



スマイル

No.9 令和2年9月18日

学校教育目標

郷土を愛し、健康で確かな学力と豊かな心を身につけた、たくましい児童の育成



運動会に向かって！



2学期が始まって3週間余りが経ち、子どもたちは、学校生活のリズムを取り戻し、落ち着いた雰囲気の中で学習に取り組んでいます。

そんななか、今学校では、26日に予定されている秋季運動会に向けて、今週から練習が始まりました。このところ、残暑もひと段落といった感じで、日陰に入ると涼しさを感じられるようになりました。子どもたちにとっては過ごしやすくなってきていると思いますが、熱中症対策やコロナ感染症対策には、まだまだ気が抜けません。

運動会は、学校にとって大きな行事の一つです。今年は、なかなか保護者や地域の皆様に、学校へ足を運んでいただける機会が取りにくい状況です。運動会に向け、全校を挙げてしっかり準備し、子どもたちの成長した姿をご覧いただければと思います。どうぞ、よろしくお願いします。



3年生の食育教室



8日（火）に、梶栄養教諭による食育教室を、3年生を対象に実施しました。

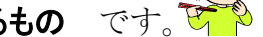
テーマは「食べ物の3つの働きを知る」です。授業では、給食に使われている食材を3色の食品群に分けました。3色とは、

赤：血や肉になるもの

黄：熱や力になるもの

緑：体の調子を整えるもの

子どもたちは、まず、給食に使われている食材の多さに驚き、そしてバランスのよい食事をしていることに気付きました。



食事の大切さを学習した1時間でした。



運動会練習に熱が入ってきました！

14日（月）から運動会練習が始まりました。今年は、学年種目の他、応援合戦と紅白リレーで、例年より種目数は少ないです。それでも全体練習になると、団長・副団長を中心にみんな一生懸命です。今年の団長・副団長を紹介します。

紅組団長 日高美柚 副団長 鈴木日陽
白組団長 鶴谷知央 副団長 高橋一豪

応援では、この4名を中心に放課後も練習を重ね、だいぶ仕上がってきました。

当日は、どんな応援が繰り広げられるか楽しみです。



睡眠について

7月上旬に「健康と生活に関する調査」を実施し、「就寝時間」についての調査結果を9月1日付ほけんだより「すこやか」でお知らせしました。

そのなかで、22時以降の就寝時間（平日）の人数（割合）を見ますと

1年 6人 (15.4%) 2年 10人 (30.3%) 3年 17人 (25.5%)

4年 13人 (19.1%) 5年 24人 (31.1%) 6年 36人 (76.6%)



休日になるとともに上記の人数が増え、全体的に就寝時間が遅くなります。

一般的に10歳代の睡眠時間は8時間とされています。午前8時に登校することを考えると、22時前までに就寝することが望ましいと考えます。

睡眠の役割は、疲労回復です。睡眠不足は生活に支障をきたし、生活習慣病やうつ病などの原因とされています。

運動会の練習も始まっています。疲れを翌日に持ち越さないためにもしっかりと睡眠がとれるように、ご家庭でも声掛けをお願いします。