



みかわの子

令和6年6月25日

第4号

みやき町立三根西小学校 学校だより 文責 校長 松尾 尚子

あいさつ運動



授業参観



6月13日(水)、授業参観日の朝、父親委員会(育友会)の皆様が、校門であいさつ運動に取り組んでくださいました。知り合いのお父さんに会って喜んだり、ちょっと照れたりしていた三根西っ子。いつもの朝とは一味違う雰囲気でした。

その後の参観授業。家族の人が学校に来てくれるのは、子供たちにとって、少し心がくすぐったくて、でも、嬉しい気持ちです。いつも以上に張り切って発表したり、反対に緊張して普段の自分が出せなかったり。でも、幸せな瞬間であったことは間違いありません。

今回2年生と5年生は、ゲストティーチャーをお招きして学習しました。2年生は歯科衛生士による歯の健康講話、5年生は医師による健康教育です。大切な歯、大切な体を維持するために、今後自分でやることは何かを学びました。子供たちの生活習慣に活かすことができれば幸いです。

ご多用の中、たくさんの保護者様に参観いただき、ありがとうございました。

地区懇談会 ありがとうございます

6月21日(金)地区懇談会を行いました。育友会の地区委員の皆様には開催にあたり、お世話をおかけしました。また、民生委員・児童委員の皆様にもご参加いただき、有意義な情報共有ができましたこと、御礼申し上げます。各地区で話題になったことを少しお知らせします。

○「子ども110番」について、児童に周知してほしい。

○水難事故防止のため、川のそばに浮き輪を置いている。その浮き輪の使い方を児童に教えてほしい。

⇒110番の旗や水難防止用の浮き輪などについて、学校でも指導をいたします。ご家庭では、登下校やお子様の行動範囲によって、それらのある場所の確認をお願いします。

○自転車に乗るときのヘルメット着用を徹底させてほしい。キックボードで遊んでいて、危険でないか心配。

⇒交通安全教室でも警察の方が話をされましたし、学校でも指導をしています。夏休み前に再度話をいたしますが、ご家庭でもお子様の自転車の乗り方、交通ルール等についてご指導をお願いします。

暑さに負けない体力作りの基本は 栄養と睡眠から！

九州北部の梅雨入りは例年より遅れましたが、既に気温は30度を超す日もあり、これからますます外遊びや運動が心配です。WBGT(暑さ指数)が28(厳重警戒)を超えると熱中症患者が著しく増加するそうで、学校では計測値をもとに戸外での運動時間を短くしたり、こまめに水分を摂るよう声をかけたりしていきます。

しかし、他にも大切なことは、栄養・睡眠など、日々の生活習慣を整えることです。子供たちは、毎朝歩いて登校し、その後も、給食時間まで集中して学習に取り組めます。そのためには、**朝ご飯**でしっかりエネルギーを蓄えておくことが大切です。ご飯とみそ汁の朝食は、熱中症予防のこの季節も最適です。

子供たちの**睡眠時間**はどれくらいでしょうか？一晩寝たら疲れも吹っ飛ぶ...これが理想の睡眠ですが、どうでしょう。睡眠不足は、自律神経の働きを低下させるため、体温調節機能が上手く働かなくなり、熱中症のリスクを高くする可能性があるそうです。また、睡眠は成長に密接な関係があります。成長ホルモンは睡眠中に最も多く分泌され、骨の伸びにも影響します。深い睡眠であるノンレム睡眠の30~60分後から成長ホルモンの分泌が始まるそうで、そのためには、就寝時刻や昼間の運動も影響するそうです。質のよい睡眠を心掛けたいですね。「うちの親は、寝る時間にはうるさかったなあ」と、大きくなってお子さんがつぶやいたら...それもすてきな父さん、お母さんだったんだと思います。栄養と睡眠は、私たちの健康と幸福に不可欠です。

先生たちのおすすめの本

梅雨の時期は、外で遊ぶことができずに時間を持て余すことはないですか。ついつい、テレビやゲームに時間を費やしてしまいがちですが、こんな時こそ、読書をおすすめしたいです。

今、図書室では、先生たちのおすすめの本を紹介しています。各々の本の魅力が、子供たちにも伝わってくれたら嬉しいです。今回は、校長・教頭先生のおすすめの一冊を紹介します。

既にこの本は、5月の全校朝会で紹介しました。私が担任をしていた頃、4月の学級開きの時に読み聞かせていた1冊です。はちろうのクラスでは、何か自分以外のものの気持ちになって考え、発表することになりました。しかし、はちろうは、何も思いうかびません。むしゃくしゃした はちろうは、「夕飯のおでんはいらん。捨てといて」と言ってお風呂に入ります。すると、そこへ、おでんの具材たちがやって来て...『ねりがらしのだんな』の言葉が、実に素敵なんです。大人の方にもぜひ読んでほしい1冊です。(松尾)

主人公の少年パズーと少女シータが、空に浮かぶ不思議な島「ラピュタ」を探していく中で、たくさんの人と出会い、不思議な体験をします。2人が力を合わせて様々な困難を乗り越えていく場面に、ドキドキ・ワクワクします。友情や勇気、自然との調和の大切さなど、いろいろなことを感じられるとても素敵なお話で、私も大好きです。(高柳)

『みんなのきもち』
出版社：学研プラス

『天空の城 ラピュタ』
出版社：KADOKAWA

夏休み期間も、図書開館日があります。詳細は、後日図書館便りでお知らせします。その期間、保護者やご家族の方も、ぜひ三根西小の図書室をご利用ください。本を借りることもできますよ。お気に入りの本を手にとって、のんびり図書室でくつろいでいただけたら嬉しいです。

7・8月の行事予定

7月

- 1日(月) 委員会活動
- 2日(火) 児童集会
- 3日(水) なかよしアンケート
- 4日(木) 学校運営協議会
- 5日(金) SC来校日(午後)
歯っぴー教室 1・5年
- 8日(月) SC来校日(午前) 代表委員会
- 9日(月) 個人懇談会(～12日)4時間授業
- 16日(火) 地区児童会、浄水場見学4年
- 18日(木) 着衣水泳5・6年
- 19日(金) 終業式 11:40 下校
- 20日(土) 夏季休業開始(～8/25)

8月

- 13日(火) 学校閉庁日(～18日)
- 24日(土) 親子ふれあい除草作業・溝掃除
※宿題提出
- 26日(月) 始業式 11:40 下校

お知らせ

○ いじめ・体罰アンケートの提出、ありがとうございました。いじめアンケートは各担任が、体罰アンケートは管理職が対応いたします。

さらに詳しくお尋ねしたいことがある場合は、担任や管理職から保護者様へお電話させていただきます。ご多忙の中恐れ入りますが、どうぞよろしくお願いいたします。

○ 7月9日(月)より、個人懇談が始まります。お子様の学校での様子、学習の状況等について、(前期通知表の担任所見等にかえて)直接お話しします。また、ご家庭での様子など、学校外でも頑張っていること、家庭と学校がともに連携して支援・指導していきたいことなどを共有したいです。懇談会の時間は短いのですが、有意義な機会となりますよう、ご協力よろしくお願いいたします。

三根西小学校ホームページもぜひご覧ください。

➡アドレスはこちら <https://www.education.saga.jp/hp/minenishi-e/>



➡スマートフォンの方は、こちらのQRコードからもアクセスできます。