



第136号 令和8年2月6日 発行

## 「優しい誘いが健康維持につながる」

瀬戸市立水野中学校長 松岡 辰也

朝、昇降口前であいさつを交わしていると、「校長先生、今日の昼放課は遊べますか?」「一緒に遊びましょう!」と、今年度はA組の生徒たちから優しい誘いを受けます。こうした何気ない朝の会話は、私の1日の大きな活力となっています。

いざ昼放課になると、「校長先生!」と元気よく駆け寄ってくる生徒たちの姿があります。サッカーや鬼ごっこ、キャッチボールなど、誘いは多種多様です。私の体は一つしかありませんので、嬉しい悲鳴をあげながらも、できる限り生徒たちの輪に加わるようにしています。

出張で不在にした翌朝に「昨日は出張だったのですか?」と残念そうに話しかけてくれる生徒もいます。冬の厳しい寒さも、生徒たちには関係ありません。給食後であっても、全力で運動場を走り回ります。私自身も息を切らしながら、何とか食らいついて一緒に遊ぶ日々ですが、そのおかげで1日の歩数が一万歩を超える日も増え、生徒たちの優しい誘いが、健康維持を支えています。

コロナ禍以降、外遊びをする生徒たちも増え、生徒の運動量は徐々に回復傾向にあると感覚的には思っていました。しかし、先日、今年度の体力テストの結果(比較対象は中学2年生)が公表されましたが、愛知県の順位は全国的に見て、下位に位置しています。

本校の結果を分析すると、以下の傾向が見えてきました。

全国平均以上もしくは同等 男子: 反復横跳び(敏捷性)

女子: 反復横跳び(敏捷性)、立ち幅跳び(瞬発力)

県平均と同等 男子: 50m 走(スピード)、立ち幅跳び(瞬発力)

ハンドボール投げ、20m シャトルラン(全身持久力)

女子: 50m 走(スピード)、ハンドボール投げ、20m シャトルラン(全身持久力)

男子・女子ともに、握力と上体起こし(筋力)は、県・全国と比較しても下回った結果となっており、「筋力」の弱さが顕著であります。

また、運動や生活習慣に関するアンケート調査では、1週間の総運動時間は、男子は前年度よりも増加傾向にあるものの、女子は減少しています。部活動時間の短縮が進む中、空いた時間が体力の維持・向上ではなく、スマホやゲームの時間に充てられている現状(全国平均よりも長時間)も浮き彫りとなりました。

運動は単に身体を鍛えるだけでなく、脳の働きを活性化させる効果もあると言われています。生徒たちが学習に集中し、充実した学校生活を送るためにも、適度な運動は不可欠です。1日の中で身体を動かす時間を作り、総運動時間を増やすことが大切になります。

これからも、私は生徒たちと共に汗を流し、運動の楽しさを共有していきたいと考えています。家庭や地域においても、子供たちが体を動かす機会を意識的に作っていただければ幸いです。心身ともに健やかな成長を、学校と家庭で手を取り合って支えていきましょう。

## 入学説明会ありがとうございました

1月26日(月)、新1年生保護者の方を対象にした「入学説明会」を実施しました。ご多用の中、ご来校いただきありがとうございました。学校教育全般についてと今後の部活動の動向、PTA 活動等、1時間程の説明となりました。なお、ブレザー制服や体操服等の購入については、販売店で早めの注文をお願いいたします。



## 第46回卒業証書授与式・卒業生を送る会

令和7年度「卒業証書授与式」は、3月6日(金)に挙行いたします。式には、卒業生と保護者の参列を予定しています。在校生の参加はありません。

また、3月2日(月)には、生徒会が主催する「卒業生を送る会」で、3年生へ感謝の気持ちを込めてダンスや合唱、ハンドベル、送別の言葉なども気持ちを込めて伝えていきます。これまで、学校の中心となって活躍してきた3年生を気持ちよく送り出していきます。

## 部活動の大会結果

- オール愛日地区バスケットボール大会 男子・女子ともにベスト8
- 東尾張U-13サッカー選手権大会 瀬戸旭地区大会 準優勝  
愛日地区大会 2回戦敗退
- バレーボール瀬戸旭地区冬季大会 優勝  
瀬戸旭地区1年生大会 3位
- 瀬戸地方中学校ダブルス卓球選手権大会 「男子」角・川井ペア 3位
- 中部日本個人・重奏コンテスト東尾張地区大会 フルート独奏 金賞



## 学校評価アンケートの結果

今年度の回収率は85%でした。ご多用の中、多くの皆様にご協力いただき、感謝申し上げます。評価アンケート結果を教職員一同で共有し、次につなげられるように取り組んでいきます。結果の詳細については裏面をご覧ください。

## 令和8年度 | 学期の主な予定

- |                 |                |
|-----------------|----------------|
| 4月 9日(木)        | 入学式・始業式        |
| 4月20日(月)        | 授業参観・学校・学年懇談会  |
| 5月12日(火)        | 体育祭 予備日 14日(木) |
| 5月18日(月)~20日(水) | 3年生修学旅行 関東方面   |
| 5月26日(火)~28日(木) | 2年生野外活動 伊良湖方面  |
| 6月17日(水)~19日(金) | 第1回テスト         |
| 7月 7日(火)~10日(金) | 懇談会            |
| 7月17日(金)        | 終業式            |

※R8年度の予定については、今後、変更となることもありますので、ご承知おきください。