

# 富谷小だより

渋谷区立  
富谷小  
学校通信

## 心と体の健やかな成長を願って

副校長 西村 綾乃

TOKYO 2020 オリンピック・パラリンピックが開催され、選手たちの活躍に元気をもらった今年の夏も、延長された夏休みの終了とともに、一気に秋の気配が感じられるようになりました。今年の「中秋」は9月21日（火）でしたが、「中秋」に満月が重なるのは8年ぶりとなり、夜空に輝く美しい「中秋の名月」を眺めることができました。新型コロナウイルス感染症予防などにより慌ただしく過ごす毎日ですが、夜空を見上げ、美しい満月を眺める心のゆとりも大切であることを改めて感じました。

昔から「読書の秋」「スポーツの秋」「芸術の秋」「食欲の秋」と、秋は様々な活動に適した季節だと言われています。コロナ禍において様々な制限を求められますが、子供たちの健全な成長を促すという点においても、今できることを最大限に取り組むことが大切です。富谷小学校としての「最大限の取組」の一部をご紹介します。

### スポーツのススメ

スウェーデンの精神科医 アンデシュ・ハンセンが著書の中で「運動と脳」の深い関係について述べています。心拍数をあげる運動がストレス緩和や衝動を抑えることに大いに役立つ、それも、運動時間は1日わずか6分程度で効果があるのだそうです。また適度な運動は、ストレス緩和だけでなく、集中力が増し、情報処理速度も上がるということも実験で証明されているのだそうです。医学的にも運動の効果が認められています。

また、スポーツ庁の定める「第二期スポーツ基本計画」では、スポーツとは「身体を動かすという人間の本源的な欲求に応え、精神的充足をもたらすもの」と定義しています。散歩やランニング、サイクリングやハイキング…と、それぞれの適性や志向に応じて、自由に楽しむものです。また、「する」ことだけに留まらず「みる」「ささえる」ことも含めてのスポーツだと言っています。

本校は、「オリンピック・パラリンピック教育推進校」に選ばれ、スポーツに関する様々な取組を行っています。「障がい者理解」の視点から学ぶ、オリンピック・パラリンピックについての総合的な学習の時間での学び、パラバドミントン観戦。そして、10月16日（土）に行われる「道徳授業地区公開講座」において、先日の東京大会におけるパラバドミントン混合ダブルスで銅メダルを獲得した「藤原大輔選手」とパラアスリート「畠山洋平選手」をお招きし、スポーツとご自身の生き方について子供たちに語っていただく講演会。本校では「みる」「ささえる」スポーツから多くのことを学ぶ機会をいただきました。また、10月21日（木）には、6年生がパラ陸上の「花岡伸和さん（日本パラ陸上競技連盟副理事長）」との交流を計画しています。ご自身も車いす陸上のトップ選手でいらした花岡さんの記事を拝見すると、「セルフマネジメント力」の重要性を語っていらっしゃいます。6年生にとって、自分の将来を見つめる貴重な時間になることと思います。

また、本校は10月30日（土）に運動会もあり、子供たちは「する」「みる」運動に取り組めます。制限なしでの取組とはいきませんが、予防措置を講じながら思い切り体を動かし、充実した時間を過ごせるようにしていきたいと思っています。そして、保護者の皆様には子供たちの頑張りを「ささえて」いただけますと幸いです。

爽やかな秋空のもと、心と体の健やかな成長のため、富谷小学校は様々な活動に取り組みます。

## 10月行事予定

日	曜	学 校 行 事 等
1	金	都民の日
2	土	
3	日	
4	月	児童朝会 安全指導 視力・色覚検査(4年) 委員会活動⑥
5	火	避難訓練(不審者対応) 視力(3年、いずみ)
6	水	前期終業式 給食終 那須甲子事前健診(5年)
7	木	秋季休業日始
8	金	秋季休業日終 那須甲子自然体験始(5年)
9	土	那須甲子自然体験終(5年)
10	日	
11	月	振替休業日
12	火	5時間授業 後期始業式 給食始 校外学習(いずみ)
13	水	なかよし班活動 視力(2年)
14	木	遠足(3年) 視力(1年) いずみ面談①
15	金	遠足(1・2年) ※保護者会(5・6年、5時間授業) いずみ面談②
16	土	土曜日授業 道徳授業地区公開講座
17	日	
18	月	児童朝会 ※保護者会(3・4年、5時間授業) いずみ面談③
19	火	※保護者会(1・2年) 高尾事前健診(4年)
20	水	高尾宿泊体験始(4年) なかよし班活動
21	木	高尾宿泊体験終(4年) いずみ面談④ パラリンピック教育事業(6年)
22	金	4時間授業(いずみ学級は研究授業のため5時間授業)
23	土	
24	日	
25	月	児童朝会 歯科(1・2年) クラブ活動⑥
26	火	5時間授業(1～5年) 6時間授業(6年)
27	水	集会 (6年1組は研究授業のため5時間授業)
28	木	4時間授業 就学時健診
29	金	4時間授業(1～5年) 5時間授業(6年)
30	土	運動会
31	日	

### 【11月の主な行事予定】

- 1日 (月) 振替休業日
- 5日 (金) 社会科見学(4年)
- 9日 (火) 社会科見学(3年)
- 12日 (金) 渋谷タブレットの日
- 15日 (月) 開校記念集会
- 16日 (火) 社会科見学(5年) 日光高原学園始(6年)
- 17日 (水) 開校記念日(休業日) 日光高原学園終(6年)
- 20日 (土) 土曜日授業

### 【パラバドミントン観戦】

担当 山田

9月4日(土)に国立代々木競技場でパラバドミントン観戦を行いました。観戦にあたり保護者の皆様にはアンケートの回答やPCR検査等、感染症対策へのご協力ありがとうございました。

当日は小雨が降っていましたが、会場に入る前の沿道から多くのボランティアの方々に温かい拍手で迎えられ、日本のおもてなし精神を感じました。観戦当日は準決勝が行われており、運良く日本の選手が試合を行っているところを観ることができました。2階席から子供たちも大きな拍手で声援を送りました。

観戦した子供たちからは、「世界のトップ選手のプレーを生で観ることはなかなかできないので、とても貴重な経験ができた」「車椅子の操作が凄かった」「かっこよかった」「障害のクラスによってルールが工夫されていた」と感動した面持ちで話してくれました。パラバドミントン観戦を通して、大会の進行には大勢の人が関わっていることや会場の雰囲気、選手の熱気など様々なことを感じたと思います。今回の観戦で感じたことや学んだことを今後の生活に生かして欲しいと考えます。



※緊急事態宣言の解除に伴い、10月の保護者会は各教室で実施させていただきます。オンラインでの実施はありませんのでご注意ください。