



## 耐震補強・大規模改修工事が行われます

3月11日に東日本大震災がおこり、大きな被害が出たことは記憶に新しいところですが、そういった災害に備えるために今年度耐震補強工事が行われることとなりました。あわせて本校は昭和53年に鉄筋3階建て校舎となりましたが、33年が経過し、いたる所が老朽化してきていますので、大規模改修をしていただくこととなりました。工事のおよその内容は以下のとおりです。

### 【耐震工事】

- 鉄骨ブレース（時々見かける鉄骨のバテン印のようなもの）4か所
- 耐震スリット（柱と壁の間にスリットを入れ、ゆれを吸収するもの）20か所
- 屋上押さえコンクリート撤去（屋上のコンクリートを薄くして軽くし、コンクリートよりも軽い屋根をつけます）

### 【大規模改修工事】

- トイレ改修（臭いもしなくなります。中に入ると自動で電灯がつきます。）
- バリアフリー（車椅子でも3階まで行けるようになります。トイレもバリアフリーです。）
- 照明設備の更新（教室は500ルクス以上になります。）
- インターホン・監視カメラ（録画式）の設置（より安全になります。）
- 太陽光発電システム導入（電灯150本分くらいの発電施設です。）
- 給排水設備の更新



6月に入札をし、それから工事日程の調整が行われるとのことですので、まだ詳しいことはわかりませんが、わかり次第お知らせしていきたいと思っております。

\* PTAの皆様には引越し等でお世話になりますが、よろしくお願い致します。

## 健康診断終わる



健康診断が終わりましたので、結果をお知らせします。心身が健康であるということはすべての基本です。心身が健康であればこそ勉強や運動にも集中して取り組めます。また、健やかな心も育ちやすい状態になります。そういった意味で、心身の健康管理には力を入れていきたいと考えています。

	1年		2年		3年		4年		5年		6年	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
身長 (美東小) (全国平均)	117.8 116.7	117.0 115.8	123.8 122.5	120.2 121.7	130.8 128.2	126.7 127.4	134.9 133.5	131.5 133.5	137.4 138.8	138.9 140.2	142.1 145.0	147.5 146.8
体重 (美東小) (全国平均)	22.4 21.4	21.1 21.0	25.0 24.0	23.3 23.5	27.7 27.2	28.4 26.5	30.8 30.5	30.1 30.0	32.6 34.1	32.1 34.1	34.2 38.4	40.8 39.0
座高	65.3	64.5	68.1	66.6	70.9	69.2	73.0	71.3	74.1	75.3	75.8	80.2
視力(0.9以下)	2	4	3	6	3	0	3	5	2	2	5	10
むし歯 (保有者数) (治療者数)	9 5	14 12	12 10	8 3	15 7	8 5	12 8	20 8	6 5	15 10	14 9	12 3
ローレル指数160以上	1	1	1	1	0	2	0	1	2	0	1	2

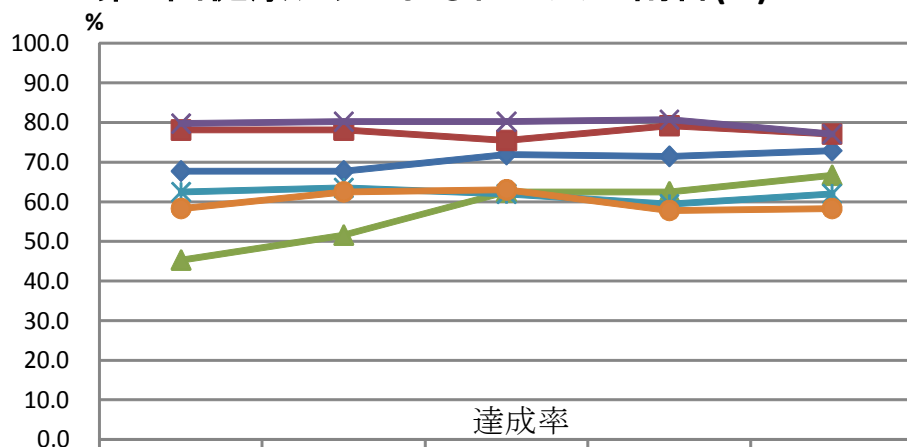
\* ほぼ全国平均並みに成長していることがわかりますが、「女子に視力の悪い児童が多い」、「むし歯等を治療していない児童が多い」ことが少し気になります。ゲームやテレビの見過ぎに注意するとともに、むし歯のある児童は早急に歯医者さんへ行ってください。むし歯はほっておいては決して良くなりません。また、ピンクの福祉医療券を使えば無料で治療できます。後は連れていくだけです。

## 健康アップ・チャレンジノーメディア週間について

心身の健康とともに生活態度がどのようなかが、学力や運動の向上、豊かな心の育成にとってとても重要な要素となります。下校後、一日5時間以上テレビを見たりゲームをしたりしている児童が約1割いることが市教委の調査でわかっています。このような状態で「勉強ができるようにさせたい」、「運動ができるようにさせたい」、「やさしい子どもに育ててほしい」といっても実現は難しいと思います。そこで、本校では、毎月第2週目を「健康アップ・チャレンジノーメディア週間」として規則正しい生活ができるようきっかけづくりをしています。

1回目の「健康アップ・チャレンジノーメディア週間」の結果がまとまりましたので、お知らせします。結果を見るとまだまだ改善の余地がありそうです。ご家庭でもこの結果を参考にわが子の生活の仕方を振り返ってみてください。

第1回健康アップまもれた人の割合(%)



### 【健康アップについて】

- ①決めた時刻に起きられた。
- ②朝食をきちんと食べた。
- ③給食を残さず食べた。
- ④夕食をきちんと食べた。
- ⑤学年×15分の勉強をした。
- ⑥決めた時刻に寝た。

\* 決めた時刻に起きられた児童が約7割

\* 朝食をきちんと食べた児童が約8割

\* 給食を残さず食べた児童が約6割

\* 夕食をきちんと食べた児童が約8割

\* 学年×15分の勉強をした児童が約6割

\* 決めた時刻に寝た児童が約6割でした。次回はさらに「健康アップ」することを期待しています。

### 【チャレンジノーメディアについて】

「テレビは1日1時間まで」というように、メディアとの付き合い方のコースを選んで実施するものです。選ばれたコースで多かったのは、

1位 ぞう（食事の時は家族そろってノーメディア）

2位 コアラ（メディア1日1時間まで）

3位 うさぎ（メディア1日30分まで）

でした。また、次のような感想が多く寄せられました。

○ 難しかったけれど、家族との会話が増えて良かった。

○ 生活にメリハリができた。

○ 家族との会話が増え、楽しかったことや悩みも話すことができた。



\* 人間の脳には、前頭前野と呼ばれ「物事を判断する」、「うれしい、悲しいなどの感情を作り出す」など、人間が人間としていられることをつかさどる部分があります。テレビやゲームをしているときは、この前頭前野がほとんど働いていないことがわかっています。つまり、長時間テレビを見ることやゲームをすることは、前頭前野の働きを悪くしているのです。このため本校では、チャレンジノーメディアに積極的に取り組んでいます。

※ 各学年の日常の学校生活についてはWebページ「美九里東小学校」で毎日紹介していますので、そちらをご覧ください。