

■ R3年度 体力・運動能力調査の結果を発表します

小学校5年生

中学校2年生

| 種目                     | 性別 | 小学校5年生 |        |        | 中学校2年生 |        |        |
|------------------------|----|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
|                        |    | 町平均    | 全国平均   | 県平均    | 町平均    | 全国平均   | 県平均    |
| 握力 (kg)                | 男子 | 17.59  | 16.22  | 16.28  | 28.82  | 28.80  | 28.38  |
|                        | 女子 | 16.49  | 16.09  | 16.10  | 22.93  | 23.43  | 23.26  |
| 上体起こし (回)              | 男子 | 20.02  | 18.89  | 18.37  | 25.35  | 25.99  | 25.63  |
|                        | 女子 | 21.33  | 18.07  | 17.59  | 24.30  | 22.32  | 22.05  |
| 長座体前屈 (cm)             | 男子 | 32.29  | 33.49  | 31.69  | 41.28  | 43.67  | 42.10  |
|                        | 女子 | 34.20  | 37.92  | 36.09  | 44.22  | 46.20  | 44.26  |
| 反復横跳び (点)              | 男子 | 44.02  | 40.36  | 39.83  | 50.68  | 51.19  | 50.63  |
|                        | 女子 | 40.50  | 38.73  | 38.55  | 47.21  | 46.25  | 45.98  |
| 20m<br>シャトルラン (回)      | 男子 | 53.02  | 46.85  | 46.96  | 80.96  | 79.88  | 81.65  |
|                        | 女子 | 41.65  | 38.16  | 39.84  | 52.46  | 54.24  | 56.13  |
| 50 m走 (秒)              | 男子 | 8.98   | 9.45   | 9.46   | 8.08   | 8.01   | 8.12   |
|                        | 女子 | 9.23   | 9.64   | 9.60   | 9.04   | 8.88   | 8.93   |
| 立ち幅跳び (cm)             | 男子 | 149.41 | 151.43 | 150.41 | 192.33 | 196.36 | 194.42 |
|                        | 女子 | 145.22 | 145.22 | 145.52 | 167.55 | 168.15 | 168.35 |
| ソフト (ハンド)<br>ボール投げ (m) | 男子 | 24.74  | 20.58  | 21.58  | 20.68  | 20.31  | 20.27  |
|                        | 女子 | 15.86  | 13.30  | 13.78  | 14.38  | 12.72  | 12.79  |
| 持久走 (秒)                | 男子 |        |        |        | 419.35 | 406.38 | 406.43 |
|                        | 女子 |        |        |        | 314.6  | 297.62 | 295.58 |

※オレンジの網掛けは全国平均以上

**大崎町の課題** 長座体前屈【柔軟性】が小・中共通して全国平均より低い結果となっています。  
 柔軟性が低いと・・・ ・太りやすくなったり、肩こりや腰痛になりやすかったりする  
 ・ケガをしやすくなる などとされています。

さらなる体力向上のために！

- ・ 1 Km ~ 500 m は、歩いて登校下校
- ・ お風呂上りに柔軟体操

※特別な運動でなくても、日常の動きを意識して行うだけでも効果があります。



僕の夢 私の夢

『将来の夢』

No.50 中沖小学校 6年 大野 蒼依

あおい 蒼依

私の将来の夢は養護教諭になることです。

養護教諭は、けがを治療し、心のケアをする仕事です。子どもたちのなかには、気軽に話せる人がいなくて困っている子がいるかもしれません。だから、どんな時でも誰もが気軽に話せる場所をつくるとともに、私自身が気軽に相談に乗ってあげられる養護教諭になりたいです。私が養護教諭になろうと思ったきっかけは、二つあります。

一つ目は、私が一年生の時から学校にいらっしゃった養護教諭の先生との出会いです。その養護教諭の先生は、とても優しい先生でした。怪我をしているところを、優しく声かけをしながら治療してくれました。だから、保健室に入っても安心して治療を受けることができました。また、私たちが悩んでいると、相談に乗ってくれました。悩みの解決につながったので、先生に気軽に何でも相談することができました。いつも子どもに寄りそう先生のような養護教諭になりたいと思いました。

二つ目は、誰にでも手当てがしたいと思ったからです。ある日、母が家で調理中、指を包丁で切ってけがをしたことがありました。そのとき、薬をつけたり包帯を巻いたりしました。母に「けがの手当てが上手だね」と言われ、とても嬉しかったことを覚えています。それから、けがをしている家族や友達がいたら、すぐに手当てしてあげたい、もっといろいろな手当ての仕方を覚えたいと思うようになりました。

将来、子どもたちが学校で気軽に何でも話せる場所をつくり、憧れの養護教諭の先生のように、どの子にも優しく声かけをしながら治療し、子どもたちの相談にも乗ってあげられる養護教諭になりたいと強く思います。

