



帯西ブルーに包まれた合唱祭

1日(土)は、熊本県合唱祭が、熊本県立劇場で開催されました。この合唱祭ですが、節目の40回大会でした。熊本県内から7団体が参加し、それぞれの特色を生かした合唱を聴かせてくれました。帯西はトリを務め、帯西の紹介を6年生がしてくれましたが、「帯西は帯西レンジャーというマスコットキャラクターがいます。自分の心や行動をそのマスコットキャラクターのどの心が伸びたか、そしてどのような心が活躍したのかを振り返りに使っています。今日もたくさんの帯西レンジャーが活躍するように歌います。」と述べてくれました。演目は「一番はじめは」「いっしょうけんめい」「トウモロウ」でした。一年間、チームとして様々な課題が生まれ、それを解決しながら乗り越えてきた子供たちの姿には大きな成長を感じることができました。また、一つ一つの歌と向き合い、全員で歌詞の意味を共有しながら表現し、ホールに美しい歌声を響かせている姿は帯西ブルーの心そのものでした。



講評では「たくさんの人数が合唱部に入っているのは、脈々と流れる帯西の音楽の力だと思っています。音楽の好きな子供たちを、今まで歴代の先生方が育ててくださった賜物だと思っています。やはり合唱は大人数で聴くと、すごく厚みのあるハーモニーが響いていました。合唱の醍醐味を今日は見せてくれたと思います。細やかな表現、歌声、全てみんなの手本になると思います。」と素晴らしいコメントもいただきました。

今後は、定期演奏会に向けて一年間の集大成の姿を発表してくれる予定です。2月22日(土)10時から帯西体育館で開催されますので、ご都合がつかれる方は是非来場ください。

スマホによる目への影響

デジタル機器と紙とで、目への影響を比較した調査結果がありますので紹介します。本を読むときの目から対象物までの距離は平均33.7cmだったのに対して、スマホによるメール作成時は27.7cmでした。物を見るとききの距離が20cmの場合、30cmと比較すると、約1.7倍もピンとを合わせる力が必要とされるそうです。それだけ目への負担が大きくなるので、紙よりも近くで見がちなデジタル機器の方が近視になりやすいとされています。

近年は、若い世代を中心に、片方の目が内側を向いてしまい物が二重に見える「急性内斜視」も増える傾向にあります。これはデジタル機器をとて至近距離で見続けることが原因の一つだと考えられています。日本小児眼科学会が、全国の医療機関から報告された5~35歳の急性内斜視の患者194人を分析したところ、16歳が16人で最も多く、次いで13歳が14人、14歳が13人と中高生に多かったそうです。また患者の中でデジタル機器などの使用時間が長かった人を対象に、デジタル機器の使用時間を減らしたところ、斜視が改善した人もいましたが、目の位置がずれる角度が大きくなってしまうと、自分の力では元に戻りにくくなるそうです。

目を守るためには、①一日2時間外で遊ぶ ②デジタル機器から30cm以上離して見る ③30分に一回、2~3分画面から目を離す ことを医師は推奨しています。

