



www.iino.m-alps.ed.jp/ 白根飯野小学校学校ホームページにも毎月掲載しています



継続は力！寒さなんて吹き飛ばせ！！短なわレディ GO！！

「10,133回。」これは、何の数字だと思いますか。この数字は、鈴木勝巳（すずき・かつみ）さんという方の「二重跳び」のギネス記録です。鈴木さんは、小学校1年生の頃は意外にも体が弱く、病気で学校を休みがちだったため、先生からなわとびを勧められました。そして、なわとびで体を鍛え、小学校2年生の時に、校内なわとび大会で二重跳びを203回跳び、2年生ながらも校内1位になりました。それが自信となり、やみつきになったそうです。中学校1年生からは陸上を始め、なわとびをトレーニングの一環として継続しました。高校時代の目標は陸上競技でオリンピック出場、大学生の時の目標は落語家、サラリーマン時代は経理を担当し、公認会計士を目指していました。昭和50年4月、新聞に掲載されていたギネスのなわとびの記録を偶然目にした鈴木さんは、「この記録ならすぐ私にも出せる。」と読売新聞社の社会部に連絡。同年5月にはその記録を破り、ギネスブックに紹介されました。当時37歳でした。「45歳まで体力が続くかな。」と思い、筋肉の仕組みや心臓と肺の機能など医学について興味を持ち、勉強を始めたそうです。鈴木さんについて現在の情報はよくわかりませんが、「なわ跳び」を検索してたら、後期高齢者の鈴木さんが4重？跳びをしている様子がアップされているのを見つけ、皆さんに紹介したくなりました。

「継続（けいぞく）は力なり」という言葉があります。小さなことでも毎日努力すればやがては大きなことを達成できるという意味です。今日から2月。今年は「学校創立記念日」が土曜日であるにもかかわらず、祝日が2日もあるので、授業日がわずか18日しかありません。目標のない生活をしていると、日数だけがどんどん過ぎていってしまいますよ。

皆さんは、今年の元旦に目標を立てたでしょうか。目標は公表すると長続きするそうです。私も1年生と一緒にフラフープをしたり、6年生とはマット運動などをして若返りに挑戦したいです。また、外の作業などを無理なく適度に行いたいです。皆さんも「**短なわレディ GO！（目指せ！やまなしチャンピオン 主催：県教育委員会）**」に積極的に参加するなどして、生活習慣の改善と運動能力をアップして免疫力を高め、インフルエンザやコロナに負けない体力づくりを行いましょう。



競技時間	1分間
種目	前両足とび、または前かけ足とび
計測する方法	1分間で何回跳べたか。引っかかるても、次の回数から数える。

教員立ち合いのもと、体育・美化委員会が運営し、回数を山梨県教育委員会に報告しています。

2月1日（月）～5日（金）は「うち学がんばり週間」です！

子どもたちの発達段階に応じた家庭での学習時間を確保するための取り組みです。いよいよ令和3年度より、「南アルプスGIGAスクール」がスタートし、新しい学習ツールとして市内全ての小中学生に一人一台のタブレット端末が貸与されることになり、学習用コンテンツを活用することで、家庭学習のスタイルも大きく様変わりすることが予想されます。机に向かってじっくりと学習するイメージの方が強いかもしれません、さまざまな勉強のスタイルが考えられる時代になってきています。

勉強時間や方法などは様々でよいと思います。この週間を通じて、勉強だけでなく、自分のことは、自分で決めて粘り強く取り組むことができる機会にしてほしいです。今のうちから自己決定力を少しも鍛えておかないと、自分にとって不都合なことがあった時、全て他人のせいにするような人になってしまうかもしれません。保護者の皆様方には、小さなことでも自分でできたら褒めてあげる成功体験をたくさんさせてほしいと思います。皆様のご理解とご協力をよろしくお願ひします。



寒くとも元気に外遊びを楽しむ児童たち



★サンメドウズ清里スキー場（5年生）1.14



とても上手に回せるようになったね！

