

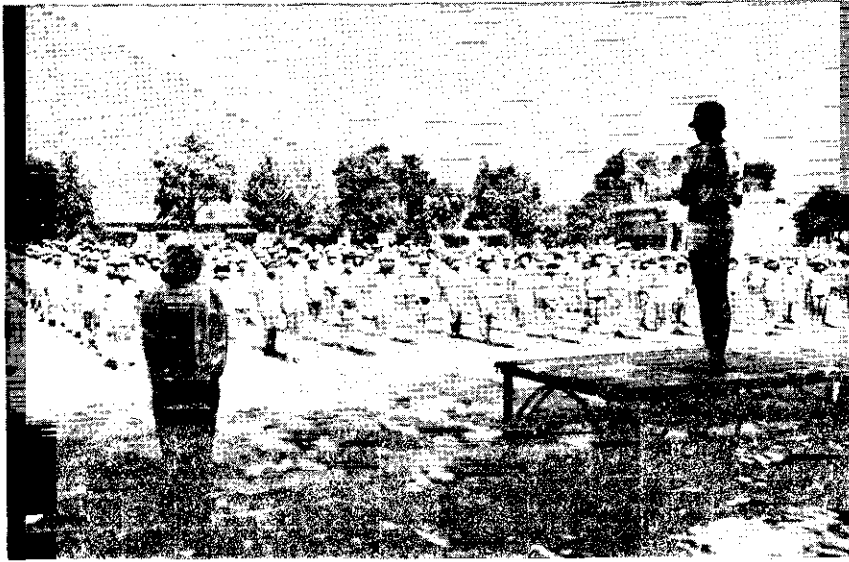
が ん ば

報 友 会 育 小 三 島
行 部 報 廣
發 報 部

〔第53号〕

創立一〇三年を祝う

三小のよい子たち



学校と家庭が一致協力して

育友会副会長 佐久間 ガクジ



会員の皆様、毎日のお仕事大変御苦労さまです。

また、おいそがしい中にも常日頃から育友会活動に対しご理解とご協力をいただき、本当にありがとうございます。

さて、今回はからずも榮ある島三小育友会の、それも坂本名副会長のあとをお引きうけすることになりましたが、なにから手をつけて良いのか見当もつきません。

そこで、これを機会に一度、育友会の原点に立ちかえってみたいと思います。

会則の第三条には、育友会の目的として「一親と教師が責任を分担し、協力して活動をおこない、子供の健全な育成をはかる」とあります。

次代をになう子供達を正しく、強く育てるためには、学校と家庭が一致協力し、それぞれの分野での役割を十分に果たしていくことが大切です。親がどれだけがんばってみ

ても先生のように教えることはできませんし、先生もまたいかに親身になっても親のようにはしつけをすることはできないと思います。

学校と家庭がお互いの立場を認識し、協力しあいながら「教育」をおこなっていくときにはじめて子供達が立派に育つのではないのでしょうか。

「子供のなにげない行動の中に自分を見た」とおっしゃるお母さんも一人や二人ではないでしょう。

「子は親の鏡」とも申します。育友会の活動の中で多くの先生方や会員の皆様方と色々な問題について話し合い、私たち親も家庭教育のプロにならねばいけないと思います。

七月末には長崎県PTA研究大会が当地島原で開催されることになっておりますが、日常の活動を反映させる良い機会だと考えます。

島三小育友会の発展のためひいては子供達の幸せのため皆様のご指導ご協力を切にお願い致します。

長崎県PTA研究大会

島原市で開かれる

会長 前山 四郎

昭和五十三年度、第十八回長崎県PTA研究大会が島原市で島原文化会館をメインにして、七月二十八日(金)・二十九日(土)の二日間にわたって開かれます。

第二小学校が事務局になり、一年間にわたって設営のため準備をし、市内の全小・中学校のP・T・Aが役員・係として研究大会の運営にあたり

ます。六月二十四日に配布された御案内にあります様に、六つの分科会におかれ、それ

ぞれの研究テーマ、研究内容に従って討論、研究されます。

第三小学校は過去においても優秀なP・T・A活動の成績をあげた学校ですが、本大会では研究提案が県下の各地域から出されます。それぞれ地域性があると思われ、日常、お子さんの教育についてお考えになっておられる事を分科会を選ばれて、共に考え、明日の教育に役立てましょう。

各会場とも、冷房完備ですぞー

表現の仕方

学校長 原口 晃

考えてみれば、世の中すべて表現で成り立っているように

です。政治も、会社経営も、学者や芸術家の表現もそれぞれの方法でなされています。

教育も例外ではありません。殊に教育は対象が機械などではなく、単なる文書事務におおらず、生物相手です。それも動物でなく人間という生物です。うっかり気をゆるめて、いいかげんな表現は禁物です。

子供の心は印象度が強いだけに、傷つけられたら、回復は困難です。

おとなは子供に対して、気安く接し過ぎる場合が多いようです。自分と同じおとなに對しては、慎重に接するのですが、子供に對しては、その心理を考えないで、おとなの感覚だけで、ものを言ったり、動作で示したりし勝ちです。むしろ、子供にこそ、おとな

は、もつと慎重に、気持ち表現すべきでしょう。どなる前に、ほっぺをたたく前に、何かやることはないものでしょうか。

教育の面で、表現を考えると、ことばづかい、顔の表情、動作などがあります。

われわれ日本人は、概して表現が直線的だと思えます。子供の行動についての原因等を考えないで、その行動のみをみて、すぐ責める癖があるようです。強く子供をひつつかみ、とげとげしい顔付で、責め言葉の爆弾を雨降らせる傾向があります。そうすることが必要の場合もあるでしょう。しかし、これをたまりまやられては、子供はたまりません。表現は技術的なものです。時と場合を考えて効果的にやるべきです。たまには、きびしさも必要ですが、やはり効果をあげるには、顔つきで相手とけ合う。

顔つきで相手とけ合う。励ましやほめ言葉で、重要感を子供にもたせる。握手などして信頼感を示す。等のやり方が考えられます。思いきって実行することです。要するに、子供に對しては、曲線的(遠回しなやり方)な表現が、かえって効果的ではないでしょうか。こんなことをこのごろつくづく感じます。皆さま、いかがでしょうか。

地区民総ぐるみで

「有害環境の浄化」を!!

「長崎県少年保護育成条例」について

ついで



本県では、昭和三十二年に「長崎県児童保護育成条例」というのが制定されており、それが、本年七月一日から、全面改正されて、「長崎県少年保護育成条例」と名称を変えて、少年を健全に保護育成するために、これを阻害する行為を防止するとともに、少年をとりまく環境を浄化していくことを目的とする条例が制定されたのです。

さらに、この目的達成のために、全ての県民が少年を保護し、善導する義務があることを明示しております。簡単に言うと、県民総ぐるみで「有害環境の浄化」にとりくんでいこうということです。

また、この条例に違反した者は、条例の最高刑の罰則(二年以下の懲役または、十万円以下の罰金)を適用します。次に条文を簡条書きに簡単に説明します。

一、少年とは、小学校入学から満十八才までの男女。
二、有害興業と指定された場所への入場禁止。
三、有害と指定された書籍・週刊誌・写真・その他の刊

行物・レコード・テープ・フィルム・ビデオ等を少年に販売したり、贈与したり、見せたり、聞かせたりしてはならない。

四、有害な広告物は、内容の変更や除去などを措置命令することが出来る。

五、有害と指定された刃物・性的刺げきを与えるがん具類を少年に売ったり貸したりしてはならない。

六、不健全に使用されるおそれのある薬品(シンナー・接着剤等)の販売等の禁止。
七、自動販売機等による販売の自主規制に協力すること。
八、有害として指定された物の自動販売機での販売禁止。
九、少年から物品の質受・古物・古鉄・金属類の買受けをしてはならない。

十、少年だけで深夜(午後十時以降)外出させない。
十一、みだらな性行為やわいせつ行為をならさない、見せたりしてはならない。

十二、少年の非行が行われる場所の提供やあつせんをしてはならない。
青少年会事務局より

「事故のない楽しい夏休みを」

生活部長 永門 重明

談会

四十日間の長い夏休み、子ども達にとっては、学校生活から家庭中心の生活になり、どうしても解放がちになるようです。そしてまた、この期間は子どもたちが非行に走りやすいときでもあります。

生活部では、この

専門部便り

期間とくに校外生活の指導に努めることを重点目標にあげております。

- 「愛の一声を」夏休みに入り、

校外生活が多くなり、解放的になってきます。街で、子どもたちばかりでいたり、自転車

時刻すぎても遊んでいるときなど、よその子、うちの子の区別なく、ちよっと一声かけてください。その一声が、事故を、非行を未然に防いでくれます。

●「生活指導の関係者との懇

夏休み期間中に開いて、こ

どもたちの校外における生活と非行の現況などについての懇談会を開いて、生活指導の周知徹底に努めます。

- 「巡回映画会の開催」

ことしも巡回映画会を開きます。

期間は八月二十一日～九月十日位を予定しております。内容等については、各町内にプリントを配布いたします。

- 「街頭巡回指導」

部員による街頭巡回指導を数回実施いたします。

- 「生活標語の掲示」

募集しております。標語もようやく優秀作品が決まりました。

一学期に一回目の配布をして、各町内に掲示いたしますので、家庭での生活の中でおおいに活用指導くださるようお願いいたします。

なお今年度は、別に各町内

に一枚(5点掲載)、永く掲示できる標語板を作成いたしますので、併せて活用ください。

△標語優秀作品V20点

- ぼくも「ハイ」わたしも「ハイ」いつでもどこでも元気な返事

三年 田中 香

- 集団登校 待つ身になって時間を守ろう

五年 横田 雅之

- さわやかに あいさつかわして 登下校

二年 まつざき ようじ

- はい いろいろ はっきりいえる 元気な子

一年 森川 記久子

- 「ごめんなさい」あとにはにっこり がんばろう

三年 吉田 幸司

- ゆうがたは はやめにかえろう 声かけて

一年 しばた やすこ

- 「おやすみなさい」を言う前に 明日のじゅんびできてます

二年 近藤 勝己

- ちよつ 行って 食べる前に手をあらおう

六年 芝田 剛

- 上級生 下級生への思いやり

四年 山下 久美

- 海や川 ゴミでよごさぬ ぼくの町

三年 御厨 宏慈

- のびのびと 明るくすなおな よい子ども

三年 林田 多聞

- みんなやめようね 人の迷惑になることだけは

二年 藤野 博

- つたいは すすんでしよう 言われる前に

三年 山中 和美

- 道路での 立ち食い 立ち飲み やめましょう

四年 松田 達也

- でかける前に ちよつとひとこと 行き先を

六年 酒井 俊治

- ゴミひろい ぼくする 君する みんなする

五年 園田 研吾

- 悪い子に ちゅういしてやる ゆうきな子

二年 まつしま こうじ

- 赤青黄 食べて健康 守って安全

五年 伊東 浩樹

- あぶないぞ／ とびだし危険 交差点

六年 浜本 孝徳

△標語板用優秀作品V5点

- 「おはよう」と えがおで きょうも 楽しく登校

五年 横田 雅之

- 親切は すすんでやろう 心から

六年 出田 佳子

- スポーツで 心もからだもきたえよう

二年 山口 ゆうこ

- 乗るな 乗せるな 自転車の二人乗り

五年 森 堅吾

- 「おはよう」は 朝の心のプレゼント

四年 田中和子



「島三小夏の甲子園大会」

正しい練習法で実力をつけよう

体育部長 片山 千代薫

スポーツの祭典 島三小校内球技大会は来る三十日(日)午前八時より霊丘公園・三小運動場において開催されます。

各町内子どもクラブとも優勝をめざして練習に力がいっていることと思えます。あまりにも熱中しすぎて子どもクラブ間でのごたごたがおきたこともありまます。お互いに、ゆずり合う気持ちをもってがんばってほしい。

指導者の皆さんも連日の練習たいへんでしょうが、子どもたちを正しく育成するため、自信もって指導してください。お互いに児童の健康管理面にも十分気をつけ、事故が起きないようにしたいものです。※球技大会練習上の注意事項 ●練習には自転車に乗っていいかない。

- 練習中は指導者がかならずつくようにする。
- 能率的な正しい練習をやり時間をむだにしない。
- 続けて二時間以上はしない。
- 夏休み中の練習は朝五時以降午後六時までの間とする。
- 練習場所は監督会議で協議決定したとおり、各練習場所毎に監督が協議し、使用時間等決定する。
- ※球技大会組分け
- ◎ソフトボール(霊丘公園)
- Aバート 新山西・浦田下
- Bバート 下川尻南・有馬
- Cバート 川尻南風泊・蛭子鼻・桃山蛭子町・津町・崩山
- Dバート 元舟津・湊新地

- 白土上・白土下・中組・下川尻
- ◎フットベースボール(三小)
- Aバート 霊南・浦田上・浦田下・下川尻南・栄町
- Bバート 新山東・白土上

- 白土下・八幡坂下・下川尻
- 南風泊、川尻、蛭子鼻
- Cバート 湊新地、元舟津、有馬舟津・蛭子町・広馬場・坂上

水のシーズンとなり、児童の事故が大変気づかれます。私達、日頃の認識不足を少しでも解消できたらと思ひ、六月四日、消防署の指導のもとに、三小体育館で一時間三十分和気あいあいの雰囲気の中にも迅速に対処せねばならないとのことで、充実した指導を受けることができました。夏休みを迎えるにあたり、プールの監視等大変だと考え

- 一、呼吸停止後は、普通五分以内、おそくとも十分以内でない、ほとんど効果が無い。
- 二、吹き込む回数 大人の場合同様………毎分十二回 十五回
- 三、吹き込む量 大人の場合同様一〇〇cc (深呼吸の半分)
- 四、溺者には、水を吐きしないで直に人工呼吸を行う。

救急時の救護について

体育 部

ます。そこで溺水者に対しての処置について、役に立つと思ひますので、呼吸吹込式(口うっし法)について、ご紹介したいと思います。

- 一、おおむねに寝かせる。
- 二、患者の意識がない場合は頭を後ろに傾ける。
- 三、患者の呼吸がない場合には、空気を口の中に吹き込み、肺をふくらませる。
- 四、片手で鼻をつまんで、空

息もれを防ぎ、口の中に息を吹き込む。

「注意事項」

- 一、呼吸停止後は、普通五分以内、おそくとも十分以内でない、ほとんど効果が無い。
- 二、吹き込む回数 大人の場合同様………毎分十二回 十五回
- 三、吹き込む量 大人の場合同様一〇〇cc (深呼吸の半分)
- 四、溺者には、水を吐きしないで直に人工呼吸を行う。

※これは応急救護のことであり、ただちに医師等に連絡をとること。

学級懇談会に思う

二年 殿村 宣子

「PTAとは、どんなことなのだろうか。」代議員二年目の私にとって、余り、深く考えることもなく、何度か口にしたことばでした。

学級育友会より

六月、今年度、初めての懇談会が始まりました。今年には先生から「教師が余り話すと話が固くなるから、皆さんで話しを進めてほしい」ということで、初めての進行役(司会)を務めるはめになりました。今までは、代議員であっても、先生まかせで出席するだけでしたので、どのように進めたらいいのか、戸惑うばかりでした。会が始まったとは言え、代議員でありながら、お母さん方の顔とお名前が一致せず、三十名の〇印のついた出席簿を見ながらの、「〇〇さん、どうでしょうか。」というスタートでした。私自身固くなっているため、皆さん

も固くなられたのでしようか、うまく話しの輪が広がらず、せっかく、お忙しい中に出席して下さったのにと、唯、申し訳けない気持ちでいっぱいでした。次の会には休もうかなど、後で身勝手な気持ちにもおそれましたが、代議員をお引き受けした以上、やはり、もっと頑張ってみなければと思ってお話しています。

「PTAとは？」 父母と先生が、子どもを通して結びつき、子どもをより以上、伸ばしていくものだと、お聞きしました。そして、代議員とは、そのパイプ、つなぎ役なのだと思分なりに考えています。一学期も早や終ろうとしています。学級PTAのお役に立ちたいと改めて念じています。学級PTAのよさは、自分の子どもの状況をあからさまに出し合いながら、同時に悩み、願いを出し合い、知らせ合いしながら、何か一つでも解決していく場であるのではないかと思分ります。親として、子どもたちの学習・生活の成長を育むため、父母と先生方が、お互いに知らない親同志が、なごやかに、そして、今度も来てよかつたねと話し合える懇談会になるように思っています。

授業参観 学級懇談会調査より

三年四組

- ① 授業参観で一番関心があつたこと
- ② 子どもが学校でどのようになっているか見えたかった。
- ③ 自分の子は落ち着きがないので、四十五分の時間が長いように感じた。
- ④ 発表する時の声が小さい。
- ⑤ 先生に対する言葉づかいが悪い。
- ⑥ 手をあげる時「ハイ」の声が出ない(小さい)
- ⑦ 三年生になり、みな真剣にまじめに聞いているのでびっくりした。リラックスしながらもちやんと聞いている。
- ⑧ 静かに話を聞けるようになった。
- ⑨ そばで見ていて姿勢・発表・聞く力、どれをとってもはらはらすることばかりで勉強になつた。
- ⑩ のびのびした授業でよかつた。



- ⑩ 先生の指導にユーモアもあり、別に言うことなし。
- ⑪ 学級懇談会についての要望
- ⑫ 出席率を上げたい。
- ⑬ 一つずつ議題を決めて、いろいろの家庭の意見を聞くようにしたら、みんなが一言ずつ発言できていると思う。
- ⑭ 出席者全員が一言でも発言するようにもっていかねばどうか。順番にでも。
- ⑮ 身近な事を取り上げて、もう少し活発に、具体的に話し合える場にした。
- ⑯ しつけ、自宅での学習について、その他テーマ

授業参観に思う

五年生 内田 洋子

真に現在は教育過熱時代と言われ、どの家庭でも教育問題は真剣に考えられていると思います。俗に教育ママの狂気じみた話題にはことかきません。そんな中であつて、行われます授業参観・懇談会の出席率は百パーセントを期待してもおかしくないでしょう。所が残念ながら、何時も半数にも満たないにはおどろきます。教育者とさわがれておりますが、それはなんでしようか。ただ進学のための点数教育の傾向が強い様で淋しく感じます。

自分の子供はいい子であつて欲しいと願うのはどの親も同じ共通の願いだと思ひます。そのためには、親自身いい親

を定めて懇談会を進めてみたらどうか。

⑥ 話し合いは多くしたいが、終了の時間が気になる。

⑦ 漢字テストは現在のままで続けてもらいたい。

⑧ 給食のメニュー等はわかっているが、味などがわからないので、試食会をしてみたい。

でなければいけないのではないてしようか。寝や情操面は小さい事の一つ一つの積み重ねが大切だと信じます。

「育友会に行つても行かんでもうちの子は同じたい」と言う言葉を良く耳にしますけど、私には大変良い勉強に成つております。そこでは子供の学習態度、教室の雰囲気も分りますので子供が家に帰つてから学校の事を良く話してくれらるのを二方的でなく対話しながら聞いてやれる事が出来た。

昨年は長女がM先生のクラスでした。先生は子供の学校生活「友達関係・掃除の様子・学力問題」等、私達が一番知りたい事を一人一人良く観察され話して下さいました。私は子供の性格は良く知つていりつてもりでしたが、先生の話を聞いて子供の長所・短所を新に発見出来、それを私なりに理解して接しております。

子供を育てる上にはとまどいが多く自信がありません。同じ年の子供を持つお父さんお母さんが多く集まつて、子供の幸せのため、話し合いが出来る育友会でありたいと期待して参加しております。

新山東

横のつながりがとれている

津町育友会

山下利秋

今年度町内代議員に選ばれ、その責務を果たすことができるか、今だに自信がありません。三ヶ月が過ぎましたが、気持ちだけが先走り、行動が伴わないもどかしさを感じます。

五月十八日第一回目の町内育友会を開催しました。年間行事計画と会計予算を討議しましたところ、会員二十九名の内二、三人だけが欠席でにぎやかな会合でした。会員の方々が、多数出席して下さいました。六月十一日に廃品回収を致しましたところ、あいにくの雨でしたが、ずぶ濡れになって最後まで協力して下さいました。会員の方々は、本当に頭が下りました。雨で紙類が回収出来ず、紙類だけは次回の日曜日にもと思っていたところ「家に

いるものだけで集めよう」という事になりました。翌十二日まで迷惑をかけてしまいました。雨の日と二日続けての廃品回収は、今までになかった事だけに、会員の方々には気の毒でしたが、三万余円集まり育友会費をうるおしてくれることでしょう。

間もなく夏休みに入ります。町内行事としましては、ラジオ体操と八月六日に温水

実によくとれている事に気付きました。これは今始まったことではなく、永年の間にちかわれたもので従来の役員の方、諸先輩の方々のたゆまぬ努力の結果であると心から御礼申し上げ度いと存じます。私もその様な中で色々な助言を頂いたり、指導を受けながら、自分なりに精一杯頑張りたいと存じます。

町内育友会紹介

プール貸切り(午前中)日帰り旅行は、昨年と同様ひのくにランドと決定しています。人出が多い夏休み中よりは、少し涼しくなつてからの方が

良いだろうという事で、九月の第三日曜日になり、親子共々楽しみな行事のひとつです。三ヶ月間で、私が感じることは、日常生活の中で親子の対話等から察しますと、地区としての横のつながりが、

「日常に思う」

新山西町 高原寿一

此の度、町内育友会の活動について投稿の依頼がありました。したが、とりたてて発表する様な事もしておりませんので、日頃思っている事でも書いてみたいと思います。

育友会活動は、年内行事計

画に基づいて行われるものですが、体育的行事(球技大会、ラジオ体操等)が中心で、文的(工作、植物採集等)なもの、社会的(七夕祭り、道路清掃等)なものがおそろかになり、又自然とのふれ合いが少ない事は、育成者として大いに反省すべきでしょう。

私達の子供の頃は、自然界が遊び場で、思う存分野山を駆けめぐり、野いちごやしいの実を採ったり、竹トンボやタコ等を親や上級生から習って作り、海や川では泳いだり網で小魚をすくったりして、よく遊んだものです。

現代の子供達は遊ぶ場所も限定され(自然の破壊、文明の利器?)の発達、豊富な物資の中で)テレビやマンガ、プラモデル等、既成化された玩具での遊びを余儀なくさせられている様で可愛想に思いますが、又その様な状況をつくり出している現代社会にも問題があります。それにしても電器製品の満ちあふれた現代、何も鉛筆をナイフで削る必要

はないかもしれません。たまには小刀でエンピツを削らせてみては如何でしょうか。

—親が子供に手を取ってエンピツの削り方を教える—。

取るに足りない小さなことですが、ともすると親子の断絶などと言われ勝ちな昨今、親子の会話がここでも一つ生れそうに思うのですが、……

とにかく、もっと自然を大切に、自然と親しみ、自然の中から学び、親子のふれ合いを深め、子供の成長を見守りたいものです。

最後に

私のモットー

礼儀正しく 健康で
良く遊び 良く遊べ!!



「ニューフェイスです よろしく」 — 新しい先生ご紹介 —

三小 赴任して

前田浩一

五月一日、背広姿も凛凛しく、胸にはあふれんばかりの夢と希望を抱いて私は三小への記念すべき第一歩を踏み出したのであった。三小へ着いてみて最初に私が感じたのは、堂々たる校舎の風情とそのふるめかしさであった。そして、校長室へ入って、そのふるめかしさにも合点がいったのである。そこには変色して黄色くなくなったような、初代からの校長各氏の写真が「頑張れよ」とばかりに、ズラリと私を見おろしているのである。聞けば創立いらい百年余にもなるという。これには恐れ入ってしまった。そして、ちょっと力を入れて歩けばミンミンいそうなる木の廊下もいっぺんで好きになってしまったのである。生徒たちにしても、はち切れんばかりの元気さではしゃぎ回っていて気持ちがいくらいいであるが、反面、ちよつと騒ぎすぎるなという気

もしないではない。それとも一つ気付いたのが、あいさつの習慣があまりないのかなというところである。私の方から「おはようございます」と言っても、首をこっくり曲げてくれれば良い方で、中には走って逃げて行ってしまふ者もいて苦笑いさせられてしまうことがしばしばである。この点はこれからあきらめずに頑張ろうと思う。

最後に自己紹介を。
今年大学を卒業した二十二才の青年男子で身心ともに健康すぎるくらい健康で、毎日頑張つて、体育館・運動場・プールと飛び回っております。どうぞよろしくおねがいします。

信頼される 教師になりたい

松本志保子

西有家に生まれ、西有家に育ち、西有家小学校、西有家中学校、島原高等学校を経て、東京の明星大学教育学科を卒業。昭和三十年三月十八日生れ。私は、五人きょうだいの末

っ子で、長男は慶応義塾大学経済学部を卒業して会社勤務（一児の父）、長女は日本体育大学を卒業し（二児の母）、次女は国際経済大学を卒業して（二児の母）、三女は東京の英文科を卒業して（一児の母）、それぞれ結婚して、別居している。現在、両親と家族三人暮らしである。

教育者の両親をもつたせいから、小さい時より、教師になつたことを夢見て、教師になつると同時に、やりがいのある職業であるということを感じて思っています。

四年生を受けもち、少々、わんぱくさを感じながらも、素直な子どもたちが、かわいくてしょうのないこのごろです。次に、趣味といえば、レコード鑑賞、お料理を作ること。

スポーツは卓球
今、すべてに、意欲をもちやしています。そして、子ども達のためにも、自身自身のためにも、しっかりと研究し、勉強して、信頼される教師になりたいと思っております。
どうぞ、よろしくお願ひします。



暑さが**びしくなればなるほど、人は水が恋しいもの。**海へ、プールへと、ひとときのさわやかさを求めて飛び出していきたくなるものです。でも、水に対する、ちよつとした油断が、思わぬ事故を招くことも、新聞紙上等で、身近かに御存知のことでしょう。

楽しく 安全な水泳を

三小 体育 部

楽しく泳ぐためには、**安全**に泳ぐように気をつけていかねばならないことは言うまでもありません。三小のプールも夏休み中、(日曜、お盆、雨天時を除いて)開放し、多くの子ども達に、楽しく、そして、自分の体力づくりに役立つすずめています。プールの「きまり」は別のプリントでお知らせいたしますので、御家庭でも、ぜひ目を通して下さり、子どもたちを、水の事故から守ってやってほしいと思います。

本年度のプール使用について、次の点を特に、御注意、御指導下さればと思います。

(1) 持ち物に記名を

毎年、忘れ物がダンボール箱に二箱。二学期、陳列しても誰も取りに来ません。子ども自身、見覚えがないのでしよう。「物を大切にすること」も、口先だけではなく、どうすることが「大切にすること」なのか教えてほしいものです。

(2) 泳法の練習もしてほしい
夏休み初めは、一度に三〇〇名近くの子どもが泳いで、まるで、芋の子を洗うようです。でも、日がたてば、二〇三〇名の日も。今年、七コースある内、一コースだけ、コースロープを張るようになりました。遊ぶだけで約二時間を終わるのではなく、五分でも十分でも「練習」し、自分の泳力をつけてほしいと思ひます。コースロープ内では、必ず縦泳ぎをし、ロープに下がったりしないように指導していきましよう。

最後に、育友会の皆様の監視に對し、御協力に感謝申し上げます。子どもたちが、楽しく、安全に泳ぐよう、御指導頂ければと思ひます。

肥満児をなくそう

校 医 石 本 雅 徳

三小の校医を引受けて約十年になります。最近新入生の身体検査、或は児童の定期検診で目だつのは、児童の体格が一昔前と比べ著しくよくなつた事です。それと共に一見して、これは肥満児と分る児童が一クラスに必ず二、三人はいる事です。これは全国的な傾向で、都会ほどその傾向が強いと言われます。これは自由にかかまわる空地のない都会の、しかも裕福な子供を大事にしすぎる過保護家庭に多いようです。そしてこれらの肥満児は健康上にも、体力的にも、心理的にも種々の問題をかかえています。

肥満児では体を動かす事がおつくりになり、運動がうまく出来にくくなります。精神健康度の検査では正常児と肥満児では差が認められます。肥満児では自分の体に対する劣等感があり、クラス、友人などの集団への参加がスムーズに出来ません。その結果行動が消極的、不安定になるわ

けです。これらの精神的、性格的な傾向も関連して、肥満児では一般に学校の成績もやや下り気味な子供があるといわれています。又この様な肥満児には頭痛や鼻出血をししばおこす事があり、精検査すと血圧が高かったり、血中コレステロールが高かったりする事もあります。

肥満の原因には子供の生活環境、特に遊び場がない事、遊びの時間が少ない事、それに加えて栄養のとりすぎが関与しているものと思われま

菓子類等)が大きな原因となります。そこで肥満にならないためには炭水化物を出来るだけ少くし、その代り充分な蛋白質と栄養の質をおとさない程度の脂肪をとり、野菜・果物等を適当にとる事が大切であります。それに加えて、可能な限り戸外運動をすすめて、スポーツに興味をもたせる様にします。しかし肥っている人はすぐ空腹感を覚えるので、空腹感をまぎらわす工夫も大切です。運動をすすめるにも、運動が苦手の子供が多いので、効果が中々上りません。肥っ

ている事が有利な運動から始め、積極的に体を動かす様にもつていく事が肝要です。運動により消費カロリーを大きくするには運動をなるべく長時間続ける事が必要です。又肥満児教室というような、同じような肥満児の集まったグループで、運動や栄養の指導を受けるのもよい方法です。そこでは彼らは劣等感も余り感ぜず、集団生活になれてきます。肥満児は親が真剣になつて、出来るだけ早期に治療する事が大切だと思います。やせるための薬には、食欲を減

退させるもの、体内の代謝を亢進させるもの、エネルギー代謝の効率を鈍化させるもの等がありますが、副作用が強いので素人は使用しない方がよいと思います。その他肥満の治療には精神療法があり、肥満の有害性の説明と注意を与える事も大切です。又暗示療法や催眠術を行い効果を挙げる場合もあります。

最後に肥満の判定方法について申し上げますと、ローレル指数によるもの、平均体重によるもの、皮下脂肪の測定、比重測定、全水分量、細胞外液測定による方法と種々ありますが、体重が自分の身長から百を引いた値を越せば肥満と考えてよいと思ひます。

昭和53年度注意を要する肥満児の実態 島三小

学 年	肥りすぎ(ローレル指数 160以上)	肥っている(ローレル指数 160~145)
1	2	1
2	3	2
3	4	4
4	5	4
5	2	6
6	3	7
全 校	19人	24人

ローレル指数とは
$$\frac{W \times 107}{L^3}$$

$$\left\{ \begin{array}{l} L = \text{身長} \\ W = \text{体重} \end{array} \right.$$

編集

後記



時々雨足を早める窓の外。汗を拭きながら、部員一同編集を終りました。今号より町内での育友会活動を年間を通して教町内と上げます。「我が町内も紹介したい」との御希望でもあれば、ぜひ広報部まで。