

あかるく
やさしく
ねばり強く



学校だより

木葉山

玉東町立木葉小学校 校長 水田 剛

「気づき、考え、行動する子どもの育成」 「いい声 いい顔 いい心」に満ちた学校

待ちに待った夏休み！！

梅雨が明け、一段と厳しい暑さが連日のように続いています。子どもたちの健康、体調管理に留意しながら前期も一段落。夏休みを迎えます。入学式で新1年生を迎え、スタートしたこの3カ月あまり、保護者の皆様、地域の皆様方には多くのご理解とご協力をいただきまして、心より感謝申し上げます。運動会本番での集中力、集会や授業で見せるいきいきした発表の姿、縦割りの中で培われる家族的な関係等々、一人一人が確かな成長を見せてくれました。

家庭・地域へ帰り生活する子どもたち。コロナ禍ではありますが、夏休みだからこそ経験できることをさせてあげてください。39日間の夏休み、一日一日をどう過ごすかが大事になってきます。そこで、子どもたちには次の3つのことを守って生活するよう話をしています。

①命を守る ②生活のリズムを守る ③きまりを守る

ご家庭でもご協力をいただき有意義な夏休みとなるようお願いいたします。



授業参観(7月9日)

水泳記録会(7月14日)

4年生東部環境センター見学(6月29日)

邦楽教室(6月29日)

心も身体も健康に！ 朝ごはんを食べることの大切さ

近頃、子どもたちの様子を見ていると、暑さのせいもありますが、何となく元気がなさそうにしている児童を見かけますが、話を聞いてみると、不規則な生活をしていたり、朝ごはんを食べていなかったりする児童がいます。ここで、朝ごはんを食べることによる効果をあげておきます。

- ・体温が上がり脳と身体がすっきりと目覚める
- ・生活リズムを整える効果が期待できる
- ・排便をうながし便秘を予防することができる

学校では勉強や運動をしたり、友達や先生といった他者とのかかわりを持ったりする中で、たくさんのエネルギーを消費しますが、人は眠っている間にもエネルギーを消費しています。朝ごはんを欠いてしまうと、活動するのに十分なエネルギーが昼食まで脳に送り込まれないことになってしまいます。朝食は、午前中からいきいきと健康的に過ごせる条件を整えてくれるのです。反対に、朝ごはんを食べずに学校へ行くことには、次のような問題点が考えられます。

- ・ぼーっとして授業に集中できない
- ・脳にエネルギーが送られず、イライラしたり身体がだるく感じたりする
- ・空腹により胃腸が活発化し普段の給食では足りなくなる

8、9月の主な行事

22日	PTA除草作業
30日	夏休み明け集会
30日	身体測定週間
7日	5年集団宿泊教室(～8日)
9日	放課後陸上(～16日)
22日	合同陸上記録会

育ち盛りの子子どもたちが、元気に一日を過ごせるよう、余裕を持って起床するとともに、しっかりと朝ごはんを食べて8月以降も元気に登校できるようご協力をお願いいたします。

◎8月12日(木)～16日(月)は閉庁となります。ご理解とご協力をお願いいたします。

