

10月所感

## コツコツときたえた体は たからもの

狭山市立教育センター  
所長 稲葉 正

中学校の体育祭、小学校・幼稚園の運動会が行われました。コロナウイルス感染予防にも様々に配慮しながらの実施でしたが、子供たちは元気に走り、踊り、応援できたことで、体を動かすこと、スポーツの素晴らしさ、「スポーツの秋」を感じることができたのではないのでしょうか。

埼玉県は体力向上に向けた合い言葉として

「コツコツときたえた体は たからもの」

を掲げています。例年、小中学校では、年度初めに体力テストを実施しており、50m走、立ち幅跳び、ソフトボール投げ、20mシャトルラン／持久走、反復横跳び、握力、上体起こし、長座体前屈の8種目について体力を測定しています。今年度は、休校期間があったため測定できない種目もありましたが、さやまっ子の体力が向上することを願っております。

さて、10月は、スポーツ庁が実施する「体力づくり強調月間」となっています。「体力づくり強調月間」は、1964年（昭和39年）の東京オリンピックを契機として、1969年（昭和44年）からスタートしました。体力は健康に生活を営む基盤となる力となります。今はまだ、コロナウイルス感染防止のために三密を避けるなど、様々な配慮が必要です。しかし、暑さもやわらぎ、過ごしやすい気候になったところで、適度に体を動かし、体をきたえることで、スポーツの「楽しさ」「喜び」を味わってもらいたいと思います。

さやまっ子には、小中学校時代にコツコツとしっかりと体をきたえ、生涯にわたって「たからもの」となる体をつくってもらいたいと願っております。



教育センター 駐車場花壇