



大田区立大森第一中学校 学校だより 令和2年度 第2号

しおかせ

令和2年4月23日発行 松岡弘悟

緊急事態宣言が発令されて東京都から外出の自粛要請のある中でしたが、先週、教科書の配付とともに、学習課題等を配付しました。ご協力ありがとうございました。

全国で感染者が増えて、東京都の感染者数も減少する様子が見られない状況ですが、初めて校舎の中に入った1年生が、校長室の前を通ったときに、あいさつをしてくれる生徒もあり、通り過ぎる際の元気な様子を感じられたことを嬉しく思っています。

さて、家にいる機会が多くなっていますが、お子さんは家庭での役割がありますか？掃除や洗濯、皿洗い等々、家庭内で役割を担えることが多くあると思います。是非、家事の一部を分担して、役割を果たす経験を積んでほしいものです。できれば、この臨時休業の期間に留まらず、継続的に取り組めることが望んでいます。

また、外出自粛のために、子どもたちは屋外で運動する機会が減っていることと思います。人との接触が避けられる状況下においての散歩やジョギングなどの運動は、制限されているものではありません。ストレスの解消にも効果があることです。時間や場所を決めて、可能な限り空の下で体を動かす機会を設けてください。数年前の東京都体力・運動能力、生活・運動習慣等調査における質問紙調査の分析では、家族で運動する機会が多くある子どもほど、運動が得意あるいは運動が好きと回答し、体力合計点が高くなっているという結果があります。この機会をきっかけに家族で30分程度の早起き散歩など、いかがでしょう。