

# みと 美都



校舎の中でカニをよく見かけます

御津南部小学校  
校長室だより  
令和5年7月10日  
No.13

## 今〇ら 今〇ら 今〇ら

夏休みまで残り14日、あと2週間となった、7月4日(木)の全校集会では、子どもたちに、どの今の心があるのか考えてもらいました。

一つ目の〇には、「さ」が入ります。「今さら」です。一学期はあと2週間です。「2週間しかない」と考えると、「もう、今さら」と、あきらめかけた後ろ向きの気持ちになります。

二つ目は、「か」が入ります。「今から」となります。一学期、まだ「2週間あるぞ」と考えれば、「さあ、今から」という希望、期待、来年度につながる新たな目標も見えてきます。

三つめは何が入るでしょう。「な」が入ります。「今なら」となります。決意、勇気、一步踏み出す意思のある言葉となります。

「今さら」とあきらめるか、「今から」と決断するか、「今なら」と行動するか、今日のみなさんの心には、どの「今」があるでしょうか。

一人一人が「今から」「今なら」の気持ちをもつには、一番よい時期ではないでしょうか。

## 第1回学校保健委員会「よい姿勢を身につけよう」

7月4日(木)に、学校保健委員会を行い、全校児童、保護者の方が参加しました。みんなで、体を動かしながら「姿勢」について考えるよい機会となりました。

まず、保健委員会が「姿勢」についてのアンケート結果を報告しました。普段、姿勢に気をつけて生活している人は70%以上いるのに、授業中の姿勢がよいと思っている人は60%以下でした。高学年は半数以下でした。また、残念な姿勢を実際に見せてくれました。

続いて、パーソナルトレーナーの古田さんによる講話では、よい姿勢をすると、①運動能力が発揮しやすい、②視力がよくなる、③疲れにくい、④かっこよく見える 効果があるとお話がありました。そして、姿勢のチェックとよい姿勢を保つための簡単な体操を教えてくださいました。

この学校保健委員会が、よい姿勢をより意識するきっかけになればと思います。



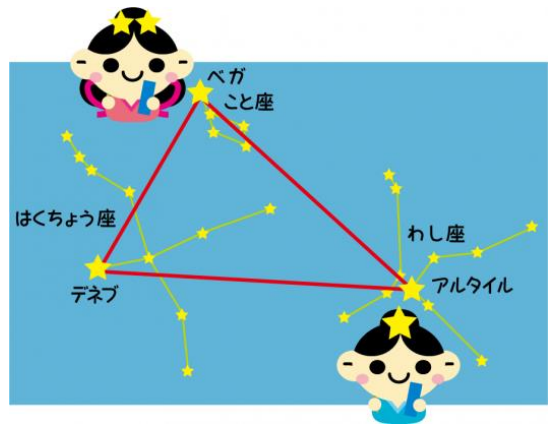
腕を伸ばしたり、肩甲骨(けんこうこつ)を動かすことで、背筋(せすじ)が伸び、体がほぐれ、よい姿勢が保てるということです。

# 天の川は見れませんでしたか 夏こそ星空観察を！



星空観察にふさわしい時期になりました。星は空気が澄んだ冬がきれいだと言われますが、夏のにぎやかな星空こそ、星空観察に適していると校長先生は思います。まずは、「夏の大三角」を東の空で探してみましょ。はじめに探すのは、夏の夜空でひとときわ輝く青白い星「こと座のベガ」。2つ目は、ベガの南東にあるやや黄味がかかった星「わし座のアルタイル」。最後に、アルタイルの東に位置する「はくちょう座のデネブ」を探し、3つを結ぶと細長い三角形になります。これが「夏の大三角」です。ベガは織姫（おりひめ）星、アルタイルは彦星（ひこぼし）と呼ばれ、2つの星の間には夏の天の川が流れています。

今度は南の空を見てみましょう。南の低いところには、Sの字のカーブを描くように星が並んださそり座が見つかります。目印は赤く光っているサソリの心臓、アンタレスです。さそり座の東側（左）には、いて座が見つかります。



星空観測というと、夜空がよく見える場所に行ったほうがいいと思うかもしれませんが、必ずしもそうする必要はありません。お家のベランダや窓から夜空を眺めるだけでも十分に楽しむことができます。月を観察すれば、月の満ち欠けに気がつきます。すると、どうしてお月様は毎日同じ形をしていないのか不思議に思うことでしょう。星を眺めれば、季節によって見える星が異なることに気づきますし、星座について興味をもつきっかけにもなります。流れ星に出会うことができれば願い事をしたくなるかもしれません。夏の夜空、星空観察をしてみてもいいでしょうか。

明日、7月11日（火）から、12日（水）・13日（木）・14日（金）までの4日間の日程で個人懇談会が行われます。保護者の方々とお話しする貴重な機会です。1学期のお子さまの様子について、担任の先生と意見交換し合っていただき、今後のよりよい成長につなげていけたらと願っております。限られた時間ではありますが、有意義なひと時となりますようよろしくお願いいたします。

- ・今回の個人懇談会に合わせて、PTA資源回収を行います。運動場南側にコンテナを設置しますので、それぞれ入れてください。ご協力お願いします。
- ・新聞などで発表されています「ラーケーションの日」についてのチラシを、個人懇談会時に配付させていただきます。質問等ありましたら、いつでも、学校へお尋ねください。