

『てくてく登校』『歩け歩け運動』でさわやかな1日のスタートを！ ～とみぐすくじんぶな～・とみぐすくガンジューを目指して～

豊見城市教育委員会

豊見城市では、市内の各幼稚園や小中学校において「てくてく登校」を推進しています。朝のすがすがしい空気をいっぱい浴びて友達と楽しく“てくてく”歩いて登校し、明るく元気な学校生活のスタートにつなげていきましょう！

また、市民の皆さんは！登下校する子ども達に声かけを行い見守るとともに、成人病予防のためにも『歩け歩け運動』をする習慣を身につけましょう！

★なぜ「てくてく登校」「歩け歩け運動」を推進するの？



(1)体が目覚めます。

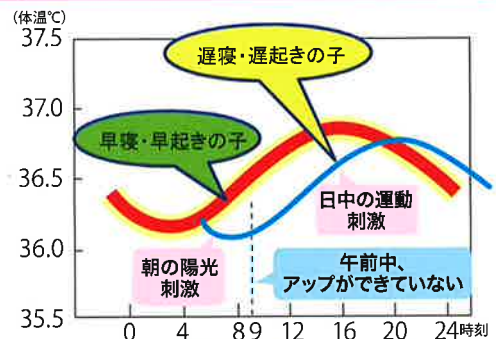
準備運動を英語で訳すると「ウォームアップ」、つまり体を温めることを意味します。

スポーツを行う際には、パフォーマンスがスムーズに発揮できるように熱をつくって体温を高める準備運動を行います。これは学校生活においても同じことがいえます。

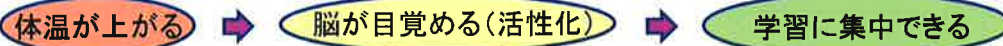
人は、体温が**36.5度**ぐらいになると元気に活動できます。ですから「てくてく登校」をすることによって、体温が上がり、脳の活性化を期待することができます。

朝からあくびをし、やる気が出ないということは、ウォームアップが出来ていないということと言えます。

また、遅寝遅起きの子は、車で登校することが多いという傾向が見られるので、学習するために必要な体温に達していないことが考えられます。（図1参照→）



(図1) 遅寝遅起きの子どもの体温リズム
(出典：早稲田大学教授 前橋明(医学博士)の資料より)



(2)運動能力が高められます。

全国体力テストの結果、県内の児童は、20mシャトルランにおいて全国平均との差が大きいことが明らかになっており「持久力」が課題となっています。

このことを改善するためには、幼児期から日常生活の中で「歩く」「走る」という運動を繰り返し行い、運動刺激を子ども達に与えていくことが重要になります。

体力の維持向上のため、大人も子どもも『歩く』ということを実践していきましょう。



(3)気持ち良い「あいさつ」が広がります。



近年、住民同士の関わりが薄れていることが社会的な課題となっています。学校においても、友達関係の問題から悩みを抱え、不登校気味になる児童生徒が増加傾向にあります。

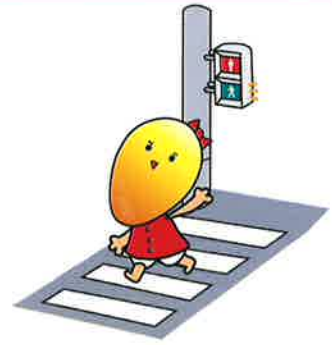
望ましい人間関係を築き、社会性を育む第一歩は『あいさつ』にあります。『てくてく登校』は、一日の始まりに友達や地域住民と顔をあわせ、あいさつを交わす場面を意図的につくる取組という一面をあわせもっています。

また、子供なりに季節の移ろいを感じるなど、何気ない日常の中から『気づく力』を高め、五感を磨き豊かな感性を育むことにつながります。

(4)「危険予知能力」「危険回避能力」が高まります。

児童生徒の安全を考える時、大人の関わりや環境づくりは大切なことです。一方で、危険を予知・回避することのできる、すなわち『自分の身を自分で守ることのできる力』を日常生活の中で身に付けていくことは、教育的観点からさらに大切なことということが言えます。

『てくてく登校』は、このような力を日頃からコツコツと高めることを期待する取組です。



(5)「地域の和」が形成されます。

車で送り迎えをする保護者の考えの中には、「学校へ登下校する道々が危ないから」という意見があります。確かに、その考え方にも一理あります。

しかし、すべての保護者が車で送り迎えをしたら、子ども達の安全はますます脅かされ、体力は低下し、学力にも悪影響を与えてしまいます。

「登下校が危ない」から車を利用するのではなく、危ないからこそ地域の方が危険な場所に立ち、子ども達の安全を確保しながら声かけを行うことに教育的意義があります。

この「てくてく登校」を実施するためには、地域住民の協力が必要です。子ども達のより良い教育環境のために、心を一つにして行動する人々が増えてくることは、「地域の絆」を強くし、地域のコミュニティを再構築していくことにもつながります。



この様に『てくてく登校』『歩け歩け運動』には、多くの利点があります。

より良い教育環境の確保、体力の充実化、または市民の皆さんの健康増進のためにも、一丸となって取り組んでいきましょう！！

市内各学校の現状について

- 自家用車で登校する子ども達の中には、体が十分に目覚めておらず、あいさつに元気が感じられない場面が見受けられます。
- 朝、車で子ども達を校門近くまで送り届けると交通渋滞の原因になり、ひいては、子供たちの安全をおびやかすことにつながります。

可能な範囲で「てくてく登校」を進めていきましょう！

- ◎ 『てくてく登校』を行い、1日を元気にスタートしましょう！
- ◎ 不審者や道路事情などからくる不安感で、やむなく子ども達の送迎をしている実状もあると思いますが、安全が確保できる区間においては努めて子ども達を歩かせるようにしましょう！