

# 「栗山小中学校」が閉校を迎えます

～日光市立小中学校の適正配置に向けて～

くわしくは 学校教育課 教育総務係 ☎0288(2)5181

全国的に少子化が進行し、当市でもその進行は著しい状況にあります。児童生徒数の減少に伴う学校の小規模化は、教育活動や学校運営など、さまざまな分野に影響を及ぼすことが懸念されています。

このような状況の中、市は、子どもたちにより良い教育環境の提供ができるよう、「日光市立小中学校の適正配置に向けた基本的な考え方」を策定し、小中学校の適正配置を進めています。

令和5年4月には栗山小中学校が、鬼怒川小学校と藤原中学校にそれぞれ統合し、その歴史に幕を閉じることとなります。

## 小中学校の歴史

栗山中学校は昭和56年4月、旧栗山中学校と日向中学校を統合し、日向地区に栗山村立栗山中学校として、開校しました。運動会などの学校行事では、併設していた日向小学校とも交流を深めました。平成18年3月、市町村合併に伴い「日光市立栗山中学校」となり、平成22年には川俣中学校の閉校により、川俣地区の子どもたちも通うことになりました。



栗山小学校は平成17年4月、旧栗山小学校と日向小学校を統合し、青柳地区(日蔭)に栗山村立栗山小学校として、開校しました。真新しい校舎や体育館、豊富な自然に囲まれた環境で、子どもたちは伸び伸びと学んでいます。平成18年3月、市町村合併に伴い「日光市立栗山小学校」となり、平成22年には川俣小学校の閉校により、川俣地区の子どもたちも通うことになりました。

そして、平成29年4月、栗山中学校が栗山小学校に移転し併設校となり、平成31年に小中一貫校「日光市立栗山小中学校」となりました。

## 閉校にあたって

栗山小中学校はこれまで、栗山地域の人材や豊富な自然を活用し、特色ある教育活動を行い、多くの生徒が学んできました。

「栗まつり」や「運動会(二コーススポーツ大会)」は、児童生徒会が中心になって企画・運営し、児童生徒全員が活躍できる行事でした。校庭に作ったスケートリンクでの「氷上運動会」や、地域の方々の指導のもと実施した「スキー・スケート教室」などの栗山ならではの行事もありました。総合的な学習の時間や学級活動では、「そば畑づくり」と「そば打ち体験」、前山の楓の樹液を取って「メープルシロップ作り」もしました。

令和3年度に栗山小学校最後の児童が卒業し、令和4年度には栗山中学校の生徒が2名となりましたが、生徒はたくさん役割を見事に果たし、伝統あるこれらの行事をやり遂げました。また、読み聞かせボランティア「つくしんぼ」や、地域ボランティア「おやじの会」の方々は、長年にわたり、子どもたちのために支援を行ってききました。

令和3年度から閉校記念事業実行委員会を組織し、閉校記念式典などの記念事業を実施するため計8回の実行委員会を行いました。児童生徒、保護者、教職員、地域の方々が一体となった、まさに地域と共にある栗山小中学校でした。



閉校記念事業として令和4年6月に実施した絵本作家宮西達也さんの講演会

## 学校公開

日時：3月4日(土)午前9時～午後3時 / 3月19日(日)閉校記念式典終了後午後3時

対象：卒業生、地域の方など

## 閉校記念式典

日時：3月19日(日)午前9時30分～正午(受付は9時から)

内容：閉校式、発表(生徒発表、ピアノ演奏)、記念碑除幕式(除幕、風船飛ばし)など

※そのほか閉校記念事業として、卒業生や歴代校長・元教職員らの寄稿文や当時の写真などを掲載した記念誌を発行します

## 学校公開・閉校記念式典などに関するお問い合わせは…

栗山小中学校 ☎0288(97)1004

# 日光ちょきんアップ体操でフレイル予防！

くわしくは 高齢福祉課 地域包括支援センター ☎0288-21-2137



「フレイル」とは、加齢に伴い筋力や心身の活力が低下し「健康」と「要介護」の中間の虚弱な状態にあることをいいます。ご自分の体調の変化に気づき、早めに対応することでフレイルを予防、改善することができます。



## やってみよう！ フレイルチェック

- 6カ月で体重が2～3kg減った
- 疲れやすくなった
- 体を動かすことが減った
- 筋力(握力)が低下した
- 歩くのが遅くなった



ひとつでも当てはまる項目があったら、フレイル予防を始めましょう！

体を動かし、バランスよく食べ、社会参加する(人とのつながりをもつ)ことがフレイル予防のポイントです。

今回は、いつでも家で簡単にできる「日光ちょきんアップ体操」を紹介します。

## ●日光ちょきんアップ体操

基本となる筋力トレーニング、6つの動きを約20分かけて、ゆっくり行います。

安全で効果的に体操を行うために、準備体操・整理体操を加えると全部で40分の運動になります。

### 日光ちょきんアップ体操の効果…

毎週1回以上続けることで、日常生活に必要な身体の筋力アップが期待できます。

### 日光ちょきんアップ体操の特徴…

ゆっくりとした動きなので、比較的簡単に、幅広い年齢層の方が実践できます。

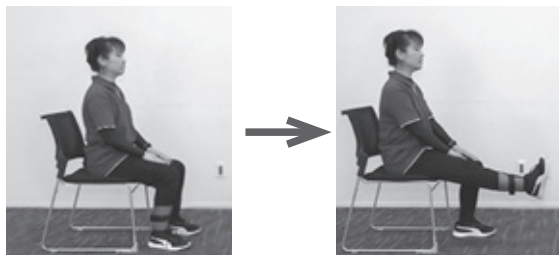
そのため、市内のサークル活動や、近所の方同士の集いの場でも行われています。

体が軽くなった！  
体が楽になった！

## 日光ちょきんアップ体操の紹介(一部)

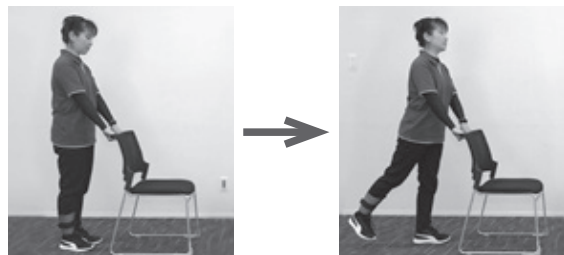
### ♪膝を伸ばす運動

つま先を真上に向け、ゆっくりと膝を伸ばします。



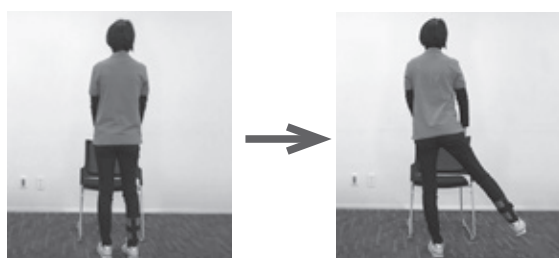
### ♪足の後ろあげ運動

椅子の背に両手をおいて、背筋を伸ばしゆっくりと足を後ろに上げます。



### ♪足の横あげ運動

椅子の背に両手をおいて、背筋を伸ばし、踵かかとからゆっくりと足を真横に上げます。



「日光ちょきんアップ体操」は日光市公式 YouTube で配信しています。

詳しくは、市ホームページをご覧ください。

URL…<https://www.city.nikko.lg.jp/kourei/fukushi/cyokinapputaisou.html>

市ホームページ

「日光ちょきんアップ体操」▶

