



「全員野球」で県大会出場を手にした平泉中野球部

今年初めての公式試合 平泉中野球部が県大会出場

8月2日に花泉球場で文部科学大臣杯第12回全日本少年軟式野球大会西磐井予選が行われました。

代表決定戦の花泉中との試合では、バッテリーが奮闘する中、打撃、守備陣もそれを支える「全員野球」で、県大会への出場権を得ました。

県大会に向けて高橋悠太主将(3年)は「予選では、日頃の練習の成果を発揮し、『全員野球』で勝つことができました。県大会では、西磐井代表として、1戦1戦を大事に戦い、1つでも多く勝ってきたい」と力強く意気込みを語りました。

県大会は、9月26日(土)から宮古市などを会場に開催されます。

▽代表決定戦 対花泉中学校6ー1

平泉小学校 ☎46-2202

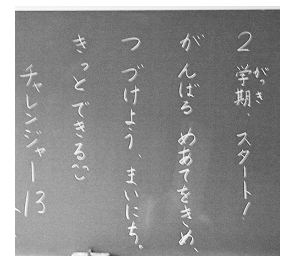
目標を持ち希望を叶える2学期に

8月20日、86日間の2学期がスタートしました。保護者や地域の皆さんの見守りのおかげで、子どもたちは事故に遭うことなく夏休みを過ごすことができました。

朝、スクールガードさんやスクールバスの運転手さんにさわやかにあいさつをした子どもたち。登校すると、友達と互いに再会を喜び合い、一目散に教室に向かいました。黒板には、担任の先生からのメッセージが書いてありました。



夏休みの作品、研究



黒板のメッセージ

2学期は6年生の学習旅行、5年生の宿泊学習、1〜4年生の遠足、そして、全校での「青空給食」や学習発表会など、子どもたちにとって楽しみな行事が続きます。季節が夏から秋へと変わるこの時期は、子どもにとって友達との交流を深め、自分を成長させる絶好の機会となります。

始業式では、校長先生から、競泳の池江璃花子選手が、病後再びオリンピックを目標として練習を始めていることを例に挙げ、

「子どもたちが作品を見せながら、うれしそうに夏休みの思い出を発表し、2学期の目標を確認しました。」

「仲間作りを大切に、目標をもって、希望を叶えよう」というお話がありました。

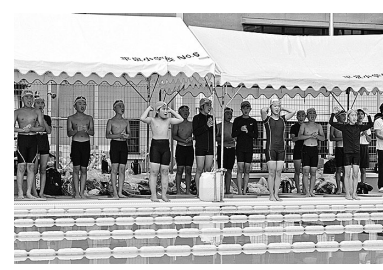
長島小学校 ☎46-2203

2学期がスタート!

2学期がスタートし、学校に活気が戻ってきました。今年、さまざまな制約がある夏休みになり、各家庭では過ごし方について悩んだのではないかと感じます。しかし、計画的に学習し、工夫しながら体を動かすように心掛けた児童が多く、地域の教育が行き届いていることを改めて感じました。

本年度の町水泳交流会は、7月27日に行われました。今年、参加を6年生に限定しての大会となりました。およそ3週間の練習計画をたてていましたが、雨の日が続く満足のいく練習ができませんでしたが、当日は久しぶりの好天に恵まれ、児童は力強い泳ぎを見せてくれました。応援も例年以上に気合いが入り、人数の少なさを感じさせないものでした。

ともに頑張る平小との応援を通じての交流も有



平小にエールを送る水泳選手団

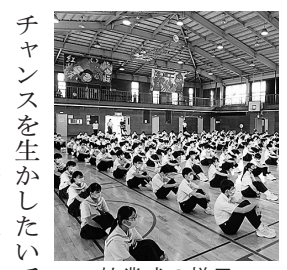
また、各地区では感染症対策を万全にとった上で、地域の行事が行われました。地区理事や役員の方々のいろいろな努力のおかげで、この夏、遠出ができなかった児童たちにとって、貴重な体験ができました。

意義なものとなりました。今回5年生は、大会には参加できませんでしたが、6年生と同じ練習メニューをこなし、確実に泳力を身につけました。精一杯練習に励む6年生の姿は、刺激になったことでしょう。来年の頑張りをお願いします。

平泉中学校 ☎46-2205

決意を新たに2学期が始まる

8月18日、始業式で各学年と生徒会の代表が2学期の決意を述べました。「1学年は三つのことを頑張ります。一つ目は新人戦です。先輩を支え、悔いの残らないプレーが出来るよう頑張りたいです。二つ目は文化祭です。みんなで心を一つにして聞く人に感動を届けられる合唱をつくりたいです。三つ目は定期テストです。一人一人が目標達成を目指し頑張りたいです。」(1年生代表齋藤大起さん)「2学年は委員会、部活動、行事などで、リーダーとして周りを引っ張っていく立場となります。そのために、これからの学校生活の中で一人一人が自主的に行動し、3年生を見習いながら、平中を引っ張っていきましょう。」(2年生代表千葉颯人さん)「2学期は行事と学習の二つの



始業式の様子

決意を新たに2学期が始まる

2学期は6年生の学習旅行、5年生の宿泊学習、1〜4年生の遠足、そして、全校での「青空給食」や学習発表会など、子どもたちにとって楽しみな行事が続きます。季節が夏から秋へと変わるこの時期は、子どもにとって友達との交流を深め、自分を成長させる絶好の機会となります。

運動不足になっていませんか?

外出の自粛が続く、歩数など活動量の低下に伴う運動不足、体重の増加、ストレスや体調不安の声も多く聞かれます。ようになってきました。

民間の調査によると、外出自粛などによって以下のような生活習慣の変化や体への影響が報告されています。

- ▽1日当たりの歩数が減少▽体重が増加▽休校中に運動不足や生活リズムの乱れ▽自宅学習の集中力が続かないことなどの訴え▽テレワークによる「肩こり・腰痛」「目の疲れ」などの不調の訴えが増加▽座位時間が長くなることにより、血流の悪化や血栓ができるリスクが上昇など

適度な運動・スポーツを行うことによって得られる効果

- ▽自己免疫力の向上▽感染に対する抵抗力▽ストレス解消▽メンタルヘルスの改善▽体重コントロール▽生活習慣病の予防・改善▽体力の維持・向上▽筋力の維持・向上▽血流の促進▽腰痛・肩こりの改善・冷え性・便秘の解消▽良質な睡眠など
- 《子ども》▽発育期の健全な成長
- 《高齢者》▽筋量・筋力の維持・転倒防止

▽認知症予防▽食欲増進

熱中症に気を付けながら、午前10時、午後3時のラジオ体操や、朝夕の涼しい時間帯の散歩など、適度な運動を心掛けましょう。

スポレク運動教室を開催します

平泉町総合型地域スポーツクラブ設立準備委員会では、9月21日(月)にスポレク運動教室を開催します。

種目はボッチャとスマイル・ボールで、どちらのスポーツもボールを転がして楽しむスポーツです。運動の苦手な人でも遊び感覚でできるスポーツです。コロナ禍の運動不足解消に参加してみませんか。



平泉町総合型地域スポーツクラブ設立準備委員会はスポーツ振興くじ助成を受けて活動しています。

期日：9月21日(月)
場所：町立長島体育館
時間：午前10時〜午前11時30分
(受け付け9時30分)

対象：18才以上(高校生以下は不可)
参加費：200円
持ち物など：マスク、体育館シューズ、飲み物、汗拭きタオル
問い合わせ先
平泉町総合型地域スポーツクラブ設立準備委員会 ☎46-5576

arabee CUP オクトーバー・ラン & ウォーク2020

【オクトーバー・ラン&ウォークとは】家族や仲間や地域の人たちと10月の累計距離を競いながら自然とスポーツ習慣が身に行きイベントです。スポーツタウン対抗戦も同時に開催されます。

- ▽毎日の「散歩・通勤」がスポーツになる
- ▽無料のスマホで毎日の「スポーツ」を記録

▽全国・市町村対抗のランキングでモチベーションアップ!(平泉町も参加)

オクトーバー・ラン&ウォーク2020

「オクトーバー・ラン&ウォーク」では「スポーツの秋」、10月1ヶ月間の走行・歩行距離を競い、毎日の運動習慣を身につけながら健康づくりをすることができます。

STEP1 無料のスマホ・アプリ「スポーツタウンアプリ」をダウンロードし、毎日のウォーキングを自動記録!

STEP2 アプリで全国とお住まいの地域のランキングを記録。毎日、歩く・競い合える!

開催要項
日時：2020年10月1日(木)〜10月31日(土)
参加方法：公式HPをご覧ください
<http://octoberun.jp>
参加料：無料
問い合わせ先：平泉町教育委員会事務局 社会教育体育係 ☎46-5576
大会事務局：october@runners.co.jp