

教育広報

かけはし

第15号 平成6年7月16日発行
発行 千代田区教育委員会



小鳥の声に囲まれてオリエンテーリング（麴町中、1年）

主
な
記
事

- ☆子どもの成長を考える
- ☆四番町歴史民俗資料館特別展
『火事と喧嘩は江戸の華』
- ☆大きな感動 音楽鑑賞教室
- ☆夢をのせて いよいよ着工！
外神田三丁目複合施設

入学式から約2か月たった5月下旬、新緑の美しい軽井沢で、2泊3日の移動教室が開かれました。ここでの生活を通して、中学生としての自覚と行動力、豊かな人間関係の基礎が培われていきます。

*教育広報「かけはし」は資源保護のため再生紙を使用しています。

子どもの成長を考える



いよいよ夏休みが始まります。40日間におよぶ長い夏休みは、勉強ばかりでなく、健康増進・体力づくりにも、またとない機会です。そこで、今回は子どもの成長や健康、体力についての話題を取り上げてみました。

学校や幼稚園では、新学期早々に健康診断を実施しました。また、小・中学校では、子どもの発達段階に応じた運動能力テストが行われました。さらに、日頃磨いた体力・技能を生かす区の行事も開催され、多くの子どもたちが参加しました。第一期のそれらの結果を、もう一度見直してみよう。単に結果に一喜一憂するだけではなく、夏休みの健康管理、体力づくりを考える材料として、ぜひ活用してほしいものです。

検診方法の変化と家庭の役割

最近、学校で行う健康診断の内容、検査方法などが少しずつ変わってきています。例えば、視力検査については、従来0.1単位で行っていたものを、裸眼でも矯正視力でも0.3、0.7、1.0の三段階が見えるか見えないかを検査するのみに変わってきました。これは、学校での健康診断は、学校生活への支障の有無を判定できる範囲にとどめ、精密な診断と治療は専門医に任せるという考えからです。

従って、子どもの日々の健康状態を十分に把握することが、家庭の重要な役割となります。学校では、これまで健康診断にかけていた時間を、子どもたちの健康づくりに重点を置いた指導に振り向けていくよう努めています。

家庭と学校が、それぞれの役割分担をよく認識し、十分な連携のもとに子どもたちの健全な成長を見守っていききたいものです。

「成長痛」になる

診断結果に現われない問題点

健康診断の結果には特に現われないけれど、非常に気になる問題を抱えている子どもたちもいます。俗に「成長痛」とか「成人病予備軍」などといわれるものですが、現実にはそのために通院までしているケースもあるので要注意です。

「成長痛」

最近、中学校では、肩・肘・腰・膝・足首などの痛みを訴えて保健室にくる生徒が増えています。小学生の中にも同じような症状の子が見られます。からだの成長の盛んな時期には、骨が急激に伸びます。しかし、骨についている筋肉や腱は、骨の成長に追いつかず、常に引っ張られている状態になっています。そのような時に、体の同じ部分を使うスポーツを続けたり、無理な動作を繰り返したりしますと、関節痛が起こり、時には骨折し

てしまうことさえあるのです。

成長期における適度な運動が必要なのは言うまでもありません。でも、無理に使い過ぎると、こうした障害のもとになってしまいます。ですから、成長期に特有の現象については周囲の大人たちが理解して、痛みがひどい場合には無理をさせずに一時スポーツを中止したり、時には早期治療を勧めてあげることも大切です。

「成人病予備軍」

意外なことに、子どもたちの中に高脂血症や高コレステロールなど、いわゆる成人病の症状がみられることも多くなっています。特に、肥満児にその確率が高くなっており、成人病予備軍といわれています。

子どもたちが大好きなハンバーグ、カレーライス、スパゲティなどには、いずれも動物性脂肪が多く含まれています。さらに、おやつに食べるスナック菓子や清涼飲料などはカロリーが非常に高く、糖分や塩分のとりすぎの原因にもなっています。こうした嗜好に加え、最近の子どもたちは、体を動かすことが少ない割りに、就寝直前に夕食をとるなど、肥満の原因となる条件が揃っているのです。

夏休みを迎え、規則正しい生活のリズムが乱れてしまいがちです。また、一日三食とも家で食べることになるため、どうしても好き嫌いに左右されてしまい、栄養のバランスも崩れやすくなります。成人病予備軍とならないよう、子どもの食生活をもう一度見直し、エネルギー量や栄養のバランスを考える必要があります。

運動能力テストから

体力面でのねばり強さが不足気味

新年度早々に学校で実施した運動能力、体力の測定結果について考えてみましょう。今回は区内の小学校6年生と中学校3年生の平均値を取り上げて、全国平均と比較してみることになります。

小学生では、50m走やジグザグドリブル、中学生では、50m走や垂直跳びなどが、ほぼ全国平均のレベルを保っています。一方、小学生では、連続逆上がり、中学生では、懸垂腕屈伸、持久走などが、全国平均よりかなり劣っています。

こうしたことから考えると、千代田の子どもたちの傾向として、「短時間に力を出す種目には強いが、長時間にわたって筋力を使う種目は苦手」

小学校6年生の結果

種目 (単位)	男		女	
	全国	千代田区	全国	千代田区
50 m 走 秒	8.7	9.0	9.0	9.0
走り幅跳び cm	322.3	309.3	288.0	276.4
ソフトボール投げ m	32.7	29.7	18.7	14.9
ジグザグドリブル 秒	16.8	16.2	18.7	19.0
斜め懸垂 回	28.8	25.4	23.6	18.5
連続逆上がり 回	4.3	2.6	4.0	2.9

中学校3年生の結果

種目 (単位)	男		女	
	全国	千代田区	全国	千代田区
反復横跳び 回	43.6	41.9	37.8	37.1
垂直跳び cm	54.7	55.8	42.4	42.4
背筋力 kg	116.6	113.7	77.8	76.2
握力 kg	37.4	35.6	25.9	24.5
上体そらし cm	54.0	52.7	54.2	54.1
立位体前屈 cm	8.0	5.8	11.6	11.6
踏み台昇降 回	74.2	71.3	69.0	64.3
50 m 走 秒	7.5	7.6	8.6	8.6
走り幅跳び cm	417.1	390.5	323.0	300.6
ハンドボール投げ m	24.5	23.9	15.3	13.6
懸垂腕屈伸 回	6.7	3.7	31.3	25.6
持久走 秒	363.6	411.6	279.4	295.5

懸垂腕屈伸：女子は斜め懸垂
持久走：男子は1,500m、女子は1,000m



中学校球技大会



恒例の中学校球技大会が、六月七日から三日間にわたって、区内の三会場で行われました。

出場した選手も応援に回った生徒も、みな心を一つにして試合に熱中していました。各校とも、四月に入学した一年生がわずか二か月ですっかり中学生らしくなって、上級生の中にとけこんで活躍していたのが印象的でした。

試合が終り、勝った喜び、負けた悔しさ、さまざまな思いが胸に刻まれたことと思います。それ自体も大変貴重な経験ですが、日々の練習を通じてチームワークが培われ、先輩と後輩が堅い絆で結ばれることもかけがえない成果です。



【会場】

総合体育館
バレーボール
バドミントン
卓球
バスケットボール
麴町中学校
バスケットボール
外濠グランド
ソフトテニス



秋には、小学校水泳記録会、中学校水泳大会、小・中学校陸上競技大会などが開催されます。また、冬には中学校武道大会も計画されています。それらの大会に向けて、日々の努力の積み上げが、健康な体づくりにつながっていくことになります。

少年相撲大会



第七回少年相撲大会が五月二十九日(日)、お茶の水小学校講堂で開催されました。

この相撲大会は、千代田区内の小学生による学年別、男女別の個人勝ち抜き戦で、今年は、約二百名が参加しました。

保護者や学校の先生、地域の方々が多数応援する中で熱戦が繰り広げられ、一年生から六年生までの男女の優勝者が決まりました。

その中で、四、五、六年生の男子の優勝者、準優勝者が六月二十六日(日)両国国技館で行われた「わんぱく相撲東京都大会」に出場しました。

東京都大会出場者は次の通りです。

四年生 山本 弘樹 北島 忠相
五年生 杉山 肇 新井 伸
六年生 田部井信雄 竹内 森英

体力づくりのお手伝い

総合体育館から

子どもたちが心をときめかせながら待ち望んでいる夏休みが、目前に迫っています。さて、どんな生活が始まるのでしょうか。

夏休みの生活表の本身は、とかく、学校の宿題や学習塾へ通う予定、家族旅行などに偏りがちですが、体力づくりの計画も忘れないうで組み入れましょう。

暑さに負けていたらとした生活を続けてしまうと、第二学期に入ってから体調をくずし、学校生活に支障をきたしてしまうことにもなります。年間を見通した健康保持、体力づくりの生活設計の中に、夏休みも組み込んでください。

総合体育館では、夏休みの期間、区内の小・中学生を対象にして、施設の無料開放を行います。個人またはグループで、ぜひご利用ください。開放のあらましは左の表の通りです。

〈総合体育館の無料開放〉

種目	日 程	時間帯
バレーボール	7/21, 23, 28, 8/4, 11, 18, 25, 27	午 後
バドミントン	7/26, 8/2, 6, 9, 16, 23, 30	午 後
水 泳	7/20~24, 26~31	①午前9時~11時
	8/2~7, 9~14, 16~21, 23~28	②正午~午後2時
	8/30, 31	③午後3時~5時
バスケットボール	8/20	午 後
卓 球	7/21, 23, 26, 28, 8/2, 4, 6, 9, 11, 16	午 後
	18, 20, 23, 25, 27, 30	午 前 と 午 後
相撲・剣道	7/24, 8/7, 28	午 前 と 午 後
	7/23, 8/6, 20, 27	午 後
柔 道	7/24, 8/7, 28	午 前 と 午 後
空 手 道	7/23, 8/6, 20, 27	午 後
弓 道	7/23, 8/6, 27	午 後
	7/24, 8/28	午 前 と 午 後
アーチェリー	8/7	午 前 と 午 後
	8/20	午 後

午前：9:00~12:00 午後：1:00~5:00

*付き添いの大人は有料となります。

☆毎月第3日曜日は、全館無料開放です。

学校プールの無料開放も実施いたします。利用できる期間、時間等は各学校に掲示いたします。あわせてご利用ください。

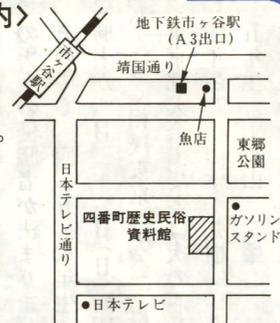
〈問合せ〉

総合体育館 (千代田区内神田2-1-8) ☎(3256)8444

〈四番町歴史民俗資料館 特別展のご案内〉

今回の特別展では、江戸の町に起きた災害の中でとりわけ数が多かった火事の実態と、それに対する幕府や市民の対応について探ります。入館は無料です。夏休みのひととき、ご家族連れでぜひおいでください。

期 間 平成6年7月19日(火)～9月18日(日)
 開館時間 火～金曜日 午前9時～午後7時
 その他の日 午前9時～午後5時
 休館日 月曜日(第2日曜日の翌日を除く)、第2日曜日、祝日
 問合せ 四番町歴史民俗資料館(四番町1) ☎(3238)1139



大きな感動
音楽鑑賞教室

臨場感にあふれた迫力のあるオーケストラの演奏を子どもたちに聴かせたい、という趣旨で小学校六年生と中学校一年生を対象に今年も音楽鑑賞教室が開かれました。六月二日、日比谷公会堂に集まった子どもたちは、東京都交響楽団による生の演奏に静かに聴き入っていました。芸術の殿堂と呼ばれる日比谷公会堂において、クラシック音楽の心にもふれる機会に恵まれるのも、千代田区の学校ならではのことで。小学生には、演奏に先立ちオーケストラに使われる楽器についての解説がありました。ふだん教科書で見られられない様々な楽器を実際に見て、それぞれの特色ある音色に接することができたことも、一つの大きな収穫でした。中学生には、作曲者の生涯や時代背景などについてのわかりやすい解説もあり、演奏の感動をより大きなものにしていました。こうした体験がきっかけとなって、子どもたちの音楽に対する親しみがいつそう深まり、大切な心の糧となっていくことでしょう。

楽器とリズムとオーケストラ

六年 原 聡 美

指揮の人が立つて、いよいよ私の一番好きな曲が始まるうとしていた。曲目は「タイプライター」だ。この音楽鑑賞教室にくる前に、音楽の時間に少しだけ聴いて、すこく気に入ったのだ。

曲が始まると、すべてタイプライターがカチカチと鳴り出した。タイプライターとは、会社などで使われていた文字を打つ器械だそう。この曲は、楽器だけでなく、実際にタイプライターの音を音楽の中に取り入れているのがおもしろいと思つた。そして、いそがしい様子をつまなく楽器やリズムで表現しているのが、私がこの曲を気に入った一番の理由だ。タイプライターの音に弦楽器のリズムがよく合っていて、聴いていると、私もいそがしい気分になつてきた。

オーケストラの人達がみんな楽しそうに演奏している姿も「とてもいいな」と思つた。(番町小学校)



オーケストラのモルダウ

一年 秋 元 直 彦

「モルダウ」は学校や家のCDで何度も聴いていました。とても気に入った曲なので、何度聴いても飽きませんでした。その「モルダウ」を生きたオーケストラで聴けると聞いたときは、とてもうれしかったです。その「モルダウ」を聴いた感想を問われても、そう簡単には答えられませんでした。オーケストラの演奏にはものすごい迫力があり、CDと違った感動があつたからだと思います。本当に感動したときの気持ちは、言葉では言い表せない気がします。

それに、演奏を聴くマナーとして、拍手のタイミングも勉強になりました。指揮者がこちらを向いたときだけ拍手をすることです。

今回行った音楽会では、マナーを始め、数々の知識と、曲の美しさを学んだと思っています。(九段中学校)

夢をのせて
いよいよ着工!
外神田三丁目複合施設



旧芳林小学校の敷地に建設される外神田三丁目複合施設が、この夏着工の運びとなりました。この施設は、「公共施設適正配置構想」において計画された七つの複合施設の中で最初に建設されるもので、昌平小学校・幼稚園、まちかど図書館、児童館からなるものです。



二十一世紀に向けて、新しい発想のもとに設計されたこの施設にはさまざまな特色が盛り込まれています。その主なものをご紹介します。閉閉式屋根の付いた屋上校庭 狭い敷地を有効に活用してできるだけ広い校庭を確保するために、屋上に校庭を設けました。陽当たりも良く、閉閉式の屋根が付いているため、雨の日でも思う存分に運動ができます。また、幼稚園には専用の園庭が確保されています。

すべて南向き

ゆりのりの普通教室

普通教室はすべて陽当たりの良い南向きとし、バルコニーも設けました。それぞれの教室の広さも従来よりひと回り大きく、ゆったりとしています。

また、学年ごとに新しく学年ホールを設けました。各教室との間の可動式間仕切りを開放すれば、教室と一体となったワークスペースとして使用でき、グループ学習や学年全体での合同学習などに幅広く活用できるように工夫されています。

可動床付き温水プール

年間を通じて泳げるよう、温水プールを設けました。可動床方式を採用したため、利用する子どもたちの体格に応じてプールの床を上下させ、深さを調節することができます。低学年の子どもたちでも、深さを気にせず安心して泳げるようになります。

さらに、幼児のための専用プールも設けました。(25m×4コース)

地域の皆さんにも開放する
コミュニティスクール

この施設にはまちかど図書館や児童館が設けられるほか、学校が使用しない時間には、校庭、プール、体育館などの学校施設をコミュニティスクールとして地域の皆さんのために広く開放します。生涯学習の時代にふさわしい文化・スポーツの場として活用され、地域コミュニティの核となる施設として期待が寄せられています。

「外神田三丁目複合施設」の150分の1の完成模型が区役所一階の玄関ホールに展示されています。ぜひご覧ください。

随想

きょういく

最近、学校での生徒の様子を注意してみると、生気がない、いわゆる「指示待ち人間」が目につきます。

社会の変化につれて、私たちの生活と生活意識は変わってきました。

時代の風潮に敏感な子どもたちの変化はいつそう著しいものがあります。素直だがやる気に乏しい子どもたち、その子どもたちはいったいどのような生活をしているのでしょうか。

平成五年度版の生活白書によると、家庭にいて起きている時間（起床在宅時間）は、国民全般に減少傾向が見られます。特に、中学生、高校生では、月曜日から土曜日までの起床在宅時間は、国民全体の平均と比べて短くなっています。

起床在宅時間の減少は、子どもたちにとどの様な影響を及ぼしているのでしょうか。見逃せない問題を含んでいるように思われます。

子どもたちの起床在宅時間が減少した背景には、塾通いをする子どもが増えたということがあるのは否定できないと思います。また、豊かになった生活の反映として、子どもたちの生活も多様になり、家庭外で過

ごす時間が増えてきたということもあるでしょう。

問題は、起床在宅時間が短くなっただけでなく、睡眠時間も短くなっていることです。最近では、夜遅くまで起きている宵っ張り型が増えてきたといわれています。

子どもの生活と家庭

今川中学校長

入野 泰 有



昨年、千代田区の中学校五校の二

年生を対象にした調査でも、子どもたちの夜ふかし傾向は現れています。就寝時刻が午後十一時三十分過ぎという生徒が六〇%もいます。さらに、十二時過ぎになっても四〇%という多さです。

睡眠時間の減少が、子どもたちの健康にどんな影響をもたらすものかいうまでもないことです。ましてや睡眠不足によつて、学校生活に支障が生じては元も子もありません。

在宅時間が減少する中で、家庭における家族のあり方も変わってきました。家族のすれ違いが多くなり、家族の会話も少なくなってきました。家族の絆が弱くなっているのではないかと心配があります。社会の変化の波の中で、家族は試練に立たされているようです。

子どもの人格形成の基本的な場としての家庭の重要さは、いつになっても変わることはないでしょう。

いま親として大切なことは、子どもに至れり尽くせりの環境をつくってやることではありません。子どもを理解することは必要ですが、それは子どもの言動を許容してやることではないでしょう。子どもの心豊かな成長を願う親としての確固たる信念を持って、子育てにあたるのが大切だと思います。

区立中学校校長

随想

編集後記

梅雨の空を見上げて、雨は、暑さはお米のできは、と一喜一憂しているうちに、夏休みが近づいてきました。桜の花の下での入学式が、遠い過去のことと思えるほど、子どもたちはたくましく成長し、第一期を終えようとしています。

担任の先生から渡された通知表を大切に抱え、家路を急ぐ子どもの姿は、昔も今も変わりません。通知表を真ん中にして、今学期の生活やこれからのことについて、親子の対話が交わされることでしょう。

この「かけはし」も子どもの成長を考える手がかりの一つとして、ぜひ活用してほしいものです。そんな思いを込めて、本号では「子どもの健康・体力づくり」を取り上げました。「かけはし」についての皆様のご意見・ご感想・ご要望をお寄せください。お待ちしております。

教育広報「かけはし」第十五号
平成6年7月16日発行

編集発行/千代田区教育委員会

〒102 千代田区九段南1-6-11

☎(32664)0151 内3114