



## 健康への意識を高める身体測定

この時期にどの小学校でも行われている健康診断ですが、養護の先生を中心として、計画的に進められています。健康診断は、子供たちの健康の保持増進を目的に行われます。身長・体重測定、視力測定、聴力測定とあり、その準備もたいへんなのですが、6年生の子供たちが朝から協力してくれています。



子供たちも「身長が少し伸びました。」とか、「視力が少し悪くなってしまいました。」など、自分の健康面への意識を高める場ともなっているようです。また、担任にとっても子供たちの健康面への配慮や教室環境などへ診断結果を生かすことにもなります。さらに保護者の皆さんと健康課題を共有できるきっかけにもなります。

今朝は、朝から2年生の身体測定が体育館で行われていました。子供たちも自分の測定場所にきちんと並び、健診を受けていました。

養護の松本先生は「健康診断というと、ただの学校行事のように思えますが、その結果は普段の生活とも大きく関わってきます。例えば睡眠と食事がしっかりとれていると、身長と体重がバランスよく成長します。家でゲームをする時間が増えたり、姿勢が悪くなったりすると視力の低下が見られる場合があります。健康診断を機に普通の生活を振り返るきっかけとなればうれしいです。」と述べていました。

## 日本人と紫色

自然豊かな日本では四季によって表情が変わり、草花や木々の色、空や山の色など様々な“色”を見せます。染物の「藍色」など日本の伝統文化から生まれた色もあります。日本人は、美しい自然やそこで育まれた文化が作る微妙な色合いを感じ取り、真珠色(まそおいろ)、錆鉄御納戸色(さびてつおなんどいろ)など珍しい名前も付けてきました。

飛鳥時代頃から、色は位を表すものでもありました。例えば聖徳太子が制定した冠位十二階では、位によって着用できる色が決められていました。本校で栽培しているムラサキの根っこから抽出して着色した紫根染(しこんぞめ)で「紫色」とした冠が最も位が高いとされています。この紫色一つとっても、壺堇(つぼすみれ)、濃色(こきいろ)、至極色(しごくいろ)など、なんと58種類もあり、本紫(ほんむらさき)は、紫根染で染められた鮮やかな紫色のことを指します。江戸時代、贅沢を禁じる「奢侈禁止令(しゃしきんしれい)」により、紫根染めによる高価な「紫色」の使用が禁制となると、江戸の人々の間で「蘇芳(すおう)」や「茜(あかね)」といった植物から染めた紫色「似紫(にせむらさき)」が大流行となったそうです。当時の市井の人々が身につけることができなかった「本紫」。その色名には、本物への憧憬や羨望の思いが込められているのかもしれない。

本紫

似紫