



目を大切にしましょう

校長 齋 藤 憲

10月3日の校内マラソン大会には、大勢の方々に応援に駆けつけていただきありがとうございました。また、協力役員としてお手伝いいただきましたPTA役員の皆様ありがとうございました。

10月10日と言えば以前は「体育の日」でした。昭和39年10月10日に東京オリンピックの開会式が行われ、昭和41年から「国民の祝日」という事で「体育の日」が設定されました。しかし、平成12年からは「ハッピーマンデー制度」の適用により、10月の第2月曜日に変更になりました。この日は人の特徴である顔の「目と眉毛」の輪郭から「目の愛護デー」とも言われています。

私の子どもの頃にはテレビゲームやコンピュータ等は、どの家庭にもありませんでした。テレビがある家庭は、お金持ちの家庭やお店屋さん等でした。私の家庭にはありませんでした。ですから、遊びはもっぱら元気よく屋外でした。

私は眼鏡着用で車の運転をします。視力が低下した理由は、本を読んだり文字を書いたりする時の姿勢が悪かったためだと思います。テレビ等の機器の影響ではありません。

さて、人間の情報の85%は目から入ると言われています。この情報は脳に行って情報として認識されます。従って目は情報の窓であり、目を通して脳で物を見ているとも言えるのです。

以前の新聞にメディア機器と子どもの目について掲載されていたのでご紹介します。テレビ・コンピュータ・テレビゲームを使用する場合の基本的な注意事項(7カ条)がありました。

- 1条 ゲームは、連日の場合は一日30分以上やらない
- 2条 コンピュータは、50分やったら10分は休み、目を閉じたり遠くを見たりする。一日4時間以上はやらない
- 3条 画面と目との距離は、画面の大きさにもよるが、ゲームは1.5メートル、コンピュータは75センチメートル以上離す。
- 4条 作業中は、まばたきを少し多めにする。
- 5条 ドライアイの人は、涙の成分を多く含んだ目薬を時々点眼する。
- 6条 テレビは、画面の対角線の距離の6倍以上離れる。
- 7条 テレビは、一日合計4時間以上は超えないようにする。

弥彦小学校の子どもたちの視力は、全校児童の4割弱が1.0以下という結果です。環境等の影響も大きいのではないかと思います。

これからはますますのマルチメディア時代に対応するために、マルチメディア機器と上手に付き合いながら目を大切にしていかなければなりません。楽しいマルチメディア機器との付き合い方を、ご家族みんなで話し合ってみてはどうでしょうか？

(10月1日全校朝会の講話より)

今、児童は「文化祭の作品」作りと「ふれあい音楽の集いの歌」の練習に頑張っています。燈籠祭りの絵を描いている4年生、思い出の校舎を様々な角度から描いている6年生等、きっと一人一人の力作になると思います。また、ふれあい音楽の集いでは、保育園・小学生・中学生全員で「にんげんっていいな」を歌います。朝、あちこちからきれいな歌声が聞こえています。

スポーツの秋 全校登山 マラソン大会 陸上大会



9月28日(金)、さわやかな晴天のもとで全校弥彦山登山を実施しました。3・5年、1・6年、2・4年のペア学年で協力しながら、登山しました。上学年が下学年を優しく励ましながらか登山する姿がたくさん見られ、ペア学年の絆を一層深めました。当日は絶好の登山日和で、大変なにぎわいを見せた弥彦山頂でした。

登山前後には、なかよしペアで励ましやお礼、ねぎらいなどそれぞれの思いを手紙で交換しました。

全校登山はたくさんの保護者ボランティアや弥彦山岳会の方から協力をいただきました。大変ありがとうございました。

10月3日(水)、校内マラソン大会を実施しました。子どもたちは、自分のめあてに向かって2学期から走ってきた練習の成果を発揮しようと張り切って走りました。低学年・中学年・高学年と分かれてのマラソン大会。保護者の皆様やペア学年の応援もあり、がんばって走る姿が印象的でした。交通指導員やPTA役員の皆様からは、コースの安全確保に協力をいただきました。ありがとうございました。



「校内マラソン大会」 学年1位のみ紹介します

	＜男子＞	＜女子＞		＜男子＞	＜女子＞
1年	関川さん	前山さん	4年	柳川さん	高田さん
2年	藤原さん	近山さん	5年	佐藤さん	佐野さん
3年	鈴木さん	藤原さん	6年	金子さん	藤原さん



9月23日(土)近郷陸上大会に陸上部が参加しました。当日はあいにくの雨模様の中、選手たちは全力でがんばりました。たくさんの応援ありがとうございました。

「第32回 燕市吉田近郷少年少女陸上競技大会」(9月23日 燕市吉田総合グラウンド)

2位	5年女子800m	佐野さん(3'03"6)	4位	5年女子100m	熊倉さん(16"2)
2位	6年女子100m	山野上さん(15"5)	5位	5年男子100m	佐藤さん(16"0)
2位	6年女子80mH	伊藤さん(15"1)	5位	5年男子走高跳	東樹さん(1M05)
2位	6年女子800m	藤原さん(2'55"3)	5位	5年男子走幅跳	渡辺さん(3M20)
3位	5年男子走高跳	菅原さん(1M10)	6位	5年男子走幅跳	中山さん(3M19)
3位	6年女子走幅跳	諸橋さん(3M26)	6位	5年女子80mH	武石さん(17"7)
			6位	6年女子走幅跳	本間さん(3M00)

※大会当日は、雨天のためリレーは実施されませんでした。