



備えあれば憂いなし

はっきりしない空模様が続き、梅雨明けが待ち遠しい毎日です。新型インフルエンザもいよいよ県内で発生し、下野市内での発生も現実の問題となってきています。何事もいざという時の対応を万全にして、その時に備えることが大切だと痛感します。(実際は事後の対応に追われ、反省しきりの毎日ですが) 夏季休業前にも、子どもの学習、生活、健康・安全面に関わる様々な課題や事態を想定し、手を打っておく(指導・支援を行う)ことが大切かと思われま

す。夏休みに入っても何かと忙しい毎日が続くかと思いますが、少し心にゆとりをもって、暑サニ負ケズ、進んでいきましょう。



【7月の予定】

- ※ 6月30日現在の予定です。詳細は文書でご確認下さい。
- ※ 時間のみ記載の研修会の場所は、石橋庁舎です。
- ※ 市教育研究所主催行事 市関係行事 学校関係行事 その他

日	月	火	水	木	金	土
			1 問題行動未然防 止研修(南河内) 14:00~第二中	2 問題行動未然防 止研修(石橋) 14:00~石橋中	3	4
5 	6 要請訪問(緑小)	7 問題行動未然防 止研修(国分寺) 14:00~国分寺中 幼保小連携情報交換 会(石橋)14:00~き らら館	8 教育委員学校訪 問(国分寺西小) 要請訪問(国分 寺小)(南河内中) (古山小)	9 要請訪問(第二 中)	10 幼保小連携研修会 (授業研究会)国分寺 東小13:45~ 情報教育研究推進 委員会16:00~	11
12	13 共同訪問(吉田 西小) 要請訪問(石橋 小)	14 市教科書選定委 員会②10:00~ 南河内図書館	15 教育委員学校訪 問(石橋小) 教育委員会	16 市学力向上調査研究 (中学校国語部会) 15:30~	17 	18
19	20 海の日	21 夏季休業 ~8/31	22	23	24 市小学校陸上記 録会	25 →
26 	27 夏季休業 市初任者研修 9:00~ 小学校英語推進 委員会13:30~	28 下小教研A部会	29 市小中英語研修 9:30~グリムの 館 小学校体育実技 指導者講習会	30 市教職2・3年目研 修9:00~	31 小学校新教育課 程説明会 大平 町中央公民館	

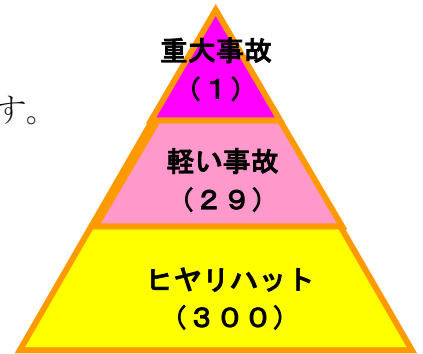
ハインリッヒの法則(1:29:300)



ある学校を訪問した時に、教頭先生からこの法則についてお話を伺う機会がありました。ご存じの方も多いと思いますが、ご紹介します。これはアメリカの保険会社に勤務していた安全技師ハインリッヒが、労働災害の事例の統計を分析して発表した法則です。1件の大きな事故・災害の裏には、29件の軽微な事故・災害、そして300件の ヒヤリハット(事故には至らなかったもののヒヤリとした、ハツとした事例)があるそうです。重大災害の防止のためには、ヒヤリハットの段階で対処していくことが必要ということです。

氏はこれにより、労働災害全体の98%は予防可能であると指摘しています。

この法則は、産業界はもとより行政や医療の世界にも広く通じる考え方として広まっています。学級や児童生徒の問題行動未然防止にもつながる考えかもしれませんね。



スキルアップ:ワンポイント講座

その24

@@@パソコンを使うときの姿勢@@@

暑い夏はエアコンの効いた部屋でパソコン。ふと気がつくと肩や腰が・・・痛い。そんな経験はありませんか。パソコンを使っているときの姿勢に気をつけていますか。椅子がペタンと低かったり、お尻を椅子の先端においているだけの姿勢でステンと転んだことはありませんか。

平成14年に厚生労働省から「新VDT作業ガイドライン」が発表されています。大変細かく基準が決められていますが、パソコンを使うときの姿勢について抜粋すると概略は右図のようです。

一連続作業の時間は、1時間を越えないようにし10～15分の休止をとり、小休止も2～3回取るのが良いと定めています。

正しい姿勢で健康にパソコンを使う習慣を身につけましょう。

目からディスプレイまでの距離は40cm以上

画面は水平線より下になるように調整する。

上腕を垂直、肘を90度以上にしてキーボードに自然に手が届く位置

ディスプレイ、キーボードの置き方を工夫しましょう

腕は肘掛でささえる

手の指が入る程度のゆとり

37～43cmで調整できるものを選ぶ

60～72cmで調整できるものを選ぶ

足裏全体が床に接すること
足が床につかない場合は足台を利用

机の調整がむずかしい場合は椅子の高さで調整しましょう。

