

えいなん

弥富市立栄南小学校
学校通信 No. 66
令和6年2月22日



1・2年生学校裁量の時間 MAHARO出前授業

2月20日（火）にMAHARO接骨院の柔道整復師の方4名にお越しいただき、体が柔らかくなるためのストレッチの方法を教えてくださいました。

柔道整復師のお仕事として、脱臼や骨折のテーピングをしたり、術後のリハビリを行ったりするそうです。最近の子どもたちは姿勢を崩して座っている子が多いので、よい姿勢を保ってほしいと言っていました。

耳・肩・股関節・ひざ・くるぶしが横から見てもまっすぐになっている状態が理想です。よい姿勢で過ごすことはケガの予防につながります。よい姿勢を保つためにそれぞれの関節を柔らかくするストレッチを行いました。

ときどき、教室や体育でもやれるといいです。



4人の講師の皆さん



ゴールデンラインを意識



どれだけ柔らかいか確認



呼吸は3吸って・7で吐く



肩甲骨のストレッチ



腿の後ろのストレッチ



腿の前のストレッチ



おしりのストレッチ

2年生「おでんパーティー」



2年生の花壇で育てていた大根が大きくなりました。この大根を使っておでんを作りました。ピーラーで皮をむき、包丁で切りました。「おいしい」と言ってお代わりもしました。



第3回学校評議員会

2月9日（金）に今年度最後の学校評議員会を行いました。学校評価の説明の後、なわとび集会の「スマイルチャレンジ」を参観していただきました。最後に大谷グローブを見ていただきました。

