

## 「 基本的生活習慣の見直しを! 」

校長 平形久雄

2013年(平成25年)も早1ヶ月が過ぎました。新春には駅伝、マラソン、サッカー、ラグビー等、たくさんのスポーツが行われました。皆様もテレビの中継を見ながら、個人戦や団体戦など種目の特色もありますが勝負を懸けて戦っている姿にワクワク、ドキドキ、感動された場面が沢山あったのではないのでしょうか。

様々なスポーツの中で印象に残っているのが、1月2日・3日に行われた伝統の箱根駅伝でした。今年日本体育大学が総合優勝しました。日体大は昨年鶴見中継所で襷が途切れ、繰り上げスタートになり、総合19位でした。今年は予選会からの出場になりましたが、昨年の悔しさをバネに、生活習慣・練習方法を一から見直し、見事復活し総合優勝を飾りました。

そんな復活劇を成し遂げた背景に関して、「msn産経ニュース」の中で「日体大復活を支えた改善策 西脇工の渡辺監督を招聘し、生活態度から見直し」というスポーツ記事が目につきました。記事には、「昨年、別府監督の恩師、西脇工高の渡辺公二前監督を招聘し、生活習慣を見直し、規則正しい生活の徹底。以前は夜更かしする選手が多かったが、午後10時半に消灯。練習前にはグラウンドを清掃し、食事も残さず食べるようになった。選手は『最初は窮屈だったが、当たり前になった。走りに安定感がでてきた。』結果が伴うことで選手に自信が芽生えていった。」とありました。渡辺前監督は「練習量や質が良くても生活態度が悪ければ絶対に勝てない。駅伝は襷を渡すのではなく、心をつなぐもの」と言われ、生活面の改善、改革に着手されました。大学生でも自分の力を発揮するために生活習慣を確立することの大切さを語っています。

そこで、児童の成長の上で大切な基本的生活習慣とは何でしょうか?振り返って見ますと、一般的には「食事、睡眠、排泄、清潔、衣類の着脱」の5つがあげられますが、その他にも「生活態度、時間を守る、約束を守る、あいさつをする、片付けをする等」があります。これらの基本的生活習慣は、本来小学校に上がるまでに家庭でしっかり身につけていただきたいことなのです。それが十分身につけていないと児童は授業に気持ちが集中せず、学校生活も乱れてきます。

「早寝、早起き、朝ご飯」運動も基本的生活習慣の確立が子どもの成長にきわめて重要であると考えられています。大学生でも小学生でも生活習慣を大切にしないとその子の力を十分発揮できないのではないのでしょうか。まだまだ成長段階の初期に当たる小学校時期では、より大切にしていかなければいけないと思います。

基本的生活習慣を身につけさせるには、大人がしっかりとの方針をもち、自らがそれらの手本をやってみせる姿勢と、子どもにきちんと守らせる訓練が必要です。学校では集団生活のルールや学習指導等をしていきますので、基本的生活習慣を身につけさせるために、保護者の皆様、地域の皆様のご支援・ご協力をよろしくお願いいたします。

### 図書室の本の整理にご協力下さい

揖西東小学校の図書室には毎年教育委員会の予算で図書を購入していただいています。児童は授業での調べ学習、読書の時間や読み聞かせ、大休みや昼休みに図書室を利用しています。

そこで、本が傷まないように本の表紙にカバーシールをはったりジャンル別や著者別に本を並べたりして、児童が読みやすいように環境整備をしていく必要があります。

現在、揖西東小学校の保護者の方や卒業生の保護者の有志の方々が図書ボランティアとして、本年度も、毎月第2火曜日に本の整理にきていただいています。しかしながら、本を整理し並びかえらるとなるとたくさんの人の協力が必要になってきます。

つきましては、今回本の整理と本の並び替え等を下記の通り計画していただいています。お忙しい中ですが、出来るだけたくさんの方々に一気に行ってもらいたいので、保護者の皆様でご都合がございましたら本の整理にご協力をお願いいたします。

日時 2月12日(火) 10時~12時頃  
場所 図書室(南館2階西の端)

## == 2月の行事予定 ==

- 1日(金) 児童会豆まき集会
- 2日(土) 大倉学級学習発表会・地域交流会  
民推協揖西支部東小校区幹部研修会
- 3日(日) 第4回リサイクルデー
- 4日(月) 全校朝会 委員会活動
- 5日(火) 代表委員会 大倉学級閉級式 大倉学級運営委員会
- 6日(水) 一斉下校
- 7日(木) 居住地交流 揖龍駅伝試走
- 8日(金) 情報教育
- 9日(土) たつの市子どもオセロ大会
- 10日(日) 揖龍小学生駅伝競走大会
- 11日(月) 建国記念の日
- 12日(火) 図書ボランティア
- 13日(水) 一斉下校
- 14日(木) 構教育集会所学習発表会
- 15日(金) 授業参観・学級懇談会 6年生中学校用品販売
- 17日(日) 第3回民推協揖西支部中央研修会
- 18日(月) 貯金日 クラブ活動(3年クラブ見学)
- 20日(水) 一斉下校
- 21日(木) 移動図書館(3年貸出・4年返却)  
龍野川西地区特別支援合同学習会 子供会役員会
- 22日(金) 情報教育
- 24日(土) 粒座天照神社書道展
- 25日(日) 粒座天照神社書道展
- 26日(火) サッカー集会 4年桑の実園訪問
- 27日(水) サッカー集会 地区別下校 学校評議員会
- 28日(木) サッカー集会 月末統計 青少協役員会

## == 3月の予定 ==

- 5日(火) PTA合同委員会
- 15日(金) PTA新旧常任委員会
- 18日(月) 地区児童会
- 19日(火) 給食終了
- 20日(水) 春分の日
- 21日(木) 卒業式
- 22日(金) 修業式

## PTA授業参観日並びに学級懇談会

年の初めに一人一人が「今年頑張ること」を決意し、1ヶ月が過ぎました。それぞれ自分のペースで頑張っています。学習面では一年のまとめが近づき、自分の意見を整理し分かりやすくノートにまとめたり、みんなの前でも堂々と発表したりしながら学習に取り組んでいます。

まだまだ寒い中ですが、今年度最後の授業参観並びに学級懇談会を予定しています。公私とも何かとご多用の事とは存じますが、この1年の子どもさんの成長の様子をご参観下さい。あわせて、有意義な懇談会になりますよう是非最後までご参加下さいませようお願いします。

- |    |                    |                |
|----|--------------------|----------------|
| 日時 | 平成25年2月15日(金)      | 13:35~         |
| 場所 | 揖西東小学校 各教室・体育館・図書室 |                |
| 日程 | <1年生~5年生>          |                |
|    | 13:35~14:20        | 授業参観(各教室)      |
|    | 14:30~15:30        | 学級懇談(各教室)      |
|    | <6年生>              |                |
|    | 13:35~14:20        | 授業参観(体育館)      |
|    | 14:20~14:35        | 学級懇談(体育館)      |
|    | 14:40~             | 希望者のみ          |
|    | (図書室)              | 制服の採寸、かばん・靴の販売 |

## 学校もちよっぴり雪化粧

1月28日(月)の朝に、久しぶりにたつの市一帯にも雪が降りました。道路は凍結していたり雪が積もっていたりと通勤や児童の登校にも危ないような状況でした。しかし、登校途中滑らないよう高学年の声かけで気をつけて無事登校することが出来ました。

学校についてからは、運動場や中庭等に出て、学級・学年ごとに雪合戦等をして遊びました。日が照るとすぐに雪は溶けてしまいましたが、東の間の雪国の遊びを楽しむことが出来ました。

