

《知》意欲的に学び、課題に粘り強く取り組む児童
《徳》社会のルール・学校のきまりを守り、
礼儀正しく思いやりのある児童
《体》心身ともに健康で、命を大切にす児童

せんだん

珠洲市立上戸小学校
学校だより 第699号
令和5年6月23日

かむことの力

校長 山岸 修

自分の同級生で「入れ歯にした。」という話をポツポツ聞きます。入れ歯にしたのは、むし歯が原因ではありません。原因は歯周病です。歯周病は歯茎の病気で、ていねいな歯磨きの習慣で防ぐことができます。最近、歯周病とアルツハイマー病（認知症の最も一般的な原因）が大きく関係しているということが明らかになったという記事を読みました。歯磨きは大事です。

今はなくなりましたが、10年くらい前の4年生の教科書に「かむことの力」という説明文の教材がありました。かむことがいかに体に良い影響を及ぼすかを表した説明文です。ちょうど6月頃に学習する教材で、それが学校の歯科検診の時期とうまく重なっていました。だから、国語の勉強をしながら「かむことはとても大事ですね。でもむし歯があったらうまくかめないよね。だから、むし歯があった人は早く治しましょう。」と言ったものでした。



昼休みに全校児童で遊ぶゴールデンタイム（2年生の企画による 6月8日実施）

よくかんで食べると以下の8つのいいことがあるのだそうです。

- | | |
|-----------|---------------------------|
| ひ：肥満防止 | →満腹中枢が働き、食べすぎがなくなります |
| み：味覚の発達 | →よくかんで味わうことで味覚が発達します |
| こ：言葉の発音 | →お口のまわりの筋肉が発達して発音がよくなります |
| の：脳の発達 | →かむことが脳の発達を促進します |
| は：歯の病気の予防 | →かむことにより唾液が分泌され、むし歯を予防します |
| が：ガン予防 | →唾液が発ガン物質を中和します |
| い：胃腸快調 | →消化がよくなります |
| ぜ：全力投球 | →歯をくいしばることで力を発揮できます |

これらの頭文字をとって「卑弥呼の歯がいーぜ」と覚えるのだそうです。

本校では、5月11日に今年度の「歯科検診」を行いました。全校の3分の1の児童にむし歯があるという結果でした。その後、治療がすすみ、この原稿を書いている6月中旬は全校児童のあと17%の児童が未治療という状況です。歯は大切です。学力向上やスポーツの競技力向上のためにもむし歯があった人はすぐに歯医者に行行って治しましょう。（目指せ0%！！）

体育交歓会

5月31日、珠洲市内の5年生が集まって体育交歓会が行われました。100m走と走り幅跳び、綱引きの3種目に取り組み、楽しく体を動かしました。他の学校の5年生から刺激をもらいながら、一生懸命に運動してきました。また、休憩時間には、他の学校の児童と交流する時間もあり、新しい友だちもできました。



生き物観察会

6月1日、3・4年生が上戸町の清水方面へ、第1回目の生き物観察会に出かけました。3年生は田んぼで、4年生は川で生き物を探しました。3年生は初めての田んぼで恐る恐る足を踏み入れていましたが、そのうちにたもを入れて、生き物を採る姿が見られました。4年生は川の中に入り、石の隙をたもでゆすったりしながら生き物を探っていました。「ええ？もう終わり？」という声が聞こえるほど、あっという間に時間が過ぎました。2回目の生き物観察会は9月12日に予定されています。2度の観察会で上戸に生息する生き物と触れ合い、わかったことを12月の生き物観察報告会で発表します。



施設めぐり

4年生は6月12日に施設めぐりがありました。珠洲市役所と能登町にある奥能登クリーンセンターへ見学に行きました。実際に見学することで、自分たちのくらしがたくさんの人たちに支えられ、よりよい社会をめざし、日々活動が行われていることに気づくことができました。この学びを社会や総合的な学習の時間にいかしていきます。お世話いただいた皆様ありがとうございました。



昔遊びで交流

6月16日、1・2年生の生活科で、朗生会様にご来校いただき、昔遊びを教してもらいました。おはじき、まりつき、コマ、けん玉、お手玉、竹とんぼ等、子ども達にとっては、初体験の遊びも多く、目を輝かせながら何度も挑戦していました。できた時には子ども達も朗生会の皆様も笑顔になり、温かい交流の時間になりました。朗生会の皆様、本当にありがとうございました。



北国俳壇【4月】

佳作:朝起きて あびる春の日 まぶしいな 6年 油谷 友希

保護者の方から



少しずつコロナが落ち着き、学校内外での活動が増えてきました。「今日〇〇したよ！楽しかった！」と嬉しそうに話す姿を見ると、こちらもちょうど嬉しくなります。これからも色々なことを体験し、興味を持ちながら、学校生活を楽しんでほしいです。

3年 学年委員 紺谷 彩香

7月 行事予定

| | |
|--------|------------------------------------|
| 5日(水) | 司書読み聞かせ(高) |
| 10日(月) | PTA 安全指導 |
| 11日(火) | ミニトーク集会 県民一斉防災訓練(シェイクアウトいしかわ)11:00 |
| 12日(水) | 史跡めぐり(6年) 委員会司書読み聞かせ(中) |
| 13日(木) | プールの日(午前:若山小) 児童総会・校外児童会(5限) |
| 14日(金) | SDGs学習(3~6年)北國銀行安全点検 |
| 15日(土) | 親子活動(9:00健民体育館)→海水浴場設置 |
| 17日(月) | 海の日 |
| 19日(水) | 司書読み聞かせ(低) 臨海教室 |
| 20日(木) | 1学期終業式 通知表渡し |
| 21日(金) | 海水浴開始(~31日) |

1年生

運動会

わたしのうんどうかいのめあては、しょうがいぶつりれーをがんばることでした。しょうがいぶつで、あかはんが1いになりました。よかったです。（吾郷 友梨奈）



わたしのうんどうかいのめあては、つなひきをあきらめないことでした。てがいたかったけど、さいごまでひっぱりました。きいろはんのおとなが1いになりました。

（角 珠々葉）

わたしのうんどうかいのめあては、つなひきをがんばることでした。つなひきは、きいろはんは2いだったけど、がんばったとおもいます。（三上 咲良）



ぼくのうんどうかいのめあては、あかはんのはっぴをきて、げんきにおどることでした。うんどうかいで、じょうずにおどれました。がんばりました。（角野 晴隆）

わたしのうんどうかいのめあては、かけっこで1いをとることでした。かけっこで1いになれました。あおはんのみほさんも1いでした。うれしかったです。

（柚 みつめ）

2年生

わたしがうんどうかいでがんばったことは、70m そうです。わけは、てっぽうの「バンッ。」の音でおもいきってはしれたからです。また、うんどう会のスローガンでえらばれたことがうれしかったです。

（荒木 美帆）

わたしが、うんどう会でがんばったことは、しょうがいぶつりれーです。わけは、一回おとしてしまったけど、さいごまであきらめないでできたのでやったーと思いました。（鱒 千珠子）

わたしが、うんどう会でがんばったことは、リレーです。わけは、ぜんりよくではしったり、バンッといったとき、ともだちもはやくて、とてもみんながんばったと思います。みんないいと思います。（川端 純伶）

ぼくが、うんどう会でがんばったことは、つなひきです。わけは、れんしゅうのときには全ぶまけていたけど、ほんばんにかててよかったです。足が「ざざざ。」といっていました。ぼくは、がんばりました。

（三上 寛太）

うんどう会でつなひきをがんばりました。てっぽうでならすはじまりの音がドンとなり、みんなが力いっぱいひき青はんにかち、赤はんにまけました。子どももがんばりました。パパたちもがんばってくれました。

（寺下 蓮輝）

うんどう会でがんばったことは、つなひきです。わけは、つなひきでかったからです。あとは、つなひきがはじまるまえにピストルのバンッと音が聞こえてきて、がんばろうと思ったからです。（中野 煌有司）

うんどう会でがんばったことは、70メートルそうです。タッタッタとはして2いになれてうれしかったです。それにおかあさんもばあちゃんもじいちゃんもがんばれとおうえんしてくれてうれしかったです。

（盛 初叶）

うんどう会でがんばったことは、70メートルそうです。わけは、パーンと音がしてびっくりしたけど、がんばって一位をとれたからです。つぎもぜったいかちたいです。（吉森 心）

3・4年生

100m走でわたしは2レーンを走ってひろとさんが1レーンを走りました。まけたのでくやしかったです。よさこいソーランをたおれるぐらいまでおどることができてうれしかったです。(吾郷 梨愛奈)

うん動会でがんばったことは2つあります。それは、つな引きと全校リレーです。つな引きでは黄色チームのみんなで力いっぱいつなを引きました。全校リレーでは思いっきり走りました。(紺谷 洗斗)

運動会は、3チーム対抗で戦いました。赤はんも青はんも強かったです。黄色はんのみんなでがんばったのは、つな引きです。つな引きをして青はんには勝てた時はうれしかったです。(加須屋 依里)

わたしが運動会で1番おどろいたことは、赤はんも青はんも黄色はんも120点だったということです。理由は、わたしが今までしてきた運動会でどのはんも優勝したということは初めてだったからです。(三上 逢海)

運動会で1番むずかしかった種目はお母さんと息を合わせた二人三きゃくです。運動会の順位は赤、青、黄色はんの全てのはんが1位でした。だから、みんなわらっていました。(福田 彩蓮)

運動会でおどろいたことがあります。理由は練習だとつな引きで負けていたのに本番で勝てたからです。赤はんが1位になれたのでびっくりしました。運動会は本番にならないと分からないんだなと思いました。(谷内口 優月)

5・6年生

運動会で頑張ったことは2つあります。1つ目は綱引きです。2つ目はリレーです。綱引きでは一度も勝ったことがなかったから、勝ててうれしかったです。リレーでは素早く走ることができました。最高の運動会でした。(家根 大翔)

運動会で頑張ったことは2つあります。1つ目は障害物リレーです。ピンポン玉を落とさずにゴールできました。2つ目は親子対抗リレーです。本気を出して忍者のように走ることができました。運動会の結果は、すべての班が1位でした。(徳力 海来)

ぼくは運動会では、しっかりとチームを引っ張ることができました。優勝できるかなと不安だったけど、赤班も青班も黄色班も1位でした。とても驚いたし嬉しかったです。運動会で一番楽しかったのはよさこいソーランです。鳴子を鳴らして元気よく踊ることができました。(油谷 友希)

運動会では、上戸っ子みんなが頑張ったから優勝できたと思いました。また、応援やチームワークを大切にできた運動会でした。親子対抗リレーでは、大人達に勝つことができよかったです。運動会を通して中学校へ行く自信ができました。(初鳥 凧音)

わたしは運動会で綱引きを頑張りました。練習の時は黄色班と青班に負けていたけれど、本番では力を合わせて勝つことができました。先生や赤班のみんなや、お父さんやお母さんの応援があったから、勝つことができたと思います。(谷内 菜子)