

学校だより
平成26年
6月19日号

はるにれ

海老名市立
有馬小学校
校長 宮原謙二

努力を惜しむことなく全力で挑む

いよいよ4年に1度のサッカーの祭典「2014 FIFAワールドカップブラジル」が始まりました。日本代表監督就任から3年11カ月、集大成として本大会に臨むアルベルト・ザッケローニ監督は、次のように語っています。

「このチームを受け持った時、主導権を握るサッカーをするチームをつくっていければ、日本の選手たちの能力が存分に発揮されるだろうという思いがありました。日本人の技術、フィジカル（身体面）、メンタル（精神面）、戦術理解…あらゆる側面を考えてみても、現在取り組んでいることが日本の長所を発揮できるスタイルだと考えていますし、それを発揮することによってワールドカップで一つも前に進んでいけると思っています。日本代表の選手一人ひとりも4年間一緒にやってきていますから、高いモチベーションで良い準備をしてくれるはずで、その点について私は何も心配していません。われわれは、努力を惜しむことなく、全力でワールドカップに挑みたいと思います。」

日本代表選手たちも類い稀なサッカーの才能を持った人たちですが、試合で見せるパフォーマンスも毎日の積み重ねた努力があってこそ、初めて発揮されるのです。ありまっ子も、毎日コツコツと惜しまず努力を積み重ねて欲しいと思います。

残念ながら、初戦のコートジボワール戦では、日本代表選手の本来の姿を見ることができませんでした。このお便りがみなさんの手元に届く頃には、第2戦のギリシャ戦の準備も整っていることと思います。4年間の努力の集大成であるワールドカップ。残り2試合を、ザッケローニ監督の目指す攻めのサッカーを臆することなく発揮して、世界を「あっ」と言わせて欲しいと思います。がんばれ、日本代表！



力を合わせた「アリマンピック」

「それではみんな、今日一日！がんばってねー！！」

あいさつレンジャーの登場で、今年のアリマンピックは開幕しました。

5月22日（木）、『あふれる笑顔で学び合い 心も体も元気なありまっ子』のテーマに向かって、縦割りのグループで各種目に挑戦しました。

ボランティア（保護者、ありまっ子応援団）の方々も大勢参加してくださり、子どもたち一人ひとりが力を出し切れるようにお手伝いしてくれました。昨年有馬小は、この運動能力テストで神奈川県で10位という好記録を出し、みんなを驚かせました。3年目に入った体育の研究、週に2度ある長昼休みにめいっぱい体を動かす経験、縦割りのメンバーで助け合うことによる教え合い学び合いの効果、ボランティアの方々の温かい励まし等、日頃からの努力の積み重ねとみなさんの協力があって無事に終了しました。子どもたちは、満足した顔で額の汗をぬぐっていました。



6月は、食育月間

～毎月19日は「食育の日」～

心身の健康をむしばむ6つの「こ食」とは？



食育とは、心豊かに、元気に健康な暮らしを営んでいく、食の知識を身につけることです。現代の食をめぐる環境の変化の中、子どもたちが健全な心と身体を培い、未来や国際社会に向かって羽ばたくことができるようにするとともに、心身の健康を確保し、生涯にわたって生き生きと暮らすことができるようにすることが大切であると考えます。

「食」は、子どもたちが豊かな人間性を育てていく上で重要なことです。今の若者や子どもたちに多い、乱れた食生活を表す言葉として、6つの「こ食」があります。「こ食」は、健康に悪いだけでなく、心にも悪影響を与えていると言われていました。「こ食」は、心身の健康をむしばみ、正しい食習慣や食文化の伝承を妨げることにもなります。では、6つの「こ食」とは、

- (1)「孤食」 家族が不在でひとりだけで食べること。好きなものばかり食べるようになり、栄養が偏るだけでなく、コミュニケーションの欠如から、社会性や協調性のない人間に育ってしまう恐れがあります。
- (2)「個食」 家族それぞれが、自分の好きな物ばかり食べることです。自分の好きな物だけ食べるので栄養が偏り、好き嫌いを増すことになります。また、協調性のない、わがままな性格になりがちです。
- (3)「固食」 自分の好きな決まった物しか食べないことです。栄養が偏るのはもちろんキレやすいわがままな性格になったり、肥満、生活習慣病を引き起こす原因になったりする可能性があります。
- (4)「小食」 いつも食欲がなく、少しの量しか食べないことです。小食が続くと発育に必要な栄養が足りなくなり、気力が続かず無気力な子どもになることが考えられます。
- (5)「粉食」 パンやピザ、パスタ、ラーメンなど粉を使った主食を好んで食べることです。米食と比べるとカロリーも高く、おかずも脂肪などが多くなり栄養も偏りがちです。
- (6)「濃食」 加工食品など濃い味付けものを食べることです。塩分や糖分が多く、味覚そのものも鈍ってしまいます。

「こ食」を改善し防ぐポイントは、家族のコミュニケーションです。食卓はただ物を食べるだけでなく、団らんを通して心をはぐくむ場としてもう一度考えていただきたいと思います。

忙しくなかなか家族がそろうことが難しい現代社会です。月に一回、毎月19日の「食育の日」には、家族のコミュニケーションの大切な時間として過ごしていただきたいと思います。



交通安全教室

～子どもたちの安全を願って～



5月27日(火)に交通安全教室が行われました。

あいにくの天気で、校庭で実施することはできませんでしたが、3年生の自転車の安全な乗り方は第2図書室で行い、1・2年生の道路の正しい歩き方は体育館で行いました。

海老名警察署の署員の方も来てくださり、交通指導員の方々の熱心な説明を聞きながら、正しい交通ルールを学ぶことができました。

朝の子どもたちの登校の様子を見ていると、横断歩道で手を挙げる子がほとんどいません。

「車の運転手は、横断歩道で手を挙げている子どもを見ると、必ず止まってくれますよ。」

という、交通指導員さんの言葉には説得力がありました。みんなで注意し、交通事故から大切な子どもたちの命を守っていきたいと思います。