

おごせ 教育 Pick Up

越生町立小中学校 夏季授業日の様子

越生町教育委員会

新型コロナウイルス感染症拡大防止に伴う4・5月分の休校期間の教育活動を補うため、今年度は夏季休業中に18日間の夏季授業日が実施されました。

今月号の「おごせっ子広場」では、たくさんの人に支えられながら実施された18日間の夏季授業日の様子と、越生小中学校のトイレ改修工事の進捗状況をお伝えします。

越生小児童 梅園小・越生中へバス移動

越生小はトイレ改修により

校舎が使用できないため、1年生〜3年生、特別支援学級は梅園小で、4年生〜6年生は、越生中で授業を実施しました。

町内の5つの事業所にご協力いただき、計8台のバスやスクールワゴンに乗り、越生小の先生方に同乗していただき、保護者や地域の皆様に見守られながら、安全に登下校することができました。



▲越生駅東口ロータリー

有意義に行われた 小小連 携・小中一貫の教育活動

18日間の夏季授業期間中、様々な場面で積極的な学校間の交流ができました。梅園小学校では、越生小学校の児童を迎え入れる顔合わせ会に始まり、合同音楽、地域学習、避難訓練、休み時間。中学校では、音楽や体育の授業を小・中学校の先生と一緒に行ったたり、避難訓練を行った

り、数年後生活する中学校の校舎で、有意義な学習が展開されました。



▲顔合せ会（梅小）

越生小学校トイレ改修工事 進捗状況

7月18日から工事が本格的にスタートし、計画通り順調に進んでいます。今回の改修では、各階に多機能多目的トイレが設置されたり、レイアウトの工夫があったり、より多くの人に快適にそして楽しく使用してもらったことができます。きれいになったトイレでの学校生活が楽しみです。



▲越生中給食ホールの小学生

ズームイン教育275

『生徒が主体の越生中』を目指して

越生中学校

越生中学校は、学校教育目標「自立の力を育む」のもと、「生徒が主体となり、笑顔があふれ、感じのよい学校」を目指して、生徒や家庭・地域と教職員とが丸となり、越生町の未来を担う人材の育成に全力を注いでいます。

今年の重点目標と 主な取組

- 1【生徒の学力向上】
少人数による学習や教員のチームティーチングによる指導など、生徒一人一人に寄り添った授業を展開します。また、ICT等を効果的に活用し、学習に主体的に取り組む生徒を育てます。
- 2【豊かな心の育成】
道徳の授業を充実させるとともに、様々な体験活動や生徒一人一人との対話を大切に、思いやりの心をもち、自信と誇りに満ちた生徒を育てます。
- 3【3つのあ】の徹底【
「あいさつ・あしもと・あとしまつ」をとおして、基本的な生活習慣を身に着けた生徒を育てます。
- 4【自立する生徒の育成】
25回目を迎えた立志発表会などの行事やキャリア教育の充実を図り、自分の将来を自分で考え、目標達成に向けて進んで行動できる生徒を育てます。
- 5【家庭・地域との連携】
定期的な学校だよりの発行やホームページの更新をとおして、学校からの情報発信を積極的にを行い、家庭・地域に開かれた学校づくりを進めます。
木の香漂う校舎や新しい体育館と武道場、給食ホールなど、県下随一の教育環境を活かして「生徒が主体の越生中」を目指します。

【ウイルスに負けない！家トレ講座！】

新型コロナウイルス感染症が増加して約半年が経過しました。どのようにコロナウイルスと向き合うかが大切となってきました。フレイル（虚弱）とは、健康と要介護状態の間のような段階で、高齢者の多くがフレイルの段階を経て、要介護状態になります。フレイルの状態にならないよう日頃から気をつけましょう。

- フレイルチェック**
- | | |
|--|------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 6か月で体重が2～3kg以上減った | <input type="checkbox"/> 疲れやすくなった |
| <input type="checkbox"/> 筋力（握力）が低下した | <input type="checkbox"/> 歩くのが遅くなった |
| <input type="checkbox"/> からだを動かすことが減った | |

運動のポイント！

- ふらつき、転倒に注意しましょう。水分をこまめにとりましょう。
- 運動する場所は、段差や荷物のない安全な場所で行いましょう。
- 椅子や机はつかまった時に肘が軽く曲がり、動かないものを選びましょう。
- 左右それぞれ10回程度行います。呼吸を止めないように数を数えて行いましょう。
- 痛みがある場合は運動を中止してください。

①足の横上げ運動

- (1) 両足を少し開いてつま先を正面に向け、背筋を伸ばして立ちます。
- (2) 膝が曲がらないように、4呼吸数えながらゆっくり足を横に上げます。体が横に傾かないようにします。
- (3) 4呼吸数えて元の位置に戻します。



②足の後ろ上げ運動

- (1) 両足を少し開いてつま先を正面に向け、背筋を伸ばして立ちます。
- (2) 膝が曲がらないように、4呼吸数えながらゆっくり片足をまっすぐ後ろに持ち上げます。体が前に傾きすぎないように注意しましょう。
- (3) 4呼吸数えて元の位置に戻します。



③スクワット

- (1) 肩幅に足を開いて立ちます。
- (2) 膝を曲げた時に膝がつま先より前に出ないようにしましょう。深く膝を曲げると痛める危険があります。
- (3) 4呼吸数えながらゆっくり膝を曲げて腰を落とします。高い椅子に腰かけるイメージです。
- (4) 4呼吸数えながらゆっくり元の位置に戻します。



④大腿部のストレッチ 太もも裏に効果のあるストレッチです。

- (1) 椅子に浅く座り、片足を伸ばして膝をまっすぐにします。
- (2) 背中が丸くならないように股関節から、上体を倒します。
- (3) 左右行いましょう。



☎地域包括支援センター ☎292-5505