



「健康でかがやく子」になろう②

副校長 井上 和浩

6月24日の月曜日に学校保健委員会が体育館でおこなわれました。3年生以上の全校児童が一堂に会して代表児童の発表を聞きました。校医の先生方・薬剤師の先生、そして、スクールカウンセラーの水野先生にも参加いただきました。テーマは、「よくねてストレスゼロ作戦」でした。

どの子も自分ごととして、しっかりと耳を傾けていました。セルフタッピングなど実際にリラックスして眠ることのできる簡単な体操も紹介されました。ぜひ、ご家庭でも試していただければと思います。

会の後、児童に感想を聞いてみたら次のようなことを言っていました。

「早起きして、朝ご飯をしっかり食べるようにしたいです」

「寝る前に10分くらい本を読むようにしています」

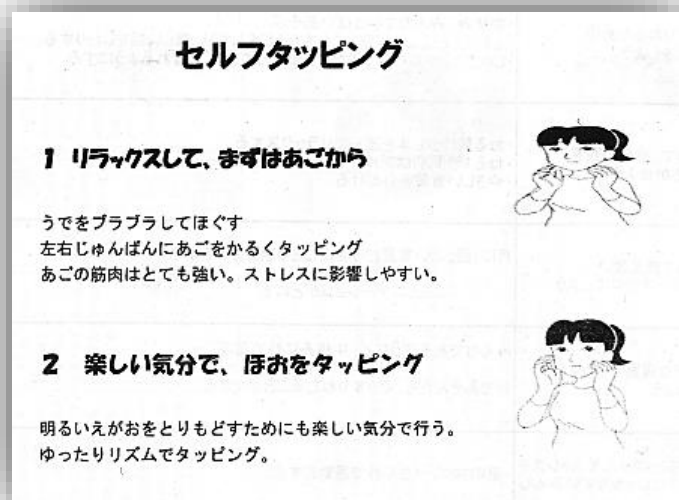
子どもたちなりに考えて行動しているようです。

ご存じの通り、本校の学校教育目標は「健康でかがやく子」です。この目標の具現化に向けて日々職員は、教育活動に取り組んでいます。

一例として、本校独自の「健康貯金ファイル」をもとに家庭と連携し、目標を定め、面談等で情報を共有し、健康な体づくりを実践しています。

次の世代を生き抜いていく子どもたちが、健康について興味・関心をもち、自分の体づくりを今のうちからしっかりおこなっていくことの重要性を理解してほしいと願っています。

健康でいられれば豊かで充実した人生につながりやすくなります。その意味で、学校が担う役割は決して小さくはないと考えます。



第1回学校保健委員会の資料より