



# 創立134周年 広い心

学校便り 27号

令和3年 1月15日  
宮古島市立 狩俣小学校  
発行者：校長 松原 伸一

## 「姿勢は、生きることに繋がります。」 ～「美しい姿勢になろう」～

1月12日(火)の1校時に体育館で保健講話「美しい姿勢になろう」が行われました。誕生学アドバイザーであり助産師の知念菜穂子先生を講師として、姿勢がなぜ大切かということについて全児童、職員、保護者で学びました。

知念先生は、私たちの体のしくみについて、その素晴らしさと成長過程でのいろいろな変化についてお話になり、子どもたちは実際に体を動かしながら感じ取る経験をしました。

姿勢が悪くなると、体のいろいろなところに影響が出てきたり、そのことで心にも影響が……。正しい姿勢をとることは、筋肉を働かせて丈夫な体を作ることにもつながるとのこと。みなさんは、実は赤ちゃんの時からたくさんの筋肉を使っているんだよ。」

今回の講演会での知念先生のお話を聴いて、「美しい姿勢になれるよう、日頃から気をつけたい。」「座る姿勢が悪いので、筋肉を使ってちゃんと座る」子どもたちも私たち大人も気持ちを新たにしました。

知念先生は講話の前に「姿勢は生きること」と話されました。一生つきあう自分の体を大切に、美しい姿勢を意識して、心も体も健康な生活を送っていききたいものですね。

**知念菜穂子先生、本当にありがとうございました。**



## 「がんばれ～、ラスト1周！！ファイト～！！」 全員完走。～校内駅伝大会～

1月14日(木)の3、4校時に校内駅伝大会が行われました。とてもいい天気に恵まれ、たくさんの保護者の皆さんに見守られながら実施することができました。

3チームに分かれ、1年生から6年生まで自分の区間を精一杯走りきることができました。スタート前は、とても緊張した表情が、走り出すと一変。やる気に満ち溢れ、勇ましい表情に。沿道で子どもたちの安全を守りながら、あたたかい声援を送ってくださった保護者の皆さんのお陰で、子どもたちはますますやる気と元気が出て、精一杯走ることができたと思います。

あるお母さんは、「我が子の一生懸命走る姿に感動しました。」と涙を流されていました。子どもたちが活躍して成長する姿に、我々大人も大きな力をもらいます。とても素晴らしいことですね。



椿さん、勝成さんのお母さんよりゼリー、花さんのおばあさんよりサーターアンダギーをいただきました。ありがとうございました。子どもたちの安全を見守りながら、あたたかい声援を送ってくださったお父さん、お母さん、おばあちゃん方、これからも子どもたちの一番の応援団としてよろしく願いいたします。

**一人一人、精一杯走りきることができました。応援ありがとうございました。**