



西川小学校だより

第7号
R6.9.1
校長 林 敏幸

元気いっぱい2学期がスタート！

長かった夏休みも終わり、一回り大きくなった子どもたちの元気な姿が学校にもどってきました。今年はオリンピックイヤーで、夏休み中はアスリートの熱い戦いが繰り広げられていました。西川小の子どもたちも、オリンピックのように、好きなこと、得意なことを見つけて、夢中になって取り組む2学期にしていきたいと思います。2学期は83日と長く、子どもたちが輝く場面がたくさんあります。地域の中での学習も、1学期から更に発展して行われます。2学期も西川小学校の子どもたちをどうぞよろしくお願いいたします。

夏休み中も総合的な学習に取り組む5年生

自分たちで決めた目標を達成するために、できることを一生懸命考えました。

水泳記録会で、保護者に野菜の予約を取りました。

秋の野菜を植えています！

夏休み中ですが、都合のよい人が集まって活動しました。

ご予約の野菜が収穫できました！

お金はボックスにお願いします。

西川小無人販売所

夏休みの活動を最後までやり通しました。これからこの活動がどのように実を結んでいくのか、またお伝えします。



最後まであきらめずに泳いだよ ～水泳記録会～

7月22日(月)、1学期の水泳学習のまとめとして、水泳記録会が行われました。今年は1～3年生の下学年の部と4～6年生の上学年の部に分けて実施しました。惜しくも新記録は出ませんでしたが、それぞれが自己ベストめざして力泳しました。暑い中たくさんの方に応援していただき、ありがとうございました。

また、夏休みのプール開放は、7月26日から8月2日まで、5日間実施しました。監視のご協力をいただいた5年生の保護者の皆様、お忙しい中ありがとうございました。



こんなに大きくなりました～1年生ひまわりの種植え～



7月23日(火)、1年生が地域の方のご指導で、学校前の交差点にある花壇にひまわりの種を植えました。夏休み中にぐんぐん大きくなり、まもなく花も咲くでしょう。1年生は小学校に入学して5か月がたちました。みなさんに見守られながら、このひまわりのように健やかに成長しています。

体ストレッチワンポイントアドバイス 8

★椅子に座って簡単ストレッチ！胸から脚の付け根までのダイナミックストレッチ！
ゆっくりした呼吸に合わせながら、腕の上げ下げを10回程度繰り返しましょう！

皆さんの未来の健康は、「今」の積み重ねで大きく変わります。健康でたくましい体をつくる第一歩は、自分の体を自分が大切にすることです。食後の歯磨きと同じ様に、体にも目を向け、常日頃からケアをする意識を持ちましょう。自分で自分の体にできることの1つにストレッチ（体を伸ばす運動）があります。ストレッチで体をととのえ、元気に楽しく毎日を過ごしていきましょう！

椅子にお尻半分で横向きに座り、片足の膝をできるだけ、後ろに引きます。



 の部分を意識して伸ばしましょう！

胸・お腹・脚の付け根などの伸びを感じましょう！

山形済生病院 健康増進センターめぐみ
健康運動指導士 伊藤 貢