

行く年を惜しみつつ、来る年を指折り数える年の暮れとなりました。私もふと今年を振り返ってみました。今年度は、新型コロナウイルスが5類移行に伴い、復活する行事が多くありました。日程の調整が合わず、12月に重なったり中止になったりと、保護者の皆様にはたいへんご迷惑をおかけしましたが、その都度、素早い対応や温かい子どもへの応援等、後押しをしてくださり、感謝の気持ちでいっぱいです。未熟な私(教頭のこと)に変わらずアドバイスもいただき、学ばせていただいたことは、私にとってもかけがえのない時間となりました。来る年を指折り数えながら、令和6年度に向けて充実した学校生活を送れるよう取り組んでいきたいと思っておりますので、引き続きご支援・ご協力のほどよろしくお願いいたします。

00/20 全校遊び(王様ドッチ)

保健・給食委員会が企画をし、全校遊びを実施しました。代表委員会で話し合い、子ども達主催で、行っています。その第一弾が、王様ドッチです。1年生から6年生の子ども達の笑顔と笑いが運動場に響き渡りました。



01/30 海部郡音楽発表会

休み時間や家での練習など、学校以外でも練習を積み重ねました。当日は、最高の合唱や合奏を行うことができました。子ども達が一つの目標に向かって努力することの大切さを学びました。



02/17 突小防災デー

各地区の避難場所に地区の方と一緒に避難したり、防災倉庫を見せていただいたりしました。

また、学校でも、いろいろ防災について学びました。写真は1・2年生の防災カルタです。ゲーム感覚で学びました。



3・4年生は避難所作りをしました。写真は、床で寝るのと、段ボールベッドで寝るのでは、暖かさが違うことを体験しているところです。災害の後の支援の大切さを学びました。



5・6年と保護者の皆様を対象に、SNSの正しい使い方について、出前授業を行いました。ネットの落とし穴やトラブルなども交えながら、講義形式で教えていただきました。



全校防災学習では、話し合いの中で、地域の危険な場所も課題にあがるなど、少しの時間ですが、充実した話し合いになりました。ありがとうございました。

防災食の試食は、子どもたちから「おかわりないですか？」と声上がるぐらい好評でした。避難場所では、温かい食事をできることがポイントらしいです。今回の学びを、今後の学習に活かしていきたいと思います。



12/20 小中合同マラソン大会

子ども達はたくさんの方の声援を受けて走り、練習よりもタイムを更新させました。休み明けの子ども達は、普段より力を出せず、悔しい思いもしていましたが、「来年は頑張るぞ。」と、次を目指している姿を見て、心の成長を感じました。小学校だけの開催になりましたが、保護者の皆様には運営にご協力いただきありがとうございました。



12/22 第2学期終業式

校長先生より

2学期の始業式に、勇気をもっていろいろなことに挑戦をしてほしいと子ども達に伝えていました。みんなの姿を見ていて、①学習や行事等で、目標に向かって頑張った経験を大切にしてほしい。②日常生活でも、あいさつや早起きなど、頑張った自分をほめてほしい。と、2つのことを振り返りました。そして、短い冬休みですが、「冬休みにしかできないこと」をしっかりとやってほしい。大掃除や昔遊びなど、学校生活ではできないことにチャレンジしてほしい、との願いがありました。

生徒指導(中野先生)より

「大切にしたいこと5つ」と「絶対にしてはいけない火遊び」

- ①命…自分も他人も一つしかない命を。
- ②人とのつながり…第1歩はあいさつ。親しき仲にも礼儀あり。
- ③時間…ただただでも、一生懸命でも同じ1日。充実した時間を。
- ④お金ともの…買ってあげたり、無駄遣いは大切にしていることではない。大切に使うこと。
- ⑤決まりやマナー…安心して生活できるように。

安全担当(富田先生)より

「交通事故防止のための5つのポイント」
もしかして…車は急に動き出すかも。
止まる…完全に止まってから、周囲を確認。
みる…前後左右、周囲の確認を。
まつ…心にゆとりをもって、急がずに車が通り過ぎるまで待つ。
たしかめる…しっかりともう一度確認することを。

保健担当(神戸先生)より

冬休み元気に過ごすために

- ①げんきっこカレンダーをしっかりと活用。7つの項目を意識して、元気に過ごそう。
- ②かぜ、インフル等の予防のために、手洗いを。手洗いした後、きれいなハンカチで拭くまでが手洗いです。

3学期の主な行事

3学期の行事予定をお知らせします。主なものを入れておりますので、ご確認ください。また、PTA役員会で協議していないものもあります。増えたり減ったりする場合がありますが、その都度、早めに連絡はいたします。

※裏面に印刷しております。

寝る前のスマホ・ゲームで失うもの

〈教頭のつぶやき〉

【2014/3/8 日本経済新聞掲載】

中高生ら10代の若年世代向けには「頻繁に夜更かしをすると体内時計がずれていく」として規則正しい生活の大切さを強調。朝、目覚めたら日光を浴びて体内時計をリセットするよう呼びかけている。スマートフォンの普及を踏まえ、「寝床に就いた後に、携帯電話を使ったり、ゲームをしたりして活動と夜型化と招く」としている。

この記事が新聞に出たのは8年前。もうこの子たちは、働き盛りの年齢になっていますね。

寝る前のスマホが睡眠障害を引き起こす可能性があることを知らない人は少なくなってきたのではないのでしょうか。「自分は大丈夫」とか、思っていないですか。私は…最近まで思っていました。時間がない分せめてニュースだけでもと思い、スマホを。(言い訳です。)

スマホからでるブルーライトは、人の脳を覚醒させて、睡眠の質を落とします。エスプレッソ2杯分の脳を覚醒させる効果があり、また、寝ないようにするために飲んでいる「(例) モンスターエナジー」を飲んでいるのと同じです。それぐらい体を目覚めさせるブルーライトを寝る直前まで見ていたら、よい睡眠なんてとれるわけなく、続けていくと、睡眠障害を引き起こす原因になります。極端なケースでは、大きく4つの悪影響を及ぼします。

- 脳の生産性の低下
- ストレスや不安を感じやすくなる
- 太りやすくなる
- 免疫力が落ちて病気のリスクが高まる。

これがずっと続いていくと、大きな病気や事故などの取り返しのつかないことにもつながります。スマホをやめればよく眠れるというわけではありませんが、寝る前のスマホは本当に危ないですね。

学校でも、一人一台端末の導入が行われ、教育の中でもICTの活用も言われ、子ども達にとっても身近なものになってきました。これからは、本当に生活の一部として付き合いしていくものとなります。上手な付き合い方を、子ども達とまなんでいこうと思いました。

〈裏面に続く〉