

学校通信 8 号

摂陽



やさしく かしく すこやかに

～命を大切に、人を大切に、物を大切に～

令和 7 年（2025 年）10 月 2 日

伊丹市立摂陽小学校

校長 門間 祐二

10 月 18 日は体育大会

10 月 18 日に体育大会を開催いたします。10 月に入り涼しくなりましたね。今年は例年より 2 週間遅らせての開催なので気温も気にせず、予定通り練習を積み重ねることができています。今年のスローガンは「心ひとつに仲間と共に力を出し切ろう！」です。このめあてに向かって全校生みんながひとつにまとまり、心に残る体育大会にしたいと願っています。本番までもう少し。体調管理に気をつけて、よいコンディションで本番を迎えさせたいと思います。子どもたちの頑張りを支えてやってください。



本を読もう 読書の秋

「自分のすき」を見つけるきっかけとして、読書がよいという新聞記事を読んだことがあります。「自分のすき」がやがて将来の夢へつながっていきます。小学校時代の読書量は一生の宝となります。スマホやタブレットから離れて、週末にゆっくり本を読んでみませんか。図書の本も活用して、「自分のすき」を増やしてほしいと思います。図書室も充実していますので、どんどん利用しましょう。

学年の振り返り地点です

学年の半分が終わりました。学年の始めに立てた目標に近づいていますか。1 度ふりかえりをしてみましょう。目標を立てて継続しない人は絶対できる小さなことから習慣化しましょう。

10 月の行事予定



2	木	体育大会全体練習（1 校時） 校内研究授業 13：30 下校（5-2 5 校時）
3	金	3 年オンライン工場見学
6	月	体育大会係活動
9	木	体育大会全体練習（1 校時）
16	木	月曜校時 5 年出前授業
17	金	体育大会リハーサル 準備
18	土	体育大会
20	月	体育大会代休
23	木	4 年 CAP 講習会
28	火	3 年自転車教室
30	木	就学時健診 1 年 13：00 下校
31	金	仲間づくり集会 14：30 下校



11 月 29 日（土）音楽会

体育大会へ向けて（校長先生の独り言）

この時期に「走るのが速くなりたい。どうすればいいですか。」と聞かれることがあります。そんなときこう質問します。「速く走りたいんだね。その気持ちを毎日持ち続けましょう。ところで、今日は全力で走りましたか。」子どもたちは速く走れることに憧れていますが、全力で走る経験が少ないのが現状です。トラック半周で足がもつれたり、後半減速したりしています。後半加速する力強い走りの獲得は基礎体力をつけてからです。18 日までに、まずは、一定の距離を「全力で」走りきる経験を重ねておきましょう。

家でできるトレーニングとして歯磨き片足立ちがあります。2 分間（右左交互）片足で立ちながら歯磨きします。10 秒ごとに足を入れ替えます。2 分間で走りが安定します。

お風呂上がりにタオルを上げ下げするのも効果的です。（30 回）肩甲骨の可動域を広げてダイナミックな走りにつながります。