

家族で「ますげん升元」

健康習慣

升形小学校



保健委員会の委員が笑顔でPR。「升元」の取り組みが元気の源になっている



「升元」の強化デーには校内放送で呼び掛ける

升形小学校（森下和樹校長・191人）は生活リズムの向上や望ましい食習慣の定着を図る「升ますます元気の日」に取り組んでいる。テレビやゲームに費やす時間を減らすことで、家族との団らんや読書などに充てて有意義な時間を過ごすほか、早寝早起きと朝食を取ることに挑戦し、心身の健康促進を目指している。

平成19年度から取り組み、児童で構成される保健委員会とPTAを中心に推進。毎月第2水曜日を強化デーとし、「升元」の愛称で呼び合い、家族で生活リズムを整えようと意識し実践する。

同委員長の津久井珠偉君（6年）は「積極的に読書をするようになり、本の楽しさを知った」と話し、同委員の杉山結梨菜さん（6年）は「早寝早起きをすると、朝食を食べられるようになった。朝から元気に過ごせている」と笑顔だった。

今月の表紙



東京2020オリンピック聖火リレーのテーマは「希望の道を、つなごう」。ランナーの木幡悠紀君が大切にしている人とのつながりや感謝の絆を、お気に入りの河岸段丘を背景に、家族と手をつなぎ表現しました。

編集後記

木幡君の聖火リレーのキーパーソンになったのは、同級生の塩野君でした。後日、塩野君を訪ねると「彼は優しい」と褒め、木幡君は素直に「嬉しい」と喜ぶやりとりが何度もあり、心から信頼し合う関係を実感しました。ツーショット写真を持っていないとのこと。今回撮ったものを2人に贈ろうと思います。(o)

沼田市 公式ホームページ
www.city.numata.gunma.jp

沼田市情報配信サービス「ホットメールぬまた」
https://service.sugumail.com/numata/member/

行政情報アプリ「マチイロ」
www.machihiro.town

沼田市 公式Facebook「いいね!沼田市」

Twitter 沼田市 公式アカウント
@NumatacityPR

Twitter 沼田市防災情報 公式アカウント
@numata_bousai

沼田市 公式Instagram(観光情報)
numata_trip

沼田市 公式Instagram(フィルムコミッション)
numatacity_film_commission