

# あすなろ

東松島市立大曲小学校

学校教育目標『心もからだも健康で 明るく力いっぱい生きる 子どもを育てる』

## 朝会『寝る子は育つ・・・とは』



5日の朝会は、校長先生のお話でした。ことわざにもある、『寝る子は育つ』ということについて、黒板を使いながら、その意味を説明してくれました。子どもたちは、真剣に聞いていました。

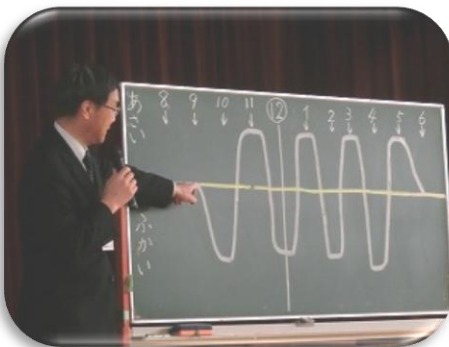
寝る子が育つということには科学的な根拠（わけ）があるということです。ある程度の睡眠時間を確保できればいいというものではありません。

睡眠中には大切なホルモンが分泌されます。成長期の子どもたちに最も重要なのが成長ホルモンです。このホルモンは夜9時から2時間くらいの間に盛んに分泌されます。成長の素を十分にとるために、この時間には眠りに就いている必要があります。

成長ホルモンの主な働きは、骨を成長させたり、筋肉を作るたんぱく質の合成を助けたりして、体を大きくすることなのです。そのためにも、夜更かしを避け、早寝早起きを心掛けましょう・・・ということでした。

子どもたちの中には、“昨夜夜更かしをしてしまった・・・”と手を挙げたものもいましたが、お話を聞く中で、「眠っている間に体が作られていることを初めて知りました・・・」

「同じ時間眠ったとしても、浅い眠りと、深い眠りがあることが分かりました・・・」と感想を話していました。睡眠は、疲労回復はもちろんですが、成長に欠かせない大切なものであることを、御家庭でも話題にしてみてください。\*写真は、朝会の様子です。



## 遠く九州から・・・ ありがとうございます



熊本県の熊本市立帯山（おびやま）小学校より、大曲小の児童のためにと義援金をいただきました。遠く九州の地から、震災以後継続して温かいお気持ちを届けていただいていることに感謝したいと思います。有効に活用させていただきます。

帯山小学校のHPには、『本校は、熊本市中央区にある創立57周年の学校です。みんなで育てた花々が、学校のいたる所で咲きほこっています。本年度は、835人の子どもたちが、それぞれの夢や希望に向かって毎日楽しく学んでいます。地形的には、火山灰土に覆われた標高30～40mの託麻台地上にあり、かつては、帯山練兵場や開拓農地として利用されていたところ。』とあります。体育活動が盛んな学校で、花がいっぱいの学校です。熊本と言えば、火山で有名な阿蘇山や“あんたがたどこさ”に出てくる肥後の国としても知られていますね。 \*写真は同校の校舎です。（同校HPより）

# 防災ワークショップ ～総合的な学習～



1月27日、第5学年総合的な学習の時間防災教育の一環として、宮城教育大学教育復興支援センターの協力のもと、防災ワークショップを行いました。

これは、復興支援センターが、被災地からの発信として「備えること」が大切であるという考えからスタートしたものです。防災については、次世代に伝えていくために、子どもと大人と一緒に学び共有することが不可欠であり、将来の不測の事態を想定したとき、生きるための知識を身に付ける必要があります。防災等につながることで、地域コミュニティの再生や活性化につなげることを目的とした事業でした。

前半は、仙台市東四郎丸児童館館長の小岩孝子先生による「防災・減災ワークショップ・そなえゲーム」をグループ毎に実施。「SSG仙台発そなえゲーム」は、参加者一人一人が架空の住民になって「災害に備えるために、自分や地域に何が必要か・何ができるか」について考えながら実践的に防災・減災を学ぶことができる体験型のボードゲームです。

小岩先生は、震災後「日頃からの備え（自助）」と「人のつながり（共助）」の大切さに気付き、東日本大震災を体験した仙台市民として震災の教訓を後世に伝えていくために「なすことにより学ぶことのできる」防災ゲームの開発に取り組んできたということを話されました。子どもたちは、10歳から80歳までの仮想人間となり、車椅子、トイレトペーパー、食料、紙おむつなど必要なもの、置いておく場所をお互いに意見交換しながら地図上に書き込んでいました。いろいろなアイデアを出しながら活発な意見が交わされました。子どもたちは、地域に住む様々な世代の住民の存在に気付き、それぞれの立場の方々への思いを巡らすことができました。

いざというときに、こんなものが必要ではないか・・・ということについては、単に防寒具や食料だけでなく、避難する場所の確認、家族の連絡先メモ、ふだんからの心構えなど、たくさん大切なことにも気づくことができました。後半は阿部清人氏による「防災エンスショー」でした。アナウンサーであり仙台市の防災教育を推進する実行委員会委員長の阿部先生は、震災の日には、夕方から深夜まで、ラジオ番組に出演しながら、共助を呼び掛け続けました。ラジオを通した励ましの声は被災者の心よりどころとなったと語り草になっています。

当日は、いざという時に役立つ知識ということで、首をこすって摩擦熱を起こすことや、火おこしの実演、地震の起こる仕組み、液状化現象のモデル実験、ふりこの実験や上の階ほど大きく揺れる理由、LEDリチウムイオン電池についてなど、子どもたちにも分かりやすく説明してもらいました。子どもたちは、なぜ？と思うことでも、実験や理論を通して説明してもらうことで、科学の面白さを体感することができました。

途中、オーっ・・・という歓声や拍手など、子どもたちはすっかり科学の世界に引き込まれていました。この事業は、大曲市民センター、大曲まちづくり協議会、大曲地域自主防災連絡協議会にも協力をいただき、センター所長さん、大曲地区区長さん、自主防災役員の方々も参観され、子どもたちの活動を見守っていました。また、後日、ラジオ石巻でも授業の様子が紹介され、「1学期に大曲小の6年生が、被災地の中で、防災について向き合いながら今後の復興のことを考えたように、今回も、子どもたちが地域の方と一緒に取り組んでいることはすばらしい」という感想をいただきました。\*写真は、取組の様子です。

