

豊南小学校・校長室だより（児童数配布）

令和3年（2021年）4月21日

発行 中森啓之

まずは健康を！

今週月曜日には、新1年生との対面式を兼ねた全校朝会がありました。2～6年生の前に新1年生が並び、「よろしくお願いします。」とあいさつ。2～6年生は拍手で応えました。そして、2年生と3年生の間に1年生が入り、全校朝会が始まりました。私からは「豊南小学校の子どもたち、そして先生も含め、300人が家族のつもりで。そして、この1年間、健康で元気に過ごしましょう。」という話をしました。

この話の中でも触れたのですが、最近、事あるごとに健康の大切さについて訴えています。保護者の皆様もご存知の通り、新型コロナウイルスの感染が止まっておりません。本校児童および教職員には、今のところ感染者は出ておりませんが、これだけ感染が拡大すると、いつ本校の中に感染者が出てもおかしくありません。どの感染症でも同じですが、高齢者ほど重症化率が高くなります。また、基礎疾患がある人や、若年層でも体力の弱い人は重症化してしまいます。では、どうすれば良いのか？感染対策はもちろん大切、その上で体力（免疫力）をつけておくしかありません。そのために、子どもたちの前で次の3つの話をしました。

①栄養…身体にとっていい栄養をしっかり摂ること。おいしい物、身体が欲する物が、必ずしも身体にいい物ではありません。

②睡眠…十分な睡眠をとりましょう。ゲームやスマホを観ながらの夜更かしはいけません。

③運動…適度な運動を。休み時間は、外で元気に遊びましょう。ゴロゴロしては体力はつきません。

勉強を頑張るにも、友だちと遊ぶにも、健康があってこそです。これは、大人も同じですね。いくら仕事を頑張ろうとしても、健康でなくてはうまくいきません。大人も子どもも、まずは健康に過ごす日々を送りたいものです。

◇掃除を頑張っています！

本校では、昼休みの後の掃除をしています。どの場所でも、子どもたちが一生懸命に掃除をしています。先生たちも、それぞれの場所の担当が決まっており、子どもたちと一緒に掃除をします。今までは、私の担当する場所はありませんでしたが、今年度は、私も下足室の担当となり、掃除の時間になると担当の場所に行っています。ところがある日、下足室に行くのが少し遅れました。すると、子どもたちが職員室までやってきて、「校長先生、掃除の時間だよ。」と。でも、呼びにただけではありません。その子たちも、時間いっぱいまでしっかりと掃除をしていました。さすが豊南小学校の子どもたちです。

