

学校だより

さくらっ子

四日市市立桜小学校

令和元年5月28日

第5号



運動会の練習 がんばっています！

夏本番がやってきたような暑い日が続きます。昨年同様、熱中症対策が大きな課題です。そんな中、6月1日（土）の運動会に向けて、どの学年も一生けんめいに練習に励んでいます。赤白帽子をかぶり、十分に水分補給をして、体調に気を配りながら、音楽や合図に合わせて、基本的な動きから隊形移動まで何度も繰り返し練習しています。

先生方の指導にも力が入り、子どもたちの動きは力強く生き生きとしたものとなってきました。どんな演技を披露してくれるか、今からとても楽しみです。

各学年の先生方に、「表現運動」と「団体競技」の見どころについて聞きました。



ここが見所！～運動会「表現運動」&「団体競技」～

【1・2年生 表現】さくらっこのいちばんぼし☆

2020年の東京オリンピックの応援ソングとして子どもたちにも人気のパプリカの曲に合わせて楽しく、そして元気いっぱいに踊ります。一番星を見つけるポーズがかっこよく、そして、かわいく決めます。



【1年生 団体】大玉ころりん

入学して2か月足らずの1年生ですが、赤白黄青の4色の大きな大玉を2人で力を合せて転がして運びます。自分の背丈よりも玉が大きい子もいますが、力いっぱい走る姿にご声援をお願いします。

【2年生 団体】こんちゅうポンポン

玉入れの前に、昆虫太極拳というダンスをします。ダンゴムシ、バッタ、カマキリ、カメムシの4つの昆虫に変身します。かわいらしいポーズにご注目ください。1,2回戦目は玉入れ、3回戦目はお片づけです。最後まで応援をお願いします。

【3・4年生 表現】桜っ子ソーラン2019

腰をおとして低い姿勢でおどる姿と迫力ある大きな声が見どころです。最後の「ヤー！」のポーズは必見です！

【3年生 団体】A・R・A・S・H・I

3人1組で協力して長いバトンを送ります。チームの団結が勝利を左右します。元気いっぱいフィールドを走る3年生に声援をお願いします。



【4年生 団体】お願いします！貸して下さい！

チームで協力して箱の中のカードに書かれているアイテムを集める「借り物競争」です。

【5・6年生 表現】Memories～私たちの軌跡～

6年生が今までに踊った表現の曲で演技を行います。5,6年生のコンビネーションにもご注目ください。

【5・6年生 団体】SAKURA サーキット

6つのチームがキャタピラ、ボール運び、一輪車、二人三脚の4種目クリアに挑みます。どんな展開になるか、お楽しみに！



きれいになりました！～地域有志による草刈作業～

5月25日（土）の午前中、自治会や民生委員、学校施設開放利用団体等、PTAを含む約30名の地域有志の方々に草刈作業をしていただきました。

「子どもたちに気持ちよく運動会をさせてあげたい」というご厚意から、地域有志の皆様には、例年、この時期に学校まわりをきれいにさせていただいております。学校教育にご支援ご協力をいただき、感謝申し上げます。



熱中症対策クイズ (参考：サンポナビ熱中症クイズ)



1. 次のうち、熱中症を疑う症状はどれでしょうか？
() せき () 鼻づまり () めまい
2. 熱中症になった場合、どこを集中的に冷やすのが効果的でしょうか？
() おでこ () わきの下、首、あしのつけ根 () 目がしら
3. 「熱中症は、暑さを防げば大丈夫」は○か×か？
() ○ () ×

持てる力を出し切ろう！ でも、熱中症に注意を！

運動会では、運動が得意な子も苦手な子も自分の持てる力を精一杯発揮して、生き生きと取り組んでほしいと思います。そして、自分の出番だけでなく、友だちのがんばりを応援したり、誰かが困った時やうまくいかない時に励まし合ったり、仲間と協力して係活動に取り組んだりして、皆ですばらしい運動会をつくりあげたいと思います。

さて、保健だよりや食育だよりでもお伝えしている熱中症対策ですが、暑さにまだ体が慣れていないこの時期だからこそ、一人一人が正しい知識を持ってしっかりと対応したいものです。

熱中症を疑う症状としては、「めまい、失神、筋肉痛、大量の発汗、頭痛、吐き気、けいれん」などがあるそうです。「めまい」がしたら、すぐ先生に言って涼しい所で休むようにしてください。

熱中症を防ぐためには、また、熱中症になったら、体表近くに太い静脈のある場所を冷やすのが効果的です。「わきの下、首、あしのつけ根」などを、保冷剤や氷枕、冷えたペットボトルなどをタオルでくるんで当てて静脈血を冷やすとよいそうです。首の後ろよりも、大きな頸動脈が通っている「首の横」がより効果的だそうです。

熱中症の原因は、暑さだけではありあせん。熱中症の危険度を判断する数値として「暑さ指数(WBGT：湿球黒球温度)」があります。これは、①気温、②湿度、③輻射熱(ふくしゃねつ：地面や建物、体から出る熱)の3つの要素を取り入れた温度の指標です。湿度が高い場所では、汗が蒸発しにくいので、体から空気へ熱を放出しづらく、熱中症になりやすいそうです。



保護者の皆さんは、運動会にどんな思い出があるでしょうか？

私には、小学校時代のかげっこで苦い思い出があります。その場面。私と同じ組に足の速いライバルのAさんがいました。

「よおい、ドン！」でスタート。一番外側のコースの私は、最後のコーナーを曲がるまでは1位でした。見学席には声援を送る親の顔が見えました。

そのときです。**ダッダッダッ!** 後方から力強く地面をける音が聞こえ、私はあっという間に抜かれてしまいました。Aさんです。

「やられた！ もう追いつけない…」

がっかりした私は、少し力を抜いてしまったのです。すると、Aさんの後から来た他の子に、一人、二人、…と抜かれてしまったのです。

ゴールしてからの悔しさと情けなさは今でも心に残っています。

さくらっ子の皆さんには、最後まで力を抜かず、あきらめないで全力を出し切ってほしいと思います。



～お知らせ～

6月1日(土) 運動会 ※ 本配布「運動会の駐車場等についてのお願い」もご覧ください。

- 中止及び判断の難しい場合のみ6:30までに**すぐメール**、**学校HP**でお知らせします。
- 雨天の場合は順延です。また、3日(月)は代休となります。
- 駐車は、近隣地域の方にご迷惑がかからないように重ねてお願いします。
- 会場周りの案内などについては、PTA役員の方の指示に従ってください。
- **中庭駐車場は、一度中に入ると、運動会終了まで出ることができません。**
- 保護者、地域の皆さまも**熱中症対策**をよろしくお願いします。



中庭に入ったら
出られません。
ご了承下さい！

※ 児童だけでなく、ご見学いただく皆さま方の熱中症も心配です。
帽子着用やこまめな水分補給などご留意ください。