



みなみすな

MINAMISUNA

令和5年12月25日

学校だより冬休み号

立川市立南砂小学校

校長 浜中 佳規

〒190-0003 立川市栄町 2-2-1 Tel.042-525-1474 FAX042-529-0940

2023年 大きな変化があった年でした

校長 浜中 佳規

2023年も残り少なくなりました。今年5月には、新型コロナウイルス感染症が第5類感染症に位置付けられ、今まで制限されていたことが緩和されました。音楽朝会が再開されたり、家庭科の調理実習が再開されたりしたことは、子どもたちにとっても大変喜ばしいことです。学校行事においては入場制限をなくしたことで、より多くの方が来校できるようになりました。多くの行事を実施していく中で、行事を精選し、質を高めていくことの必要性を強く感じました。子どもたちにとって「本当に必要なものは何か」を考えるよい機会となりました。夏は猛暑が続き、外での活動や水泳指導が中止になることが度々ありました。秋になっても季節外れの暖かい日が続きました。次第に寒さが増すにつれ、市内小中学校においては、学級・学年閉鎖となる学校が増えてきました。本校においても、インフルエンザによる感染が急速に広まり、学期末には学級・学年閉鎖となり授業にも影響が出てしまいました。4月からの出来事を振り返ってみると、2023年も大きな変化があった年であったと感じています。



運動会



体育朝会



音楽朝会

先日、新聞を読んでいたところ、ある記事が目にとまりました。

厚生労働省の専門家検討会が健康づくりのために推奨される身体活動・運動の目安となるガイド案を10年ぶりにまとめた。ガイドは、来年度以降の自治体などの取り組みに使われる。

健康づくりのために推奨される運動の例 子ども（18才未満）

- 少し息があがる程度の活動を1日60分以上
- 有酸素運動など強めの活動を週3回以上
- スマートホンやゲームなど、座りっぱなしの時間を減らす

いずれも参考。世界健康保健機関のガイドラインから

2023年（令和5年）12月19日（火）朝日新聞より引用

今年度本校では研究主題を、「自ら運動に親しむ児童の育成～運動の楽しさを味わうことのできる指導法の工夫と運動の日常化を通して～」と掲げ、校内研究を推進しております。明日から2週間の冬休みに入ります。学校を離れての生活になりますが、時々体を動かすことは、健康づくりには欠かせないことです。健康、安全には十分留意し、有意義な冬休みをお過ごしください。

今年も学校教育へのご協力ありがとうございました。よいお年をお迎えください。