

# 学校だより

小川中学校

No. 24

平成27年12月17日

文責：校長 佐藤正則

## 深刻！本県の肥満児割合

学 年	性	本 校	いわき市	本 県	全 国
中学1年生	男	2.4	14.8	15.8	10.7
	女	17.2	11.4	13.1	8.0
中学2年生	男	21.7	12.0	15.0	8.9
	女	13.8	12.8	13.8	7.9
中学3年生	男	25.0	10.6	9.8	8.2
	女	30.0	10.7	10.3	7.7



表の数値は%です。

福島県の肥満児傾向は、震災以降極めて高い傾向にあり、憂慮されています。2014年度の結果では、9歳の全国平均の1.8倍を筆頭に、6歳、7歳、11歳、12歳、13歳で全国最多となっていたそうです。原発事故の影響からくる運動不足が原因と考えられ、県としていろいろ対策を立て、取り組んでいますが思うように効果が出ていない状況です。

本校はもっと深刻です。上の表は平成27年度の調査結果です。（市、県、全国は26年度結果です。毎年大きな変動はありません。）ご覧になっておわかりのように、1年男子を除いて、全国平均はもとより、県、市の平均からも大きく上回ってしまっています。

今年度、部活動開始時間に、全員で走ることを始め、現在は新メニューでの練習を行っています。少しずつですが、成果は出てきており、今後も継続していきますが、この取り組みだけでは限界があります。

肥満解消のポイントは、食事と運動です。学校では部活動での運動と共に、給食を中心に、食べる種類と量、速さを取り上げて指導し、判断力を高めていきたいと思ひます。ご家庭でも、地域学校保健委員会だよりを参考に、ぜひ、見直していただきたいと思ひます。

小児肥満は、大人になって生活習慣病になる率がとても高くなります。また、成長期の運動不足は、一生を健康に過ごす上で大切な筋力や循環器系の発達が不十分となります。子どもたちが将来、困難に負けずバリバリ活躍するためには、その裏付けとしての健康な体は欠かせません。ご理解、ご協力をお願いします。



### 本校の 「ゆるキャラ」



2年生の美術の課題で、一人ひとりが本校の「ゆるキャラ」を創作しました。

できあがった作品を学年内生徒で投票した結果、栄えある1位に松本瑞希さんの「なっちゃんとケロくん」が選ばれました。

「なっちゃんとケロくん」は小川町を縦断している夏井川と心平さんの蛙をヒントにしたものだそうです。

なお、全員の作品が、現在、学年前廊下に掲示してあります。



### 第1位「なっちゃんとケロくん」

2年 松本瑞希 作

# ご家庭でも、ぜひ感謝タイムを

2学期から朝の会で、数分間「感謝タイム」を設けています。これは、人間関係を良くし、一人一人の幸福感を高め、生活に対しポジティブな気持ちを育てたいと考え、設けたものです。

前日を振り返り、楽しかったことやうれしかったことを思い出し、感謝できることを箇条書きで3つ記録するという活動です。感謝する対象は何でも良く、大切なことは、楽しかったことやうれしかったことを思い返してみるという行動です。これを続けると、「人間関係がよくなる」とともに、生き方がとてもポジティブになっていく」というある大学の研究成果を基にしています。ご家庭でも、食事の時間や寝る前などに感謝タイムを持ってはいかがでしょうか。

学校では、帰りの会で「よかった探し」もしています。昔、テレビでやっていて、毎回楽しく見ていたアニメの「ポリアンナ物語」（小説としては「少女パレアナ」）を参考にしました。朝の会と帰りの会の活動を通じて、所属感と自己肯定感を高めていきたいと考えて行っています。



## ダンスの発表会はいかがだったでしょうか？



先週は、保護者向けに、体育の時間に習ったダンスの発表会がありました。発表は1、2年生で、学級ごとに行いました。

それぞれ授業で習った3曲を披露しました。得手不得手はありますが、どの生徒も楽しそうに堂々と踊っていて大変良かったです。

見学された保護者の皆さんはいかがだったでしょうか？

### 今年度の「ふれあい弁当デー」終了

12月9日に2回目を実施し、年2回の取り組みが終了しました。ご協力ありがとうございました。

2回を通じて、健康と食への関心を高めることがねらいです。肥満とやせすぎという両極端が増えてきている昨今、食育の重要性はとて高まっています。

### 無遅刻連続日数

# 180日

12月17日現在



### アンサンブルコンテスト

#### 金賞 木管3重奏

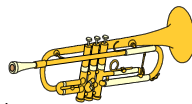
2年 松本瑞希、岡部かれん

1年 佐藤ゆま

#### 銀賞 管楽5重奏

2年 加藤花梨、藤川由衣、小松稜平

1年 菅波舞衣、柳内七虹



### いわきクロスカントリー大会

中学男子長距離以外の部（3.2kmコース）

入賞 4位 2年 中野渡超太

10位 2年 佐藤 海斗



長いと思われた2学期も残すところあと3日です。

暖冬の影響と生徒の努力、保護者の皆様のご理解とご支援により、穏やかに年末を迎えようとしています。ありがとうございます。

さて、先週の金曜日、小川公民館で町内一周駅伝大会の打合せがありました。中学生は今年も3~4チームで参加予定です。

各地区チームに出場する中学生が決まったら中学生チームを作る予定です。