

# かもにしNOW

(文責 石田 満彦) H31. 1. 17



## 【ペース走】

12月上旬から、毎週火曜日と木曜日の中休みに、全校でペース走に取り組んでいます。

100mのトラックを中学年が、その内側を低学年が、外側を高学年が走ります。集合して全体で準備運動とストレッチを行った後、スローテンポの曲で1分間ゆっくり走って体を慣らし、次の3分間はアップテンポの曲で自分のペースで走り、最後はまたスローテンポの曲で1分間ゆっくり走って息を整えるようにしています。何周走れているのか、時々話題にさせていただき、お子様を応援してあげてください。



## 【保健室前掲示物】

保健室前に、季節やその月に関係した掲示物を養護の先生が毎月工夫しながら掲示しています。今月は、おみくじを引いて出た文字のカードをめくる楽しい掲示物とインフルエンザ予防の保健ニュース等です。来校時には、いろいろな掲示物もご覧ください。



## 【縄跳び練習】

寒さの厳しい時期ですが、体育の時間や休憩時間に、学年共通のがんばりカードに種目ごとの跳べた回数のマスを塗りながら縄跳びを頑張っています。また、2月7日の8の字跳び大会に向けて、3分間に何人跳べるか学年ごとに練習を重ねています。



## 【浅口市成人式】

1月13日(日)の13時30分から、浅口市ふれあい交流館「サンパレア」で、平成31年「浅口市成人式」が行われました。華やかな振り袖やスーツに身を包んだ新成人368名が、家族や周囲への感謝を胸に、大人としての第一歩を踏み出しました。来賓として参加させていただきましたが、市長あいさつや来賓祝辞を全員が真剣に聞いている態度に感心しました。また、成人式実行委員長の三宅靖恵さんのすばらしい謝辞に感動しました。

