



丸子中央小だより

夢は羽ばたく

令和8年度 第28号

令和8年7月3日

上田市立丸子中央小学校

姿勢講習会(1, 2年)



6月26日(金)、1, 2年生を対象に、姿勢講習会を行いました。当日は、整形外科より講師の先生をお招きし、正しい姿勢づくりについて教えていただきました。講習会では、正しい姿勢の大切さや、よい姿勢を保つためのポイントについて分かりやすく説明していただきました。また、姿勢づくりに役立つストレッチも実際に体を動かしながら体験し、子どもたちは

楽しみながら取り組んでいました。

子どもたちは、自分の姿勢を意識しながら話を聞き、「これからも気を付けたい」「正しい姿勢で授業を受けたい」といった声も聞かれました。

体みがき集会(1日)

全校が体育館に参集して、体みがき体操をしました。今回は、「グリコ体操」「アーチェリー体操」「プランク」です。お子さまに教えてもらって、ぜひお家でも試してみましょう。ご家族の皆様もどうぞ。



七夕の飾りつけをしました(1年) ~短冊に願いを込めて~

1年生が七夕飾りを作りました。竹は、本校の庁務員が西内小学校近くから切ってきました。短冊には、家族の健康を願うものや、自分ができるようになりたいこと等、様々な願い事が書かれていました。

- ・かぞくみんながけんこうでくらすえますように
- ・ばすけがうまくなりますように

お子さまは何を願いますか？



メディアコントロールの達人になろう！

～メディアコントロールができる児童の育成～

メディア・SNS依存度をチェックしてみよう

まずは、自分とメディア・SNSのつきあい方を振り返ります。下の9つの項目のうち、あてはまると思うものにチェック☑をしましょう。（天栄村教育委員会・天栄村立幼保小中学校長会作成「目指せ！メディアコントロールの達人」より）

- テレビを見始めると、時間を気にせず見てしまう
- 朝、起きるとすぐにスマホやタブレット、ゲーム機を使ってしまう
- 夜、布団の中でもスマホやタブレット、ゲーム機を使ってしまう
- 家ではいつもテレビがついていて、なんとなく見てしまう
- ゲームや動画の続きがいつも気になる
- ゲームや動画視聴を始めるとやめられない
- ゲームや動画に夢中になって、寝る時間が遅くなっている
- メールやLINEなどの返事が常に気になっている
- メールやLINEで友達との関係を悪くしたことがある

チェックの数はいくつですか？自分のタイプを《 》に書きましょう

◎チェック0～1個・・・《Aタイプ》

メディア・SNSと上手につきあえています！

△チェック2～6個・・・《Bタイプ》

メディア・SNSとのつきあい方が少し気になります

×チェック7～9個・・・《Cタイプ》

あなたの生活はかなりメディア・SNSに支配されています

私は《 》タイプ

Aタイプだった人は、これからもメディア・SNSを上手に活用するための方法を、BとCタイプだった人は、メディア・SNSとのつきあい方を改善して上手に使うための目標とルールを考えていきましょう。目指せメディアコントロールの達人!!

心温まるすてきなお話

7月1日（水）午前中に、次のような電話が地域の方からありました。

今朝、ゴミ捨てに行こうと思い、杖をつきながら歩いていたら、5年生か6年生の男の子が「持ちます」と言って、ゴミ置き場までゴミを運んでくれました。丸子修学館高校バス停前のゴミ置き場です。名前を聞こうと思ったけれど、私の声が小さく届かなかったのか、そのまま行ってしまいました。とても素敵なお子さんがあると感激しましたので、電話させていただきました。

とても心温まる内容でしたので、担任の先生にお願いをして、各学級で紹介してもらいました。どんどん思いやりの輪が広がってくれることを願っています。