



けやき

明郷小学校だより

2023年11月1日

学校の教育目標 みとめあい まなびあい たくましく活動する 明郷の子

～ 進んでつながる子 進んで話し合い発表する子 進んでやりぬく子 ～



北舎東側のコスモス

★外遊びの大切さ 視力にも影響

学校保健委員会では、昨年度も今年度も子どもたちの近視の増加が心配だという話が出ました。タブレットが1人1台貸与されるようになり、学習で使用する時間が増えていることや、家で学習やゲーム、動画の視聴などにより何らかの機器を使用している子が多く、視力への影響は懸念されることです。時間を制限することで、少しでも影響を軽減しようとしているご家庭もあるかと思いますが、約束をしてもなかなか守れないという話も耳にします。

ご存知の方もあるとは思いますが、外遊びは、成長期の子どもたちにとって太陽の下で身体を動かすことで基礎体力をつけたり生活リズムを整えたりするだけでなく、五感を働かせることで脳を活性化させたり複数人で遊ぶことでルールを守ることやコミュニケーションの力をつけることにつながったりもします。また、それだけではなく、さらに近視への軽減になるという、以下のような記事を見付けました。

子どもの近視 増加傾向 「外遊び」に予防効果

中日新聞の記事から内容を抜粋・要約して記載

裸眼視力が1.0未満の子どもの割合は、1979年の調査開始以来、一貫して増加傾向。

2021年度の調査では、小学校で36.87%、中学校60.66%、高校70.81%、小1で約4人に1人、小3で約3人に1人、小6では約半数に上る。30年前の1991年度は小学校21.68%、中学校43.67%、高校57.54%だったという。

筑波大医学部医療系の平岡孝浩准教授（眼科学）は、「近視には遺伝の要素もあるが、世界的に近視が爆発的に増えていることから、今は環境要因が圧倒的に大きいと考えられる」と説明し、スマートフォンなどを見る時間の増加と外遊びの時間の減少を理由に挙げている。「近視を放置すると強度近視になり、将来的に緑内障や網膜剥離、近視性黄斑症などを発症するリスクが高くなる、と注意を促している。「近視の進行をできるだけ抑えるため、屋外活動を増やし、近くばかりを見ない生活に変えるといった環境要因の整備が非常に大切」と訴える。

また、慶応大医学部眼科学教室の四倉絵里沙特任講師らの調査では、外遊び時間が増えると近視の傾向が改善されるという結果が出ている。「バイオレットライト（太陽光に豊富に含まれている光）が効いている。日なただけでなく日陰でも光が十分目に入るので、木陰で過ごすのも効果がある」と話す。台湾では、政策として「1日2時間以上の屋外活動」を推進しているとのことで、「日本でも政策として屋外活動の導入を進め、教育の場で浸透させるのが理想。体育のほか、社会科や理科にできるだけ屋外活動を取り入れるなど、自治体や学校単位でできることもある、と指摘する。

本校でも、20分休みは外遊びをするよう推奨していますが、子どもによっては、外遊びをすることが苦手な子もいるため、なかなか難しいと感じています。ぜひ、進んで外遊びができるよう声をかけていただくとよいかと思えます。

★各学年で校外学習

・6年生 大仏見学

10/2 (月)

総合的な学習の時間の学習で、明郷や岐阜市の伝統や文化について学習しています。その一環として、岐阜市正法寺の大仏を見学しました。11月には修学旅行があり、奈良の大仏を見学します。その違いなどを考えるとともに、すぐ近くにある岐阜市の文化を考えるよい機会となったと思います。



・4年生 美濃和紙の里会館 10/4 (水)

社会科で、岐阜県の特徴ある地域の学習をしています。美濃和紙がどのように作られていくのかを学習し、実際に見て学ぶことを目的に出かけました。

・1年生 長良公園 10/25 (水)

生活科の学習として、秋の自然の様子に気付くことや公共の施設や乗り物を利用することを目的として出かけました。公園にあるどんぐりを袋いっぱい集め、愛情いっぱいのお弁当を食べ、本当に楽しかったようです。



・2年生 明郷の町探検 (本郷) 10/25 (水)

生活科では、身近な町のことを知る学習をしています。今回は本郷地区で、「すいもん」や「万年堂」「マルマン」などをグループごとに分かれて見学し、お店の人にインタビューをして、地域の人の思いを聞きました。11月には明徳地区に行く予定です。



* 11月の学校行事 *

月	火	水	木	金	土	日
		1 クラブ	2 めあて	3 文化の日 いじめを見逃さない日	4	5
6 生徒指導訪問	7 いじめを見逃さない日	8 修学旅行 給食試食会 校外学習3年	9 学級 修学旅行 あいさつ運動	10 あいさつ運動 研究授業5年	11	12
13 校外学習2年	14 読み聞かせ	15 委員会	16 なかよし 吃音の会	17 防災教育5年 DIG	18	19 土曜授業 親子清掃 けやき祭り
20	21 校外研修	22 クラブ	23 勤労感謝の日	24	25	26
27 市教委訪問	28 児童集会 ひびきあい週間	29 委員会 教育公開 学校運営協議会	30 なかよし	12/1	3年生、クイズラリーの ブース、合唱の発表あり	