

生活習慣を見直そう

学校長 馬場 秀典

新しい学年になり、約1ヶ月が過ぎました。学校生活はいかがでしょう。学年が変わるなど環境が変わったり、季節が変わる時などは体調を壊しがちになり、集中して学習に取り組むことができなくなります。

また、近年、各ご家庭の生活様式も多様化し、子どもたちにとって規則正しい生活リズムで過ごすことが難しくなり、体調を崩す子どもも多くなっています。

子どもたちが心身ともに健やかに成長していくためには、適切な運動、調和のとれた食事、十分な休養・睡眠が大切といわれています。また、子どもがこうした生活習慣を身につけていくためには家庭の果たす役割は大きいところですが、最近の子どもたちを見ていると「よく体を動かし、よく食べ、よく眠る」という成長期の子どもにとって当たり前で必要不可欠な基本的な生活習慣が大きく乱れているように思われます。こうした基本的な生活習慣の乱れが、学習意欲や体力、気力の低下の要因の一つとして指摘されています。

5月8日(月)～12日(金)の一週間、子どもたちに「ドラドラ貯金」のアンケート調査を行い、就寝時刻、起床時刻、朝食、歯磨きなどを調査し、保護者の皆さんから一言コメントをいただく予定となっています。(集計結果及び分析については後日、お手紙で出させていただきます。)

それぞれのご家庭で様々な事情もあるかと思いますが、子どもたちが心身ともに健全に過ごすことができるよう、各ご家庭で特に下記の4点について再度、ご確認いただきたいと思います。

また、できない場合はなぜできないのか、その原因を家族で話し合ってください。

①10時(低学年は9時)までには就寝している。

②7時までには起床している。

③毎朝、朝ごはんを食べる。

④適度な運動をしている。

5連休のゴールデンウィークは大変楽しみですが、大きく生活リズムをくずすことなく、連休明けには元気に登校できるようにしてください。

な
な
か
か
の
し
ま
ま

発行所
和歌山市立
中之島小学校
・PTA
2017年5月1日
第2号

5月行事

日	曜	学校行事	PTA行事・校外・その他
1	月	家庭訪問③	
2	火	家庭訪問④	
3	水	憲法記念日	
4	木	みどりの日	
5	金	こどもの日	
6	土		
7	日		移動図書館(中之島公園)
8	月	委員会 聴力検査(6年) ドラドラ貯金(8～12日) たてわりリーダー会	
9	火	社会見学(4年)	
10	水	聴力検査(4年・5年) たてわり給食	PTA運営委員会
11	木	眼科健診(全学年) 13:40～	
12	金	聴力検査(3年) 交通安全教室 集金袋配布(5月給食・4、5月PTA会費)	校長会
13	土		
14	日		
15	月	登校指導 聴力検査(2年) 聴力検査(1年) 和歌山城写生会(5・6年)	
16	火	内科結核運動器検診(2年) 14:00～	園長会
17	水	現教(校内研修会 ひまわり 特別支援教育)	
18	木	頭髪調べ 内科結核運動器検診(4・5・6年) 13:40～	
19	金	春の遠足 パッカー車見学(4年 13:30～)	
20	土	土曜教室	紀和駅前公園オープニングセ レモニー11:00～15:15 移動図書館(中之島公園)
21	日		
22	月	クラブ	
23	火	内科結核運動器検診(3年) 14:00～ スポーツテスト(低・中・高)	
24	水	現教(研究授業6-2) ALT	
25	木	内科結核運動器検診(1年) 9:00～ 集団下校	
26	金	スポーツテスト予備日 企画委員会	
27	土	土曜教室	PTA主催歓送迎会
28	日		
29	月	現教(研究授業2-1)	
30	火	色覚検査(4年希望者) 英語教室	
31	水	現教(研究授業3-2) 学校教育課学校訪問	

6/8 プール掃除、6/16 授業参観・懇談・救急蘇生法講習会、6/29 ふれあい給食

連休中の過ごし方について

楽しい連休にするために、以下の点について十分ご注意ください。

①地域の方に迷惑をかけない安全な遊びを

放課後や休日の校外指導についてはご家庭の指導が必要です。他の家の敷地に勝手に入ったりしている子がいるようです。してはいけないことはしっかり注意してください。

②交通安全に気をつけて

自転車の二人乗りや曲がり角の飛び出しなど、危険なことは絶対しないようにご注意ください。

③校区外に遊びに行かない

校区外やスーパーマーケットに遊びに行っている子がいるようです。子どもたちだけで、スーパーマーケットやコンビニエンスストア等、また、校区外(和歌山駅など)にも遊びに行かないようにご注意ください。

下校時刻の変更について

研究授業等の関係で下校時刻が下記のとおり変更となりますのでご了承ください。

5月17日(水)	ひまわり学級 14:40 その他の学級 13:30
5月24日(水)	6年2組 14:40 その他の学級 13:30
5月29日(月)	2年1組 15:30 その他の学級 14:40
5月31日(水)	3年2組 14:40 その他の学級 13:30