

しまかわ

学校だより 第6号

令和7年8月29日 北斗市立島川小学校

【学校教育目標】未来をひらき 心豊かに たくましく生きる力の育成

- ☆ 進んで学びつづける子
- ☆ 広い心で思いやる子
- ☆ たくましく生きる子



令和7年度 重点教育目標

ふるさとから学び

たくましく自律し続ける子の育成

学校ホームページ <https://hokuto.ed.jp/shimasyo/> ⇒



おうちでプラスα！ わが子の「元気」を育む3つの習慣

体育担当教諭 佐藤 孝好

全国運動能力テストの結果(裏面参考)を受け、子どもたちの体力について改めて考える機会になったという保護者の方々もいらっしゃると思います。運動の大切さは感じていても、忙しい毎日の中で、意識的に時間をとるのはなかなか難しいものです。

そこで今回は、いつもの生活に“ちょっとだけ”プラスすることで、運動能力の土台づくりにつながるヒントを3つご紹介します。

ご家庭でできる3つのこと

1. 「ながら時間」でOK！親子でストレッチ

テレビのCM中や、お風呂上がりなど、ほんのすき間時間に「どっちが柔らかいかな？」とストレッチ競争をしてみませんか。続けることで柔軟性が高まり、親子の楽しいコミュニケーションにもなります。

2. 「いつものお出かけ」を小さな冒険に

週末の買い物や散歩のついでに、近くの公園に少し寄ってみるのも効果的です。遊具で遊んだり、広場を走り回ったりするだけで、子どもにとっては十分な運動になります。「楽しく体を動かす」経験が自然と体力を育てます。

3. 丈夫な体は「睡眠と食事」から

しっかり眠り、しっかり食べることが、元気な体を支える基本です。「早寝・早起き・朝ごはん」のリズムを整えることは、運動への意欲や集中力アップにもつながります。特に朝ごはんは、一日のスタートに欠かせない大切なエネルギー源となります。

最後に

日々の小さな積み重ねが、子どもたちの健やかな心と体を育てていきます。学校では、もう一度体力テストを行い体育の授業や休み時間に体を動かす楽しさを味わえる活動を大切にしていきます。ご家庭との連携を今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

9月の主な予定 「早寝、早起き、朝ごはん！」

- 1 (月) 5年宿泊研事前交流 (大野小)
北海道シェイクアウト参加
- 2 (火) スポーツクラブ
- 3 (水) 5・6年思春期教室 委員会活動
- 5 (金) 水泳学習 (午後) 全学年14:40下校
- 7 (日) 市P連ミニバレー大会9:00-13:00総体
大野地区ノーゲームデー
- 9 (火) 3年合同社会科見学(メイホク食品)
- 10 (水) 全校朝会
- 15 (月) 敬老の日
- 16 (火) スポーツクラブ
- 17 (水) 5年合同宿泊研修オンライン結団式
- 18 (木) 19 (金) 5年宿泊研修《大野地区合同》
- 21 (日) 大野地区ノーゲームデー
- 23 (火) 秋分の日
- 24 (水) クラブ活動
- 25 (木) スクールカウンセラー来校②12:30~
- 27 (土) 土曜授業「親子稲刈り体験」

毎月第1第3日曜は、大野地区ノーゲームデー



島川小の畑は、今、収穫真っ盛り。「元気」な子どもたちに影響されて、大きく育つ野菜たち！

もうすぐ、クーラー！

まだまだ暑い夏が続く様子です。今、島川小では校舎へのクーラー設置工事が着々と進められています。9月上旬には試験運転の見込み。楽しみです。

でも、まずは熱中症予防対策。『水分補給』忘れずに。



今年は、津波や大雨洪水など、自然災害の知らせが多く聞かれますね。10月2日(木)は、島川小『1日防災学校』。子供たちは、津波の避難訓練、避難所の段ボールベッドづくりなどを行います。

CS防災研修会『心肺蘇生法』

同日の放課後には、地域の皆様のための防災研修会を開催します。災害や事故で救命が必要になったとき、救急車到着までの私たちの行動で命を救える確率はぐっと変わるそうです。

当日は、消防の救命救急士を講師に招き、AEDの使い方などの心肺蘇生法を学びます。

地域の皆様、保護者の皆様、ぜひこの機会に学び、体験することで、身近な命を救う術を身に付けましょう。皆様のご参加をお待ちしております。

とき 10月2日(木)午後2:10~

場所 島川小学校体育館

内容「命を救う心肺蘇生法」

講師 北斗市救命救急士

主催 島川小学校 学校運営協議会

(同日9:20~の津波避難訓練、10:25~の防災学習会、13:15~防災発表会も参観可能です。)



前回の様子

島川でふるさと・自律たくましく

8月の島川小

美しい姿勢から、新学期へ向けたやる気が伝わってきます。



2学期始業式 転入生があり、全校19名となった島川小学校。校長先生から、今年の重点目標である「自律」についてのお話がありました。自分で考え、行動できる子に育て！島川っ子。

運動能力テストの結果から



毎年実施されている『全国体力運動能力テスト』の全国の5年生の平均と、本校の5年生の平均の比較です。体の柔軟性では全国平均以上の結果も見られます。一方、筋力や持久力では全国平均を下回る結果となりました。

5年生の平均ですので、学校全体の実態を表しているとは言えませんが、本校の目標として『持久力』向上の取組が必要と考え、向上に向けて取り組んでいます。



	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横跳び (点)	20m シャトルラン	50m走 (秒)	立ち幅跳び (cm)	ソフトボール投げ (m)
本校男子	11.25	17.33	32.00	32.83	23.00	11.02	115.33	9.50
全国男子	16.09	19.81	33.41	42.07	50.51	9.38	154.01	21.67
本校女子	15.75	14.00	44.25	42.00	27.00	10.21	118.75	16.00
全国女子	15.99	18.86	38.34	40.38	40.01	9.64	145.38	13.56