



# たわらちいきがっこうえんほけん 田原地域学校園保健だより



11月の第一週目に『田原地域学校園小中一貫姿勢強化週間』を行いました。

にちめ  
1日目



田原地域学校園では、以前までは中学校学校保健体育委員会が、隣の田原小学校へ出向き、姿勢に関する取り組みを合同で行っていました。しかし、新型コロナウイルス感染症の影響により、対面での取り組みができなくなってしまいました。そこで、今年度はビデオによる合同の姿勢の取り組みをしたいと思います。



## 3つの良い姿勢の秘密の効果！？（田原中学校前期保健体育委員会から）

その1：勉強ができるようになる！

その2：かっこよくなる！

その3：素敵な歯になれる！



『「みなさんも、頭スッキリ、美しく、かっこよく、笑った歯もきれい！」そんな姿になりたいと思いませんか？』どうしてそのような、よい効果があるのか小学生にもわかり易いように、お伝えしました。小学校のみなさんは、給食の時間、静かに真剣にビデオを見ていました。



今までは、おうちの人や先生に「姿勢が悪い！」とか、「正しい姿勢で〇〇しなさい！」といわれることが多かったと思います。「人に言われたから…」「注意されるから…」ではなくて、「どんな自分になりたいか…」をこのビデオを通して、考えるきっかけになればと思います。



ゆがみチェックができる足型を中学校から小学校へプレゼントします♡使ってくださいね。



かめ としよいいんかい ほん しょうかい  
2日目は図書委員会からの本の紹介！

たわらにししょう 田原西小は『せなかをびん』、たわらしょう 田原小は『いきいきし  
せい』、たわらちゅうがっこう 田原中学校は『1日 ぶん姿勢改善エクササイズ』  
『姿勢の教科書』という本を紹介しました。  
ぜひ、手に取って読んでみてくださいね。



たわらししょうちゅうとしよいいんかいじょうだん  
田原小中・図書委員会（上段）  
たわらしょう けんこうきゅうしょくいいんかい げだん  
田原小・健康給食委員会（下段）

かめ かくがっこう いいんかい はっぴょう  
3日目は各学校の委員会の発表！



たわらししょうがっこう 田原小学校は、けんこうきゅうしょくいいんかい 健康給食委員会から正しい姿勢について、ドラえ  
もん のすんげきけいしき 寸劇形式でビデオを作成し、ほうえい 放映を行いました。また、かく クラス  
のせいせい 姿勢のいい人アンケートを行い、ほうそう 放送で発表しました。



たわらにししょう 田原西小は、わるい 悪い姿勢のせほねや 背骨や  
ないぞう 内臓へのえいきょう 影響や「グー・ペタ・  
ピン」のせいせい 正しい姿勢についての  
ビデオをけんこうきゅうしょくいいんかい 健康給食委員会で  
きくせい 作成し、こうない 校内でほうえい 放映しました。



1・2・3・4…

たわらちゅうがっこう 田原中学校は、こうきほけんたいいくいいんかい 後期保健体育委員会が、せいせい 姿勢とほね 骨の関係について、  
こうない 校内のせいせい 姿勢に関するアンケートの実施と結果発表、3つのせいせい 姿勢チェ  
ックのためのけいじぶつ 掲示物の使い方の説明をほうえい 放映で行いました。せいせい 正しい姿勢  
をたも 保てるように、おてたまの ある お手玉ませ歩きのおすすもしました。



みんながせいせい 姿勢モデルになるようなたわらちいきがっこうえん 田原地域学校園をめざ 目指そう！

