



## 「あたりまえ」のありがたさ

副校長 平山 尚彦

二十四節気の大寒を迎え、厳しい寒さが続いています。先日は東京で4年ぶりの大雪となりました。昼頃から雪が降り始めると、子どもたちの期待に胸を膨らませる声があちこちから聞こえ、翌日は校庭一面の銀世界で子どもたちは非日常を思い切り楽しむことができました。

一方、大人は子どもたちの通学や交通機関の遅れなど、心配事の方が先立っていました。私も電車の遅れで帰宅に普段の倍近い時間がかかり、翌日も1時間早く起き、普段は自転車通っている駅までの2キロの道のりを歩きました。一駅ごとに数分ずつ止まる電車に少々の苛立ちを覚え、朝早起きしなくてはならないことに気の重さを感じた一晩でした。しかしながら、朝の駅までの道のりは、雪道に備えて履いた登山靴のおかげで滑ることもなく思いのほか快適で、反対に楽しささえ感じました。

いつも通りに立ち行かないことがあると、ついやり場のない苛立ちや、当事者を責めたくくなるような感情が起きてしまいます。しかし、日常の秒単位の精度で保たれている電車の定時運行をはじめ、私たちの日常生活は、見方を変えると実はものすごいことで成り立っていることに気付きます。普段あたりまえのこととして気に留めていないことが、実はとてもありがたいことで、それは多くの方々の努力や思いによって支え

られている…そう考えると、心持ちも幾分穏やかになります。

本校は、昨年のお二人のファーストレディのご訪問をはじめ、ここ数週間をとっても、薬物乱用防止教室、昆布教室、わかめ教室など、外部講師の方に授業をしていただいたり、地域のスポーツ新聞社での体験学習、区議会議場を見学させていただいたり、通常の授業では体験できないさまざまな学習の機会に恵まれています。これほど多くの機会に恵まれている学校はそう多くはありません。京橋築地小であたりまえのように思われていることは、実はあたりまえではなく、とてもありがたいことだと考えています。

反面、子どもたちを見ていると、何かをしていただくことがあたりまえになり、感謝の気持ちの感じられない言動を目にすることが少なくありません。恵まれた環境にあって、ありがたさを本当に実感するのは大人になってからかもしれませんが、子どもたちにはことあるごとにこのことを伝え続けていかなければと感じています。

2月に入りました。大寒の次は立春、暦の上では春を迎えます。健康で安全に、一日一日の学校生活が充実したものになるよう、子どもたちとともに進んでまいります。

## 2月の行事予定

1日(木) 体育集会	16日(金) 高学年から低学年への読み聞かせ会
2日(金) 委員会	17日(土) 土曜学校公開日
5日(月) 全校朝会 クラブ見学(3年生)	19日(月) 全校朝会 クラブ
6日(火) 囲碁教室(3・4年生)	20日(火) 縦割り班遊び 囲碁教室(3・4年生)
7日(水) 学校保健委員会(5年生以外は4時間授業) (5年生は6時間授業)	21日(水) 保護者による読み聞かせ会 体育集会 縄跳び指導(1~4年生)
8日(木) 避難訓練 詩の集会 民具体験(3年生)	22日(木) 図書集会
9日(金) ゲーム集会	新1年生保護者会(1・2年生4時間授業)
12日(月) 建国記念の日振替休日	23日(金) 短縮6時間授業
13日(火) 全校朝会 読書週間(2/23まで) 持久走大会事前健診	26日(月) 全校朝会 卒業遠足(6年生) 保幼小交流会(1.5年生) 6時間授業(4・5年生)
14日(水) 持久走大会 安全指導	28日(水) 6時間授業(4~6年生)
15日(木) 体育集会	



# がんばるぞ！ 持久走大会（5年生）



私には、持久走大会で頑張りたいことが2つあります。1つめは自分のペースで走ることです。他の人のペースで走ったら持久力がつかないと思ったからです。2つめは優勝することです。運動会の時に、3位ですごく悔しかったからです。優勝を目指して頑張りたいです。

○○ ○○

私が持久走に向けて頑張りたいことは2つあります。1つめは練習になるべく参加することです。練習をたくさんして、前よりもっと良い結果にしたいです。2つめは全力を出すことです。私は走るのが苦手だけど、体力を持続することには自信があるので、がんばります。

○○ ○○

ぼくは、持久走大会で名前を呼ばれていますが、1位は1回もとったことがないので、2月の本番の日は1位になってトロフィーをとりたいです。6年生は速いけれどそれに勝ちたいです。そのために、毎日練習に行き、いっぱい食べてスタミナをつけ、本番に挑みます。

○○ ○○○

私が持久走で頑張りたいことは2つあります。1つめは同じリズムで走ることです。去年、私は最後でペースが落ちてしまったからです。2つめは、自分の全力をこえられるように、練習に積極的に取り組むことです。学年の目標で「積極的に挑戦する」というめあてがあります。どんなことでも、挑戦していきたいです。

○○ ○○

ぼくは4年生の時に持久走で1位をとりました。けれど、今の6年生と一緒に走ったときは、5位入賞でした。今年は、今の6年生と走れる最後の機会なので、前の5位入賞の時より速く走り、絶対王者の○○君を抜かし、1位でゴールしたいです。その為に一生懸命に練習します。

○○ ○○

私は持久走大会で15位以内に入りたいです。なぜなら、運動会の1100m走では、15位だったからです。練習の時は自分のペースを大切に走り、本番では練習のようにペースを守りながら走りたいです。

○○ ○○

ぼくの今年の目標は、持久走大会で去年より順位を上げることです。「持久走カード」を全て塗るくらい、練習を頑張りたいです。そして、安全に怪我をせずに楽しく完走を目指します。

○○ ○○

私は、持久走大会で、練習した成果を全て出したいです。そのためにも、自分のペースで最後まで走りきることを意識していきたいです。本番では一生懸命走り、自己ベストタイムを更新できるよう、目標にしたいと思います。あと2回しかない持久走大会を、いい思い出になるよう、全力を尽くします。

○○ ○○○

私は運動会の1100mで4位でした。3位に入れなくて、とても悔しかったのを覚えています。だから、今年の持久走大会では、3位以内に入りたいです。練習をしっかりと取り組み、自分のペースを大切に精一杯走ります。

○○ ○○

私が今年の持久走大会での目標は、8位以内に入ることです。運動会の1100mでの悔しさをバネにして、いい記録を残したいです。練習では体力をいっぱいつけて、スピードを上げて走りたいです。本番では6位以内を目指し、頑張ります。

○○ ○○

## 持久走大会に向けて

小林 雅

本校の重点目標のひとつである「持久走」は、各学年で年間目標を設定し、各学期の持久走週間や体育の時間を中心に取り組んでいます。

今年度は1月25日（木）の全校集会で、外部の講師を招き、持久走について指導していただきました。その中で持久力を向上させるために効果的な「インターバルトレーニング」についてお話がありました。これは、長い距離を一度に走るのではなく、短い距離の全力疾走と休憩を繰り返すというトレーニング方法です。つまり、長距離走のように長い時間心拍数を上昇させているよりも、短距離走を繰り返すことで心拍数の上昇を何度も繰り返す方が、より効率的に心肺を鍛えられるということです。さっそく、多くの学年が体育の授業に取り入れていました。

持久走大会は、2月14日の水曜日に行われます。大会の運営にあたっては、毎年PTAの皆様による歩道の安全管理や、児童への大きな声援をいただき、ありがたく思っております。保護者・地域の方に支えられた持久走大会を通して、どの児童も目標に向かって努力し、何事にも粘り強く取り組む心を育ていけるように、教職員一同も全力で支援していきます。

