



徒歩登校で体と頭がスッキリ

校長 松元 伊知郎

私が小学生だったのは、昭和40年代の半ば、学校まで毎日「集団登校」でした。

私は小学校時代を大阪府の茨木市という所で過ごしました。ちょうど大阪万博(Expo70)の前後、時はまさに高度経済成長期です。今でこそ付近は、大阪モノレールや近畿自動車道・名神高速道路などが通っていますが、当時は田んぼや畑、空き地なども多く、近くを淀川の支流の安威川(あいがわ)が流れ、澄んだ水の中をフナなどの川魚がすいすい泳いでいるなど、豊かな自然がまだまだたくさん残っていました。

毎朝大きな鉄塔のある公園に子供たちが集まって、歩いて学校を目指します。雨の日も風の日も往復5kmは歩いていたと思います。下校時も一人ではなく同級生はもちろん、上級生や下級生など年齢の異なる子供たちがたくさん集まって歩いていました。

道路わきの田や畑には、ところどころに農業用の肥溜め(こえだめ)がありましたが、独特のにおいを気に留めることもなく、まるであつて当たり前のごとく平然と歩くものでした。



年を経て現在も、私は休みの日を利用して健康のために歩いています。小鳥がさえずり始める時刻を過ぎて少し明るくなった頃、歩き出します。歩いているといろいろな考えが浮かんできます。これは膝の動きが脳を刺激し、歩くことで血の巡りがよくなり、脳に酸素をたくさん供給して脳を活性化させるためだそうです。歩くことの効用はざっと次のようになります。

- ① (もちろん) 足腰が強くなる。
 - ② 歩くことで血液の流れがスムーズになり心臓の負担を軽くしてくれる。
 - ③ 血流がよくなって、免疫力が高まり病気になりにくくなる。
 - ④ 血流がよくなって、脳にも十分に酸素が届けられ、脳の働きが活発になる。
 - ⑤ 長めに歩くとβ-エンドルフィンという幸福感をもたらす物質が分泌され、成長ホルモンも分泌される。
 - ⑥ 体のバランスを保ち崩れないからだを作る。崩れたからだのバランスを直してくれる。
- ☆ 歩くことはこんなに効用があるのです。歩かないともったいないですね。

さて、吉田小の子供たちです。車で登校する子が多いです。11月に入り少し寒くなってきたせいでしょうか？車で登校する子がますます増えてきたような気がします。晴れた日も堂々と車で「社長出勤」。安全のためなどやむを得ない事情等もあると思いますが、残念です・・・。

子供たちは歩いて登校することで、友達と会話をしたり、自分の住んでいる町をよく観察したりします。歩くことは、子供たちの好奇心をずいぶん高めていると思います。ものを感じる力(感性)を育てます。

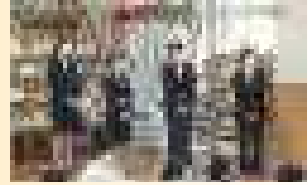
歩くことは、脳の働きを活発にします。病気になりにくい体を作ります。成長ホルモンを出します。足腰が強くなり、体のバランスを整え、崩れない体形を作ります。

子供にとってこんなに役立つ徒歩登校を、車で送ることで奪ってしまうのはもったいないことです。特別な事情がない限り、学校への登下校は歩くことにしたいものです。

時には親子で歩くのもいいですね。きっと会話が弾み、愛情も深まることでしょう。

先輩がとう

10月19日(月)から30日(金)まで本校を卒業した4名の先輩達が教育実習をしをたまに授業したり、大学で学んできたことを存分に発揮したり、休み時間には子供達と遊ぶ時間をとって遊んでくれました。また、卒業生4名の礼儀正しさに吉田小の素晴らしさを改めて感じました。これからの4名の活躍を期待します。



「実習生とのお別れの式」

むねをはって活動したい

ぼくは月に一回、母が部長をしている「おごじょ会きんもくせい」に参加している。母が作った会で、「生まれ育った吉田の役に立ちたい」という願いで活動をしている。部員は、ぼくをふくめて13人もいる。母は花屋の仕事をする中で、「共働きの家族やお年寄りのサポートなど、吉田に住む人と人をつなげて、住みたい、住みやすい町づくりをしたい」と、思うようになったそうだ。

6月の活動は、「ぐるり吉田町ごみ拾いの旅」だった。朝7時に集合して、約3キロをごみ拾いしながら歩いた。いろいろなごみが落ちていた。空きかんやたばこがとでも多かった。「なんでこんなにたくさんのごみが落ちているのだろう」。約1時間、いろいろな思いが頭をめぐっていた。

ごみ拾いの最後、参加者全員で写真をとった。「ごみを拾うとすっきりするなあ。最初はめんどくさいと思っていたのに」と、自分の考えが少しずつ変化しているのを感じた。「お母さんやきんもくせいの人たちもこんな気持ちでがんばっているのかな。」これからも「ぼくは、きんもくせいの一員です。」とむねをはって言えるようになりたいと思った。

(南日本新聞「若い目」より)

4年

HKさん

お入賞でとう

第5回南さつま市「日新公いろは歌」短歌大会入賞

2年 YYさん

ねがいごと 三回言えるかチャレンジだ でもながれなかったながれぼし

5年 BAさん

カタツムリ 私と同じのんびり屋 宿題した?と聞かれずいいな

☆ 学習メディアコンクール12年連続「学校賞」受賞

12月

主な学校行事

1月

- 4日(金) 校内人権週間(～10日)
- 8日(火) 校内持久走大会
学級 PTA
- 9日(水) 小中交流タイム
- 10日(木) 人権教室
- 12日(土) 土曜授業
- 24日(木) 終業式
- 25日(金) 冬季休業日(～1/7)

- 8日(金) 始業式 集団下校
- 9日(土) 土曜授業
- 11日(月) 成人の日(祝日)
- 12日(火) 清掃指導強調週間(～15日)
PTA 常任委員会
- 13日(水) 鹿児島学習定着度調査(5年)
吉田北中学校入学説明会(6年)
- 14日(木) 鹿児島学習定着度調査(5年)
- 18日(月) 給食指導強調週間(～22日)
- 21日(木) 授業参観
- 25日(月) 校納金引落日(最終)



※ 変更する場合があります。御了承ください。