



東綾瀬小だより

7月号
令和4年6月30日

足立区立東綾瀬小学校 <http://www.adachi.ed.jp/adahia/> 校長 木村 浩昌

UITEMATE(浮いて待て)

校長 木村浩昌

7月に入り、蒸し暑い毎日が続いております。学校では、6月20日(月)にプール開き朝会が行われ、久しぶりに学年合同での水泳指導が始まりました。子供たちも楽しみにしている学習であるとともに、不安な気持ちもあり我々教員もより一層安全に配慮して授業を進めていく必要があります。気を引き締めて指導に臨みます。

前号で「八丈島」の話をしました。海に囲まれている島の子たちは、さぞ水泳が上手なのかと思うとけしてそうではありません。島には、いわゆる「スイミングスクール」のようなものではありません。だから「平泳ぎ」や「クロール」といった競泳型の泳ぎは、少々苦手な傾向にあります。その代わり、長く浮く、潜るという能力に長けている傾向が見られます。長く浮くことは命を守る水泳能力と言えるかもしれません。

八丈島の小学校に勤務していた時、知り合いに漁師の方がいました。その方がよく話されていたのが「海に落ちたら浮いて待て」ということでした。堤防から落ちた、がけから落ちた、船が転覆した…。そんな時、慌てて岸や船に戻ろうとすると、波の抵抗でなかなか元に戻れずパニックになる…。そんな事例が実際に多いそうです。だから落ちた時は、とにかく慌てないで「浮いて待て」…浮いて待っていれば、潮が巡り巡って岸に流れ着く可能性も高いそうです。



その後、この「浮いて待て」は、水難学会会長である斎藤秀俊・長岡技術科学大学教授が、2000年に命を守る方法の一つとして提唱されていることが分かりました。



「ういてまて」とは、その言葉通り、身体を水面上に浮かせて、救助されるのを待つというものです。人間の体は、息を吸っていると体の98%が水中に沈み、2%が水の上に出ると言われています。つまり仰向けのいわゆる「背浮き」の状態になれば、水面上に出る2%の部分に鼻や口が含まれるため、呼吸が続けられます。これが「ういてまて」ための基本姿勢です。

- ① 大きく息を吸い、肺に空気を溜める。
- ② あごは呼吸しやすいように上げて、上を見るようにする。
- ③ 手は水面より下にし、ペットボトルやカバンなどがあれば、胸に抱える。(なければ手は大の字に広げ、背筋は曲げずに伸ばす。)

軽い靴には浮力があるので、靴は履いたままでよいです。また着用している衣服にも、脇の下などに空気があり、浮力を助けることもあるので、脱がないでよいです。むやみに声を出さずに背浮きの体勢になって長時間呼吸を確保し、待つこと＝「ういてまて」を行うのが有効な対処法といえるでしょう。

東日本大震災の際、宮城県の小学校では津波に押し流された子供や教員が「ういてまて」を実践して助かったケースがあります。また、この方法を津波の被害の多いフィリピンやタイなどアジア諸国に紹介したところ注目を集め、「UITEMATE」という日本語のまま、広まっているそうです。

全教職員で安全には十分配慮しつつ、7月そして夏の水泳指導を進めてまいります。今月もどうぞよろしくお願いいたします。

7・8月の予定

月	火	水	木	金	土	日
				7/1 委員会 かえる読書月間終	2 土曜授業 避難訓練 (引き渡し)	3
4 タブレット朝会	5	6 4時間授業 校内研究授業 (1-2・6-1)	7	8 着衣泳(5・6年) クラブ	9	10
11 全校朝会 国際交流 (5年)	12 日光保護者 説明会 (6年)	13 4時間授業 安全指導	14	15 5時間授業 着衣泳(予備日)	16	17
18 海の日	19	20 A時程 4時間授業 夏休み前朝会 給食なし	21 夏季休業日始 個人面談① 夏季水泳① (1・3・5年) サマースクール 前①	22 個人面談② 夏季水泳② (2・4・6年) サマースクール 前②	23	24
25 個人面談③ 夏季水泳③ (1・3・4・5・6年) サマースクール 前③	26 個人面談④ 夏季水泳④ (1・3・5年) サマースクール 前④	27 夏季水泳⑤ (2・4・6年) サマースクール 前⑤	28 夏季水泳⑥ (2・3・5・6年) サマースクール 後①	29 夏季水泳⑦ (1・3・5年) サマースクール 後②	30	31
8/1 夏季水泳⑧ (2・4・6年) サマースクール 後③	2 夏季水泳⑨ (1・3・5年) サマースクール 後④	3 夏季水泳⑩ (2・4・6年) サマースクール 後⑤	4	5	6	7
8/22	23	24 あだち小学生 夏休み学習教室 ①	25 あだち小学生 夏休み学習教室 ②	26 あだち小学生 夏休み学習教室 ③	27	28
29 あだち小学生 夏休み学習教室 ④	30 あだち小学生 夏休み学習教室 ⑤	31 夏季休業日終	9/1 夏休み明け朝会 5時間授業 給食あり	2 委員会	3	4
5 計測始	6 定着度テスト (国) 水道キャラバン (4年)	7 定着度テスト (算)	8	9 4時間授業 安全指導 校内研究授業 (2-2・6-2)	10 土曜授業	11

※夏季水泳のⓈはとびうおタイムです。(該当児童が参加します。)

※サマースクール、あだち小学生夏休み学習教室は該当児童が参加します。

※新型コロナウイルス感染拡大の状況により、予定が変更となることがあります。ご了承願います。

生活指導部より

生活指導主任 山本 貴子

今月の目標は「自分の体を大切にし、健康で安全な生活をしましょう」です。気温も上がり、本格的な夏を迎える季節となりました。暑さからくる熱中症や脱水症状などにならないよう、体調管理をしっかり行ってください。身体や身の回りの清潔に気を付け、手拭き用のハンカチとは別に汗ふきタオルの用意をお願いいたします。

登校時刻を守りましょう。早く登校しすぎず、下記の時刻に学校へ着くようにしましょう。
登校時刻 8:10~8:20

そだち指導から

そだち指導担当

足立区では、学力向上支援策として、小学校に「そだち」指導員を配置しています。この事業は、学習のつまずきに着目し、児童の特性や学び方の違いに留意して、必要な支援と適切な指導を提供することで、可能な限り小学校の早い時期からのつまずきをなくし、基礎学力の定着を保障しようというものです。本校でも、3年・4年生児童を対象に、国語や算数の学習指導を週1回(45分間)行っています。原則として授業時間にそだち教室において個別指導を行います。学級担任とそだち指導員が連絡をとりながら、計画的に進めています。

コミュニケーションの教室「くすのき」より

くすのき担当

コミュニケーション教室「くすのき」では、心身の発達などの課題に応じた指導を行うことで、よりよい人間関係の形成、学級集団に自信を持って参加できる基礎的な能力を育成し、安定した学校生活を送れるようにすることを目標としています。そのために、一人一人の課題に応じた指導目標を立てています。お子さんが自分の「得意」「苦手」を知り、「得意」を伸ばし「苦手」を改善できるよう支援しています。普段の学習の中の、決められた曜日・時間に、校内の「くすのき」の教室で学習します。お子さんの状況に応じて、個別指導や小集団指導の学習形態をとりながら指導をしています。

就学相談をお考えの方は担任またはくすのき担当までご相談ください。



七色フレンズ班活動

特別活動部

6月13日(月)には七色フレンズ班の顔合わせ、6月23日(木)には第1回七色フレンズ班遊びがありました。全校児童が集まって七色フレンズ班活動をすることはとても久しぶりでしたが、6年生を中心に楽しんで活動することができました。異学年交流を通して、上学年への憧れをもったり、下学年に優しく接したりする心が育っていけばと思います。今後も月に1回程度、七色フレンズ班遊びを行い、交流を深めていきます。



体力テスト 一斉計測日 6月14日(火)

体力向上委員会



令和4年度体力テストを行いました。6月14日(火)の一斉計測日には、「ソフトボール投げ」「立ち幅跳び」「長座体前屈」の3種目を計測しました。

他の種目の計測も体育の授業で行いましたので、結果をもとに、日常の体育の授業を通じて、子供たちの体力向上に向けての取り組みを充実させていきます。