



# 館山だより

大田区立館山さざなみ学校  
 校長 長井 恒治  
 〒294-0223  
 千葉県館山市洲宮 768-117  
 TEL 0470-28-1811  
 FAX 0470-28-1812  
<http://tateyamasazanami-es.ota-school.ed.jp>

## 体力の向上を目指して

副校長 矢口 泰

十一月十六日(金)に、自立活動で鋸山ハイキングを行いました。鋸山は、標高三一九・四メートル、山中の良質な凝灰岩を、建築資材として切り出し、残った山肌が鋸の歯のように見えることからそう呼ばれました。幕末より東京や横浜港の堤防やお台場の礎石、建築資材として利用されました。

わずか、三百メートル程の山ですが、ハイキングの途中に急な坂や階段があり、遅れがちになる友達を励ましたり、温かな声をかけたりしている姿が見られました。当日はとてもよい天気で、頂上付近では東京湾が一望でき、彼方には初冠雪をした富士山を見ることができました。また、お弁当を食べた日本寺の大仏付近には、野生の猿の群れを見るなど、さざなみとは違う自然を味わいました。大人でもきつい道のりを児童全員が歩き通し、体力の高まりを実感しました。

休み時間や放課後に、職員室前の芝生にジャンピングホードを設置し、なわ跳びの練習をしています。最初は、連続して跳ぶことができませんでしたでしたが、地道に根気よく続けることにより、リズム感よく跳ぶことができるようになる児童もいます。なわ跳びカードの目当てを全て達成している六年生を目標に、下級生が二重跳びやはやぶさなどの難しい技に挑戦しています。時に教職員や友達のアドバイスを受け、努力を続け、なわ跳びカードに合格したときの喜びは格別です。

二十二日(木)には、一学期の体力テストを実施しました。詳細は、後日お知らせしますが、全体的には一学期よりよい結果が出ています。健康課題克服に向けて一人一人が頑張ってきた成果だと思えます。ただ、ソフトボール投げは今学期も記録が伸びず、投てき力をつける必要性を感じました。体育の学習などで取り組んでいきたいと考えています。

十二月には、校内マラソン大会、一月には若潮マラソン大会があります。児童一人一人が、自己ベストタイムを目指して体力の向上、健康課題の克服を念頭に、頑張り取り組むことができるように教職員一同、お子様方を支えます。ご家庭でのご理解ご協力をお願いいたします。

## バランス給食について

栄養士

今年度も十一月二日に第二回目のバランス給食を実施しました。バランス給食では自身が何をどれだけ食べると良いかを学び、普段の食事を振り返ります。児童は複数の種類の料理から自分に合ったものを選択し、組み合わせで献立を作ります。事前学習の時点では苦手な野菜を避け、デザートや主菜を多く選択してしまう場面が多く見受けられました。しかしバランスのよい食事とは何かを知り、食事と健康の関係について学ぶことで当日は全員がバランスのよい食事を自ら選択することができました。また苦手な料理にも挑戦する姿を見ることができ、児童の成長を実感しました。一生懸命考えた献立の食事はいつもよりおいしく感じられたことと思います。そしてこの経験を通して野菜に対しての苦手意識が薄れ、食事がより一層身近なものになったのではないかと感じています。



今後も給食を通して食事の大切さを子供たちに伝えていきたいと考えております。

## 寄宿舎での生活2

寄宿舎指導員

五名の新しい友達が入校し、寄宿舎もにぎやかになりました。九月十五日は南房総最大のお祭り「やわたんまち」に全員で行きました。神輿が威勢よく舞い、児童はその勢いに圧倒されました。お小遣いで模擬店も楽しみました。十月七日は、後期部屋替えでした。午前中は前期の部屋を片付け、大掃除をし、午後には発表です。みんな緊張し発表を待ちました。新しいお友達との生活が後期の部屋の支度で始まります。自分用に机を飾ったり、室長を決めたりと、しばらく忙しい日々が続きました。

十月二十八日は、全員が待望のマザー牧場遠足に行きました。全員が乳搾りをし、マザーファームツアーを楽しみました。自由行動や買い物も楽しみました。

十月十四日と十一月十七日は希望者で館山大栈橋でつりをしました。全員が初心者でしたが、キヌ、キヌ、クサフグをつりあげました。クサフグはリリースしました。

そして、十一月二十四日には一年間をかけた、奉仕の心を育てる行事「収穫祭」がありました。当日は忙しい中、大勢のご家族に参加していただきありがとうございます。第一部は手打ちうどん。室長が丁寧に教え、美味しいうどんが打てました。第二部は模擬店。保護者や光の子の来賓として友達に丁寧に給仕できました。第三部は夜夜祭。ハッピークラブが「海原」をニコニコ太鼓が「豊年太鼓」を披露し、収穫祭を締めくくりました。



鋸山ハイキング

養護教諭

秋の恒例行事である全校ハイキング。今年は千葉県の山の中でも有名な鋸山に登りました。春には、白浜18kmウォーキングを歩き切った子供たちですが、全校ハイキングも決して楽な道ではありません。春には、途中で入校してきた子にとっては、長距離を歩く初めての行事です。全員が山道を登り切れるのかと少し心配もありました。

しかし、いざ登り始めると、子供たちの足取りは思った以上にしっかりとっていて、弱音を吐くこともなく、一歩一歩確実に進んでいく姿がみられました。少し遅れて歩く友達に「がんばれ〜」「待ってるぞ〜！」と励ましの声をかける子もあり、支え合いながらゴールを目指しました。そして、途中で誰も諦めることなく、全員に登ることができました。子供たちの体力の高まりはもちらんのこと、精神的にも大きく成長しているのだと感じられるハイキングとなりました。

この鋸山ハイキングを通して、子供たちは自分の体力の高まりを感じ、自信に繋がったことと思います。また、友達と励まし合いながら、何かを成し遂げる充実感も感じられたのではないのでしょうか。これからの学校生活でも、友達と励まし合い、協力し合いながら、それぞれの課題克服に向けて努力してほしいと思います。

児童の感想

◎三年生

高所恐怖症なので、最後のところは「無理だ。」と思ったけれど、「ちょっとだけ、こくぶくできたのかな。」と思いました。(S・S)

登るのはつかれたけど、実がいっぱい落ちていて景色がきれいだったから楽しかったです。(M・M)

石切り場の所がまっすべに切られていてすべかったです。お寺は観音様が高くてびっしょりでした。サ

ルもいてびっしょりでした。(H・T) 自然をいっぱい楽しみながら弱音をほかないということはできたと思います。サルを見られて楽しかったです。(I・Y)

◎四年生

地獄のぞきを見ることが出来て良かったです。大仏の前でぼくがギターをひいて、みんなで歌ったのが楽しかったです。また、みんなと歌いたいです。(K・G)

山登りで登っているときは少しきつくて頂上での地獄のぞきで最高のはけしきでした。ここまで登り切ったんだなと思いました。(S・S)

地獄のぞきが一番に残っています。とても高くてびっしょりしました。(N・Y)

山に登り切ったことが一番に残っています。つらい山だったけど、毎朝読んでいる「七字のうた」の「くまよするな」が力になって頂上にたどりつきました。(M・R)

私は地獄のぞきで下を見たとき、ちょっとわかったけど、けしきが最高でした。(T・A)

◎五年生

去年はとても辛かったけれど、今年は少し楽に登れて、声をかけあったりして楽しかったです。登っている途中の紅葉の景色などがきれいで、最高でした。(A・A)

ラピュタのような壁がとても高くて、びっくりしました。猿が二十四くらいいました。大仏が大きかったです。(K・Y) お弁当を食べていると猿が近くまで来て木の実を食べていて、人の近くまで来るんだと、思いました。地獄のぞきから見る景色がきれいでした。(M・M)

ぼくが一番楽しかったことは、猿を見ることができたことです。鋸山で猿が見られることを知らなかったので、貴重な体験でした。(Y・S)

登った後の景色がきれいで、登ったかきがありました。食後にはみんなで、歌を歌いました。(K・Y)

地獄のぞきを見て最初は高いなと思ったけれど、いざ見ると景色が良くて、海や街がともきれいに見えました。地蔵さんがたぐさついて、少し怖かったけど、歴史を感じました。(B・N)

高い所まで登るとビルみたいな石があって、カッコいいなと思いました。野生の猿を初めて見たので、お弁当がもっと楽しくなりました。(K・S)

◎六年生

私は、初めて鋸山に行きました。自分のめあてである「弱音を吐かないでけがをせずに行く」ことができました。色々な体験をすることができてすごく楽しかったです。(A・H)

自分が鋸山で思い出に残ったことは、野生のさるに会えたことです。野生のさるに会えたり、コースにある自然を見学できたりしてよかったです。(I・Y)

初めて登ったけれど、みんなで励まし合いながら登ることができてよかったです。すごく体力に自信がきました。(K・R)

ハイキングの思い出の中で一番に残ったことは、仏像を見たことです。仏像の顔がみんな違って、びっくりしました。(S・K)

初めて登った鋸山は、足が疲れました。でもみんなが助けてくれてうれしかったし、幸せでした。じいんのぞきや大仏があって面白かったです。(T・R)

ぼくのめあては最後まで歩くという、めあてでした。そのめあては、達成できました。野生のサルを見たのは初めてでした。

<12月>の主な行事予定 ※避難訓練もあります。

- 3日(月) 全校朝会 安全指導日 身体計測 サッカークラブ(舎)
- 4日(火) 人形劇 人権啓発作品展始 移動図書館わかしお号 自立活動(コース走) 縄跳びクラブ(舎)
- 5日(水) ALT・SC(セカンドステップ) 来校 委員会活動
- 6日(木) マラソン教室 卓球クラブ(舎)
- 7日(金) 三校交流会 一輪車クラブ(舎)
- 8日(土) 土曜授業日 東京ベーシックドリル モチモチの木 手作りみそ
- 9日(日)
- 10日(月) 全校朝会 学級給食 クラブ活動 縄跳びクラブ(舎)
- 11日(火) 人権啓発作品展終 全校自立活動(なわとび大会)
- 12日(水) ALT 来校 房養研 4時間授業 自転車クラブ(舎)
- 13日(木) 移動図書館わかしお号 サッカークラブ(舎)
- 14日(金) 児童集会 全校自立活動(持久走大会)
- 15日(土) 誕生会(舎)
- 17日(月) 第5回研究授業(3年) 全校朝会 自転車クラブ(舎)
- 18日(火) 体重測定(空・大地・サン) 卓球クラブ(舎)
- 19日(水) 体重測定(海) ALT・SC 来校 一輪車クラブ(舎)
- 20日(木) 第54回東京都小学校連合学芸会
- 21日(金) 児童集会 大掃除
- 22日(土) 授業日 終業式 帰省日 SC 来校 親子自立活動
- ※23日(日) 天皇誕生日 24日(月) 振替休日
- 25日(火) 振替休業日 26日(水) 冬季休業日始