



扇小だより

考える子 思いやりのある子 強い子

令和5年度 第23号

10月10日 児童数783名
入間市立扇小学校

扇っ子市内体育祭大活躍！

学校長 村越 新

10月5日、一日順延になった入間市小学校体育祭北ブロック大会が東町小学校にて行われました。

開会式、私は来賓席で子供たちの様子を見ました。明らかに他の学校よりも、**表情が硬い**のが扇小でした。**緊張**しているのです。それだけ、この大会に**かける思い**があったのでしょうか。また、5年生の中には、初めて他の学校のグラウンドに立つ子も多かったのでしょうか。そんな子供たちが、数時間後には**快進撃**を見せてくれることになるとは、この時は思いませんでした。

暑さのために、練習も計画通りにできませんでした。インフルエンザ感染防止のために、学年全体で集合することも減りました。そんな中で、扇小の子供たちは**精一杯**の力を発揮してくれました。

入賞者に渡される賞状も70枚を越えました。以下が入賞(8位以内)の数です。



学校対抗リレー 女子 1位

男子400mリレー5年 2位

男子400mリレー6年 2位

女子400mリレー5年 1位

女子400mリレー6年 1位

5年女子ハードル走 3人

5年男子100m走 2人

5年女子100m走 3人

5年男子走り幅跳び 5人

5年女子走り幅跳び 4人

5年男子ボール投げ 2人

6年男子ハードル走 4人

6年女子ハードル走 6人

6年男子100m走 1人

6年女子100m走 5人

6年男子走り幅跳び 3人

6年女子走り幅跳び 3人

6年男子ボール投げ 2人

6年女子ボール投げ 4人

6年男子走り高跳び 2人

6年女子走り高跳び 3人

綱引き56年混合 優勝



応援もとても盛り上がりました。その中心にいたのは5年生です。先輩、友達を盛り上げようと大きな声を出し続けていました。

競技が始まったばかりの時には、他校の応援に押されっぱなしでしたが、緊張のほぐれとともに、応援の熱も他校に負けないものになっていきました。

この盛り上がりを、運動会にもつなげたいです。

出場選手に思いが届く！

市内体育祭に先だって、出場選手を励ます会を行いました。選手を励ますエールを送ってくれた、その中心は4年生です。朝の会等に各教室に行って応援指導をしたり、暑い中でも休み時間練習をしている姿を全校が知っていました。だからこそ、3年生以下の子もついてきてくれたのでしょう。

そして、この励ます会の熱いエールは、大会が順延され冷めることなく燃え続けたようです。5、6年生の大活躍の裏には、扇っ子のがんばりがあったことをお伝えしておきます。



運動の効果

『スマホ脳』で有名なアンデシュ・ハンセン氏は、『運動脳』（サンマーク出版2022.9）で次のようなことを述べています。

- ・週に2回以上の運動をしている人は、ストレスや不安とほぼ無縁である
- ・ドーパミンの量を増やすには、ウォーキングよりもランニングの方が適している
- ・運動は副作用が一切ない薬だ。少しだけ気持ちが滅入っている人でも、深い苦悩をかかえている人でも、たいていは運動をすれば晴れやかな気分になれるのである。
- ・走ることが、莫大な開発費用をかけ、飛ぶように売れている抗うつ剤と同じ効き目がある。しかも、抗うつ剤よりも効き目が長い。これは科学の実験が立証した事実。
- ・運動は、発散的思考や収束的思考に役立つばかりでなく、地道に努力するための気力を養うことにも役立つ

運動が中止される季節は去りました。子供たちには、元気いっぱい体を動かして、脳も鍛えてもらいたいところです。