筋肉が鍛えられる)
- ②骨がまっすぐ成長する(骨の成長には刺激が必要。偏った刺激では、成長に差が出る)
- ③やる気が出る(息をたくさん吸えるので、脳が活性化する)
- ④良い声が出る(背中を丸めるとのどが狭くなり、いい声が出ない)
- ⑤お腹の調子良くなる、健康になる(腸の動きがスムーズになる)
- ⑥メリハリがつく(休んでいるときは姿勢が崩れても、何かやる時にいい姿勢になるとスイッチが入る)
- ⑦周りにいい印象を与える(良い姿勢はカッコイイ)などなどいいことがたくさんあります。小学生は良い姿勢の土台を作る時期だそうです。今のうちに意識をして良い姿勢でいると、大人になったら意識せず良い姿勢になり長生きできるそうです。これからも体幹を鍛えていきましょう。

6月の行事予定

- 6/1(火) 安全点検日
- 2(木) プール清掃
- 3(金) 4・5・6年内科検診
人権の花贈呈式 
- 6(月) 学校徴収金引き落とし日
音楽室特別時間割開始
- 8(火) 荻原周子先生音楽指導② 児童会
- 10(金) 5年キャンプ説明会
- 13(月) スクールカウンセリング13:30～
- 16(木) 校内音楽会(全校児童)
- 17(金) 校内音楽会(保護者)・全校5時間授業

- 20(月) プール開き 
4・5・6年身体測定・体幹指導
- 21(火) 4・6年血液検査
- 23(木) PTA支部懇談会
- 24(金) 1・2・3年身体測定・体幹指導
教育実習終了
- 27(月) 歯と口の健康週間(～7/1)
クラブ
- 28(火) 児童会
- 29(水) スクールカウンセリング9:00～
- 30(木) 1年生引き渡し訓練

お知らせ

【引き続き感染防止対応をお願いいたします】

新型コロナウイルス感染警戒レベルが「2」に引き下げられました。授業中、グループ活動を取り入れたり、調理活動ができるようになったりします。ただし、換気、距離がとれない中ではマスク着用、手洗いの実施など、基本的な対策は変わりありません。マスク着用の基準について、来週お便りでお知らせしますので、ご覧ください。お子さんもご家族の方々、地域の皆様も、感染対策含め、体調管理には十分お気をつけください。

(教頭 高柳淳一)