

# 紀伊の風

令和7年(2025年)6月号  
和歌山市立紀伊小学校だより



## 早寝早起き朝ごはん

青葉若葉の時期となりました。1年生が植えた朝顔もかわいい芽がでてきました。また、運動場では、樹齢100年を超えたクスノキの若葉がとてもきれいです。



6月は梅雨に入り、じめじめとした季節になります。そして、細菌が繁殖しやすくなり、食中毒や胃腸炎になりやすい時期でもあります。個人でできる一番の予防策は、手洗い・うがいに加えて、「早寝・早起き・朝ごはん」に代表される基本的な生活リズムの確立です。



また、規則的な生活リズムは、健康だけでなく、学校生活や毎日の学習にもとても大切です。基本的生活習慣の乱れが、学習意欲や体力、気力の低下の要因の一つとして考えられるという報告もあります。まずは、「早寝・早起き・朝ごはん」です！

学校長 松山 裕一

## 登下校の安全について

雨の日は、傘をさして歩くので周りが見えにくくなります。傘の先が、近くを通る車や自転車に当たったり、引っかかったりすることもあります。交差点や道を渡るときは、しっかり左右の確認をする習慣がとても重要です。

また、6月より田植えの準備にあわせて用水路の水位があがります。雨の日に、用水路横の道を通るときは、特に注意をするよう指導しています。

この2点については、学校でも指導しますが、ご家庭でも登下校時の交通マナー・用水路の近くの歩き方などについてお話し頂きますようお願いいたします。

