



エンジョイランニング記録会は“12/14(水)”です！

於：福沢小グラウンド
雨天等の場合は、以降の
体育の授業で計測します



↑ エンジョイランニングタイムより ↓

今年もやります、「エンジョイランニング記録会」。冬は脱水症状や熱中症を起こすリスクが比較的 low、身体への負担も少ないので、ランニングに適したシーズンではあります。しかし、寒いからといってすぐに走り始めるのは望ましくはありません。車のアイドリングと同じように、パフォーマンスを十分に発揮するためには、頭と身体の両方をしっかり目覚めさせておく必要があるそうです。

「エンジョイ (=enjoy,楽しむ、喜ぶ、〔おもしろく〕経験する)」と名づけられていますので、記録会でもエンジョイできるよう、練習を積み重ね向上を図りたいですね。ランニングは、練習の積み重ねの成果が記録に表れやすい競技ですから、是非期待しましょう。



11/28 (月) 朝の初日練習は、グラウンドコンディション不良のため実施出来ませんでした。翌 29 日 (火) から練習を開始しました。個々に合わせたエンジョイランニングの距離を設定し、練習を開始しています。約二週間のスケジュールを上手に活用して、計画および実践していきましょう。「計画して、実践し、試してみる」活動の繰り返しは、他のことにも勿論つながっていきます。新年を迎える前の今だからこそ、自分への自信を、少しでも高めてみてほしいと思います。休日などに、親子で区内をジョギングする光景にも出くわしますが、駅伝、マラソンとまではいかなくても、冬場の手軽で楽しい運動ですね。

御都合がございましたら、当日も応援や声援をお願いします。

- ① 気温が低く、体温が上がりにくいので、ランニング前後のウォーミングアップ・クールダウン・ストレッチ等を行う習慣をつけておきましょう
- ② しっかり呼吸をして体に酸素を取り込みながら走るようにしましょう
- ③ 朝は体が乾いている状態なので、しっかり水分を補給しましょう

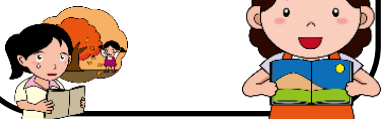


朝の充実したひととき 読み聞かせ隊さんの活動



読み聞かせの 5つの効果

- ① 想像力が豊かになる
- ② 語彙(ごい)が増える
- ③ 知的好奇心が育つ
- ④ 感情表現を学ぶ
- ⑤ 集中力がつく



全学年を対象に、低学年では各クラス月に一回程度の割合で、“読み聞かせ隊”の方々に、絵本の読み聞かせ活動を行っていただいています。

授業が始まる前の、朝の約 15 分間、成長の段階に応じた、楽しく心温まるお話を、情感豊かに趣のある絵とともに、児童たちへ届けていただきます。

“読み聞かせは読書習慣への王道”ともいわれますが、自分での黙読や朗読ではなく、鑑賞することによる読み手との対話とも言えますね。読み手と聞き手のコミュニケーション機会の一つです。福沢小学校の子どもたちは、いつも、読書好きです。



学校へ行こう DayⅡ ありがとうございました ～ 学校公開 11/11 (金)、12 (土) ～

11月11日(金)、12日(土)実施の「学校へ行こう DayⅡ」には、保護者や地域の方々に学校を公開し、多くの方々にお越しいただき御覧いただきました。ありがとうございました。

体育館入り口ですと受付業務・案内をしていただいたPTA役員の方々、児童たちと一緒に12日(土)午後のPTA家庭教育学級まで参加して下さった地域の皆様等、さまざまな力をお借りして、今年度二回の学校公開日を開催することが出来ました。

授業の実際や学習内容、児童の掲示物・展示物、校舎やグラウンドの状況なども十分に御覧いただけたのではないかと思います。

また、御自身の小学校時代の学習と照らし合わせ、不易と流行をあらためて感じられたのかもしれませんが。思いは様々でしょうが、目指すところは一つ、「子どもたちに立派な社会人に育ててほしい」ということに尽きると思います。



11月で冬景色！？ 今年の冬はどんな環境・・・？ 冬に備えて

去る11月24日(木)、関東地方をはじめ、南足柄市近郊は大雪に見舞われました。福沢小学校は、平常どおりの授業を行いました。影響を受けた園や学校もあったようです。「東京都心では1962(昭和37)年以来の11月の降雪」ということでしたが、福沢地区でも田畑一面が真っ白になっていました。

学校では、久々の積雪にはしゃぎ、雪を集めて雪ダルマを作ったり、傘をさしながら雪の感触を楽しんだりする児童たちの姿が見受けられました。本当に元気でした。寒さによる健康面の心配はもちろんでしたが、それをほ

のけ、久々の雪と楽しそうに戯れている姿を、微笑ましく見守っていました。

保健室では、この時期になると、原因不明の肌トラブルなどの相談や痒み、湿疹などで治療対応を求めてくる児童も増えてきます。

同日には「都内でインフルエンザの流行が開始した」という東京都感染症情報センターからの報道発表もありましたね。

本格的な冬の到来に向け、御家庭での体調管理や健康指導もお願いします。

☆児童の肌の厚みは大人の約半分、しかし汗腺の数は、ほぼ同じ



- 清潔さは最重要事項！
- 乾燥肌に注意、刺激にも留意！
- 衣類の素材や劣化、通気にも配慮を！



季節のたより

2016(平成28)年もカウントダウンに入ってきました。

人類社会には、古代から、年賀の習慣があったようですが、日本では、1870(明治3)年に郵便制度が確立して以降、明治20年頃にはすでに「年賀状」は慣習として、世間一般に定着していたようです。

年賀状の売り上げピークは、2003(平成15)年に約44億枚も売れたそうですが、2015(平成27)年では約32億枚と漸減してきているそうです。乳児も含めて一人当たりの購入枚数を算出すると、平均では一人約25枚になるそうです。

インターネットの普及やSNSツールの浸透、今の小学生もそうですがデジタルネイティブ世代の成長とともに、年賀葉書の需要が減っていくのは明らかなのかもしれません。しかし、以前からインターネットの進化やデジタルコンテンツの多様化とともに、「紙の書籍はなくなる!？」と、危惧されていましたが、未だに「しっかり残っている」と判断できます。出版される本の種類や縦書きの文体など、日本ならではの事由もあるとは思いますが、紙媒体書籍はまだ健在です。

遠い(近い?)将来、年賀状文化が無くなってしまおうとしたら、寂しさを覚えるのは私だけではないと思いますが、今の子どもたちが社会人になる頃は、年賀状は果たしてどういう文化・風習になっているのでしょうか?

よいお年をお迎えください。(担当)

