

## 「体力テスト」

### 体力向上委員会

6月1日～25日の4週間、東京都統一体力テストを行いました。今年度は感染症対策の観点から「上体起こし」「シャトルラン」の2種目は実施せず、「握力」「長座体前屈」「反復横跳び」「50m走」「立ち幅跳び」「ソフトボール投げ」の6種目を計測しました。活動に制限がある中での実施となりましたが、児童はどの種目も一生懸命に取り組み、記録を出そうとする姿がたくさん見られました。

伊藤小学校は毎年、どの学年も「握力」が東京都の平均を下回る結果が出ています。そのため学校では体育の学習で鉄棒やうんていを使った運動を取り入れています。また朝のワンミニッツエクササイズの中で、腕を伸ばして手を握ったり閉じたりする運動を行うことで、握力を鍛える活動を実施しています。場所を問わず簡単にできるので、御家庭でもお子様と一緒にエクササイズしてみてもいいのではないでしょうか。



## 「歯の健康を守ろう」

### 養護教諭

伊藤小学校には、「博文くん」というマスコットキャラクターがいます。保健指導で使用するエプロン劇に出てくるキャラクターです。6月の歯磨き指導を2・3年生に養護教諭が行わせていただきました。そこで博文くんを教室に連れてくると、一躍人気者になりました。博文くんは、残念ながら、朝ご飯を食べた後、歯磨きをしていませんでした。「行ってきまーす！」と言うと、教室中「ダメー！」という声。どの子どもご飯を食べた後、歯磨きをしないのは、いけないことだと分かっていました。ですが、感染症対策でマスク着用の機会が増えたことによって、唾液の分泌量が減ってしまい、お口の中に細菌がたまりやすくなってしまっています。その結果、むし歯だけでなく歯肉炎にも影響が出ると指摘されています。分かっているけれど、取り組めないことは他にもたくさんあります。しかし、歯は御存じの通り一生もの。子ども達の歯の健康のために、御家庭と学校で協力して取り組んでいけたらと思っています。今後も引き続き、御協力よろしくお願ひいたします。



## 生活指導部より

### 生活指導主任

### 生活指導月目標（7月）

## 「身の回りを清潔にしましょう」

暑さが厳しくなり、汗の始末が必要な季節になりました。ハンカチの他に汗拭きタオルを持ってくる、下着の替えを用意するなどの工夫をお願いいたします。さて、近隣の公園では水遊びが頻繁に行われるようになってきました。水風船や水鉄砲を使った遊びは、正しい遊び方をすればとても楽しいものです。しかし、関係のない人に水がかかってしまったり、使い終わった水風船が残されていたり、「困っている・心配している」という声が学校には届いています。6月に公共の場所でのマナーについて各学級で指導をしましたが、御家庭で今一度買う責任、使う責任を果たすことについて話し合ってくださいませよう、お願いいたします。

## 1年生の様子

☆6年生のお兄さん、お姉さんに手伝ってもらい、体力調査に挑戦しました。



立ち幅跳び



長座体前屈



反復横跳び

☆生活科では、グループに分かれて自分達で学校探検をしました。後日、「もっと探検しよう」と図工室や音楽室をじっくり観察しました。

