



北潟っ子3つの誓い

- 一つ、私たちは、わがまちに誇りをもち、まちのためによりことをします。
- 一つ、私たちは、家族のことを思い、家族のために役立つことをします。
- 一つ、私たちは、自分がよいと思うことをねばり強くがんばります。



後期が始まり、2週間が過ぎました。さわやかなこの季節が実り多い時間となるよう、みんなでがんばっていきましょう。後期も、前期と同様のご支援ご協力をいただきますようお願いいたします。

防災・・・備えは大丈夫ですか？

緊急地震速報後、警報が鳴り響く・・・10月20日（木）4限目のことです。「あと20秒後に強いゆれが来ます・・・」と突然鳴り響いた警報。もちろん、訓練ではありません。突然の警報でしたが、どの学年も、今までの訓練どおり、教室では机の下にもぐり、グラウンドでは集まってその場にしゃがみ、静かに次の指示を待っていることができました。これは、関東地方で震度4の地震が起こったための警報でした。次の日、また地震速報・警報が入りました。このときは、鳥取で震度6の地震がありました。連日の警報にびっくりでしたが、自分で考えしっかり身を守ることができました。しかし、鳥取では、けがをしたり家屋が倒壊したりの被害が多く出ており、改めて災害の怖さを感じました。

地震、台風、洪水、火山噴火など全国各地で起きている災害。いつどこでどんな災害に直面するか分かりません。人間の脳は、常に平常心を保つような仕組みになっているそうです。危険度が増した時にも「自分は大丈夫」と思い込んでしまう「正常性バイアス」という危険な脳の動きをすることが多いと聞きます。もしもの時に、自分で判断して冷静かつ迅速に行動し、命を守ることができるよう、学校では日頃から防災教育を行い、年2回、防災に関する避難訓練を行っています。10月30日には、県の防災総合訓練が北潟湖畔公園で行われます。家庭でも、日頃の備えに必要な事と物、災害に合った時の対応などについて話し合う「家庭防災会議」を開いてみてください。

スポーツの秋 北潟っ子の頑張りに拍手 ①湖畔を駆け抜けたマラソン大会

秋晴れの21日（金）、マラソン大会がありました。コースは、湖畔公園のサイクリングロードで、低学年は1Km、中学年は1, 5Km、高学年は2Kmを走りました。風があり、コンディションとしてはあまりよくなかったのですが、見事、全員完走。中学年に新記録も出て、17日の試走よりタイムが上がった児童も多かったです。走り終わった後は、「つらいけどがんばった」「目標のタイムを出すことができた」「前の子を抜こうとしたけど、なかなか抜けなくて・・・」などの感想を述べていました。毎日、練習していた成果が出た児童も多く、まさに「継続は力なり」を感じた一日となりました。多くの応援、ありがとうございました。



低学年のスタート

1位	1年	2年	3年	4年（新記録）
	5年	6年		

②あわらし陸上記録会

10月25日、三国運動公園で「あわらし小学校陸上記録会」が開催されました。風が強く、肌寒い気温でコンディションはよくありませんでしたが、5・6年生18名は、いろいろな種目に精一杯取り組みました。今年のオリンピック、2年後の福井国体、4年後の東京オリンピックでスポーツの関心も高くなっています。北潟小学校の若きアスリートも、最後まで元気いっぱい競技に参加しました。

優勝	6年女子走り高跳び	1m29cm (大会新記録)
優勝	6年女子走り幅跳び	3m41cm
2位	6年女子ボール投げ	41m43cm
2位	5年女子100m	16秒25
2位	5年女子リレー	65秒05
3位	5年男子走り幅跳び	3m20cm
3位	5年女子100m	17秒21
6位	5年男子100m	17秒21
6位	5年女子走り幅跳び	2m81cm
6位	6年女子リレー	66秒63



開会式



緊張の一瞬



向かい風の中、全力で!



目を大切に（10月の保健目標）

10月の保健指導は、目についてです。北潟小学校の視力の平均は、県平均とほぼ同じですが、学年差が大きく、中でも、4年生男子はかなり低くなっています。

★北潟小学校の目を守る3か条は

- ① ときどき目を休めよう
- ② 姿勢をよくしよう
- ③ 規則正しい生活をしよう です。

今月の指導では、自分の生活を振り返り、目について何を取り組むことができるか考えました。



ビジョントレーニング中

そして、その後、**ビジョントレーニング**を行いました。ビジョントレーニングとは、視力回復をねらいとするものではなく、簡単に言うと「正しく見る力を高めるためのトレーニング」です。ビジョントレーニングにはさまざまな効果が期待できますが、簡単なトレーニングでも身近な例では、本を読むスピードが速くなる、字がきれいになる、授業に集中できるようになるといったことが可能だそうです。