



—学校だより— 太田郷っ子

八代市立太田郷小学校
～笑顔 はきはき がんばる子～

R3. 10. 8(金) No.13

秋の夜長…充実した時間を過ごしましょう!!



今日、10月8日(金)は、二十四節気の「寒露」です。「寒露」とは、朝夕の冷え込みは一段と増し、秋草の葉に冷たい梅雨がつくようになる頃のことです。秋もいよいよ本番。山の木々の葉は紅葉の準備に入ります。天高く、澄み切った青空のもと、スポーツの秋、食欲の秋、読書の秋・・・と自然とともに、秋を楽しむ季節となりました。虫の音色を耳にしなが、秋の夜長の散歩道を歩くのも、この時期ならではの楽しみ方の一つかと思ひます。

手元にあった本にこんな一説を見つけました。「よい本を読め よい本によって己をつくれ 心に美しい火を燃やし 人生は尊かたつと 叫ばしめよ」(坂村真一 一言集より) また、作家の諸田玲子さんは、「どうしたら子供に本を読ませることが出来ますか?」と講演会でよく聞かれるそうですが、「答えは簡単。親が本を読むこと、そして、子供に本を読みなさいと言わないこと」と話されています。さらには、「子供は好奇心が旺盛で、親が熱中するものに関心をもつ」とも語られています。よい本に出会い、心の引き出しに言葉の宝物が増えていけばいいなと思ひます。



写真は阿蘇の風景です。2年間阿蘇にお世話になったので、その時頂いた写真です。



3つの約束でパワーアップ!

気力・体力・学力を充実させるには、生活リズムを整える、つまり規則的に生活することが欠かせません。具体的には、
・決めた時刻に起きる。 ・決めた時刻に寝る。 ・決めた時刻に学習を始める。
ということです。

生活のリズムが整ってくると、睡眠時間が確保でき、体調が整ってきます。体調が整えば、やる気も出てきます。朝ご飯もおいしく食べられ、はつらつとした一日を迎えることができます。夜遅くまで、ゲームをしたり、携帯電話を扱っていたりして生活のリズムは乱れていませんか?



「早寝、早起き、朝ご飯」を心がけ、自分の生活リズムを整えていきましょう。

朝夕はめっきり冷えるようになりました。気温の変化の激しいときでもあります。体調をくずさないように、ご家庭でも健康管理には十分気をつけてあげてください。

毎月11日は人権を確かめ合う日です。人権について語り合ひましょう。