広報

はちおうじの教育

7.15
2016（平成28年）
No.87

～あふれる元気　かがやく心　仲間とともに　はばたけ未来へ～

夏も元気に

～スポーツに親しもう～

スポーツに親しむことは、体力の向上だけではなく、精神面の成長やコミュニケーション能力など、多くのことを身に付けることができる機会でもあります。

夏休みも暑さに負けず体を動かし、元気に過ごしましょう。

ひとりで悩まないで！

保護者の皆さん
総合教育相談　☎664-6949

小・中学生の皆さん
こども電話相談　☎664-3665

毎週月曜日～金曜日（祝・休日を除く）
午前８時３０分～午後５時

24時間受付

東京都いじめ相談ホットライン
☎0120-53-8288

全国統一ダイヤル
24時間子供SOSダイヤル　☎0120-0-78310（なやみ言おう）

メロディーが聞こえたら子どもたちの見守りにご協力を

子どもたちの下校を見守るきっかけづくりとして、松任谷由実さんの「守ってあげたい」を午後2時に防災行政無線で放送しています。（※7月22日～ 8月29日を除く）

平成29年 八王子 100th

百年の彩りを 次の100年の輝きへ

はちおうじっ子の
夏休み

スポーツや運動をもっと楽しもう！

スポーツは自ら活動を行う「するスポーツ」だけではなく、試合を観戦するといった「観るスポーツ」、ボランティアとして大会や選手にかかわる「支えるスポーツ」という視点からも親しみ、楽しむことができます。夏休みも体を動かしたり、スポーツを観戦したりして、スポーツや運動をもっと楽しんでみましょう。問い合わせは学校教育政策課（☎620・7403、FAX627・8811）へ。

基礎的な力を向上させよう

現代の社会は、生活の利便性が向上している一方で、体を動かす機会が減少し、全国的に子どもたちの体力・運動能力が低下傾向にあります。子どもたちの体力・運動能力を向上させるためには、日常的にスポーツや運動に親しむ意欲を育むことが大切です。

緑が丘小学校では「ミドリンピック」と称した体力向上のための取り組みを実施。休み時間にスポンジボール投げやじゃんけんジャンプなど、楽しみながら体を動かす工夫がされた運動遊びを行っています。運動遊びを通して、自分の体を自在に操れる感覚を自然に養い、体力・運動能力を向上させています。

▲誰よりも遠くへ（緑が丘小学校で）

また市では、就学前から小学生までの子どもを対象に、段階を踏んで基礎的な体力・運動能力を自然に身に付けられる体力向上プログラム「ヘキサスロン」を開催。子どもたちの体力にあわせたさまざまな運動遊びメニューと、走る、投げるといった6種類の運動能力測定を交互に行います。測定結果を通して、運動遊びによって自然に体力が身に付いたことを実感することができ、子どもたちのスポーツや運動への意欲を高めることにつなげています。

夏休みも暑さに負けずに、日常的にスポーツや運動などで体を動かし、楽しみながら体力・運動能力を向上させましょう。

▲遊びのような感覚で（ヘキサスロンの会場で）

観て学ぼう

スポーツは観る人に夢や感動を与える力があります。また、観ることを通して、スポーツの歴史、大会を取り巻く環境など、多くのことを学ぶきっかけにもなります。

松が谷中学校では、1964年に開催された東京オリンピック・パラリンピックで、本市が会場となった自転車競技について調べ学習を実施しました。競技のことだけではなく、当時の社会情勢や本市と似た環境の国などについても学習。国際社会や伝統文化への理解を深めました。

今夏に開催されるリオデジャネイロオリンピック・パラリンピックには、本市にゆかりのある選手も出場する予定です。図書館などを利用して、興味をもった競技や選手、国などについて学んだり、選手を応援したりして、スポーツを楽しんでみましょう。

▲調べ学習の成果を発表して（松が谷中学校で）

大会や選手を支えよう

スポーツ大会の成功や選手が最大限の力を発揮できる環境づくりのために、ボランティアの力は不可欠です。本市のスポーツ活動も多くのボランティアに支えられています。

上柚木小学校では、近隣にある上柚木公園陸上競技場のフィールドの補修作業を体験する授業を実施。芝が生え揃ったフィールドで活躍する選手の姿を思い描きながら、苗を一つひとつ丁寧に補植しました。

また、市内をコースとして毎年開催している全関東八王子夢街道駅伝競走大会にも多くのボランティアが参加。沿道での交通整理や選手に飲料水を配布するなど、さまざまな活動で大会や選手を支えています。

ボランティア活動を通してスポーツにかかわり、多くの観客や選手と一緒に、興奮や感動を味わってみてはいかがでしょうか。

▲競技しやすい環境づくりのために（上柚木公園陸上競技場で）

Interview

都立南多摩中等教育学校2年生（陸上競技部所属）
齋藤（さいとう） 圭太（けいた）さん

自分の力が選手の力に

全関東八王子夢街道駅伝競走大会にボランティアとして参加し、選手への飲料水の配布や記念品の袋詰め作業などを行いました。選手として出場できず、悔しい思いもあったけど、裏方を経験して、大会がたくさんの人に支えられているんだと、初めて気が付きました。そのおかげで、選手が最大限の力を発揮できる環境づくりに、自分の力が役立っているんだと実感できて、とてもやりがいを感じました。

ほかにも、部活の大会に出場したときには、大会を支えてくださっている方たちへの感謝の気持ちを込めて、自主的に会場の清掃活動を行っています。

熱中症にご注意を

気温と湿度が高くなると、体内の水分や塩分のバランスが崩れ、熱中症を起こしやすくなります。普段から規則正しい生活を送り、体を健康に保ちましょう。また、運動などをするときは、下表の熱中症予防運動指針を参考に、安全に活動をしましょう。

熱中症予防運動指針　「熱中症を予防しよう（日本スポーツ振興センター）」より

乾球温度（℃）	
35℃	運動は原則中止
31℃	激しい運動は中止
28℃	積極的に休息を
24℃	積極的に水分補給を
	適宜水分補給を

※湿度が高ければ、1ランク厳しい条件となります。

夏休みにチャレンジ!～投げるコツをつかもう～

「マシュマロボール」を使って、基本的な投げ方を身に付けよう。※左投げの場合は、左右が逆になります

マシュマロボールのつくり方

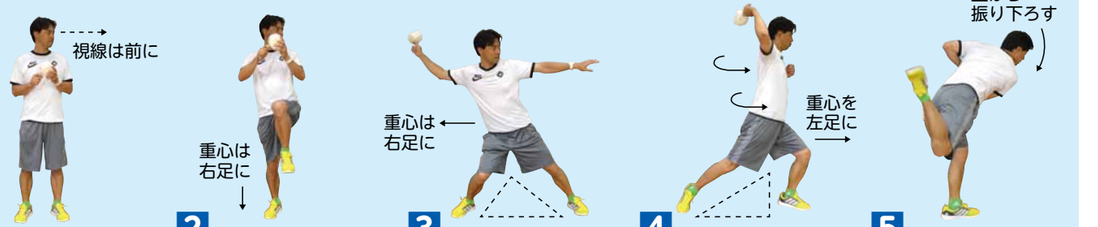
厚手のビニール袋に、緩衝材を入れる。新聞紙を丸めたものでもよい。

持ち手部分を残して、輪ゴムでしっかりと留める。

30か所程度小さな穴をあける。穴の大きさを変えると、飛ぶ距離や落下スピードを調節できる。

第五小学校指導教諭（体育）
八木（やぎ） 覚（さとる）先生

投げ方ワンポイントアドバイス



1 目標に対して半身で構える

2 左足を上げて、重心は右足に置く

3 両腕・両足を前後に大きく広げ、重心は右足に

4 重心を左足へ移しながら、腰→肩の順で回転させる

5 右腕を上から大きく振り下ろすようにボールを投げる

夏休みを楽しく安全に

家庭や地域で見守りを

夏休みは、自然体験やボランティア活動、部活動など、さまざまな体験や交流を通して、子どもたちの豊かな人間性を育むよい機会です。豊かな自然環境の中で過ごしたり、地域の文化的行事などに積極的に参加してみましょう。なお、この時季の活動や大勢の人が集まる場所では蚊など、虫を媒介とした感染症に注意が必要です。外出するときは、虫よけ剤を使用したり、できるだけ肌の露出を控えた服装を心がけましょう。

子どもたちが楽しく安全に夏休みを過ごすためには、家庭や地域での見守りが不可欠です。「見守りのポイント」を参考に、家庭や地域で子どもたちへの声かけや指導をお願いします。

見守りのポイント

▼子どもだけで外出する時は、外出の目的や行き先、経路、同行者、帰宅時間などの確認を。

▼子どもたちが危険な場所に近づこうとするようすを見かけたら声かけを。

▼携帯電話やスマートフォンの使用について「使用時間は夜8時まで」など、家庭でのルール決めを。

▼不審者や不審車両を発見したり、子どもたちが犯罪に巻き込まれそうなようすを見かけたときは、すぐに110番通報を。

問い合わせ　指導課（☎620・7405、FAX627・8811）へ

教育委員会の動き

5回の会議を開催

教育委員会定例会は、教育委員会が所掌する事務についての基本方針や重要施策について、教育長と教育委員が合議により意思決定を行う場です。平成28年4月からこれまで定例会を5回開催しました。主な内容をお知らせします。

【議　案】

○八王子市生涯学習審議会委員の委嘱について

【報告事項】

○学校運営協議会の運営状況について

○富士森公園野球場の愛称について

定例会は、公開しています。傍聴をご希望される方は、当日、直接会場にお越しください。また、定例会の内容や開催日程や会場など、詳しくは市のホームページをご覧ください。

今後の定例会開催日程（予定）

日　時	会　場
7月20日（水）午前9時～	八王子市役所本庁舎
8月3日（水）午前9時～	
8月24日（水）午前9時～	
9月21日（水）午前9時～	

問い合わせ　教育総務課（☎620・7323、FAX627・8811）へ

就学時の支援

就学援助「入学準備金」を入学前の3月支給へ

市では、経済的な理由で学用品などの購入費用にお困りのご家庭に、その費用を援助しています。平成29年4月に小・中学校へ入学するお子さんがいるご家庭を対象に、これまで入学後に支給していた新入学学用品費等を「入学準備金」として入学前の3月に支給します。申請方法など、詳しくは市のホームページをご覧ください。

就学援助「入学準備金」支給までの流れ

7月下旬	案内	学校選択希望票とご案内を同封し、各家庭へ送付します。
9月中旬～1月上旬	申請	すでに就学援助を受給している方は申請の必要はありません。
3月上旬	支給	認定審査のうえ支給を決定します。

問い合わせ　教育支援課（☎620・7326、FAX627・8813）へ

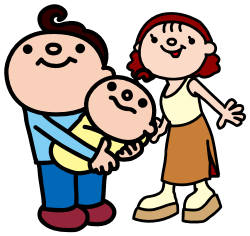
家族で一緒に取り組もう

八王子市家庭教育8か条

命の大切さを伝えよう

夏休みにはお盆など、家族や親せきで集まる機会が多くあります。家族の歴史やこれまで自分がどのように育ってきたのかなどについて、家族や親せきで一緒に話し合い、人と人の絆や命の大切さについて考える機会をつくりましょう。

また、家庭教育の重要なポイントについてまとめた「八王子市家庭教育8か条」を家族で一緒に取り組んでみましょう。内容など、詳しくは市のホームページをご覧ください。



問い合わせ　生涯学習政策課（☎620・7333、FAX626・8554）へ

市立小・中学校の状況

平成28年5月1日現在

① 小学校数70校
児童数28,160名
（前年同月比－4名）

② 中学校数38校
生徒数13,505名
（前年同月比－201名）

八王子市教育委員会学校教育部学校教育政策課
☎042・620・7403　FAX042・627・8811
http://www.city.hachioji.tokyo.jp/　http://mobile.city.hachioji.tokyo.jp/（モバイル版）

次号（88号）は平成28年10月15日に発行する予定です。