

保護者各位

石垣市立登野城小学校
校長 棚原 広幸
PTA 会長 渡嘉敷信晃

「てくてく徒歩登校の推奨」

時下、保護者の皆様におかれましてはますますご健勝のこととお喜び申し上げます。平素より本校児童の健全育成にご尽力いただき感謝申し上げます。

さて、スポーツ庁が実施した「令和2年度、全国体力・運動能力、運動習慣等調査」において、「子どもたちの体を動かす機会が減少している」等が課題となっております。

そのため、いつもより少し早起きして、てくてくと自分の足で歩いて登校することは、体力の向上に限らず、生活習慣の改善にも良い影響があると考えられます。

つきましては、子どもたちの健康と体力向上を第一に考え、「てくてく徒歩登校の推奨」についてご理解いただき、ご協力をお願いします。

～ 「てくてく徒歩登校」で身に付くこと ～

1 体力の向上

◇体力が付き、肥満解消にもつながります。また、病気に負けない体づくりができます。

2 心肺機能が高まる

◇心臓や肺の働きがよくなるといわれ、持久力の向上、心肺機能の向上にもつながります。
◇早寝・早起き・朝ごはんにつながり、規則正しい生活習慣を身につけることができます。

3 学力が向上する

◇脳への酸素供給量が増加し、脳の活性化、集中力の向上へつながります。

4 社会性ができる

◇友だちとの会話が増え、コミュニケーション能力が向上します。

5 危険回避能力が高まる

◇まわりを確認しながら歩くことで、安全確保の認知力が向上します。
◇危険を想定する力がつき危険回避能力が向上します。
◇雨の日や寒い日も歩くことで、精神面が鍛えられます。

6 地域の方との交流ができます

◇登校時に見守りをいただいている地域の方・保護者の方とあいさつ等を通して交流ができます。
地域の方に顔を覚えてもらうことで防犯に効果があります。



◆家庭で一工夫

「毎週〇曜日と〇曜日は徒歩」「車を降りる場所を少しずつ学校から離していく」等、段階的に各家庭にあった取り組みをしていくといいですね！

◆「てくてく徒歩登校の約束」

- ①道路では遊ばないように登校します。
- ②道路を横断する時は、左右の安全を必ず確かめ、飛び出しは絶対にしない。
- ③登校中、地域の方に会ったら元気よくあいさつをする。