

# なかよし

加茂名南小学校  
学年だより 1年  
2025. 5. 31

## のびよ青葉とともに

若葉もいつしか青葉に変わり、雨の多い6月を迎えようとしています。子どもたちは少しずつ学校生活にも慣れ、できることが増えてきました。まだ不安もあるだろうと思いますが、「学校が楽しい」と思えるよう支援していきたいと思います。今後ご協力よろしくお願いします。

また、6月は、雨の季節。小学生になって初めてむかえる梅雨時の学校生活になります。学級では、雨の日の過ごし方について話し合っていきたいと思います。梅雨時の健康管理についてもよろしくお願いします。

## 6月の行事予定

1日(日) PTA資源ゴミ回収	19日(木) 職員研修のため 13時10分下校
2日(月) 児童朝会	読み聞かせ
3日(火) 避難訓練	25日(水) 職員研修のため 13時10分下校
4日(水) 校内体操発表会	26日(木) 眼科検診
10日(火) 参観日(歯磨き教室) 集金引き落とし日①	30日(月) 児童朝会
11日(水) 心電図検査	7/18(金) 終業式14時下校
16日(月) 児童朝会・プール開き	7/28(月)～31(木) 個人懇談
17日(火) 集金引き落とし日②	

## 大切なスタミナ源

最近、朝食を食べない子どもたちが増えてきています。朝食を抜くと、体だけでなく心にも悪い影響を与えることは様々な面から指摘されています。

朝食を抜くことによって「体がだるい」「頭が痛い」「かぜをひきやすい」などの症状を訴える子どもたちもいます。一般的にも、

- 栄養不足から疲れやすくなる。
- 頭の働きが悪くなる。
- 精神的に不安定になる。
- 貧血になる。

などのことがらが指摘されています。このような状態で学校生活を過ごすと、友達とけんかをしたり、学習に集中できなくなったりするようになるのではないのでしょうか。

ところで、なぜ朝食を抜くようになるのでしょうか。一番の原因は「夜ふかしをして朝起きられない」というものです。起きてすぐは食欲はないわけですから、せっかくお家の方が作っても食べようとしないのです。そうすると、だんだんお家の方も作るのが面倒になり・・・ということで悪循環が始まることが多いようです。お家の方の愛情のこもったバランスの良い食事をとって、元気いっぱい登校してほしいと思います。

## 学習予定

国語	わけをはなそう ～ おおきなかぶ
書写	ひらがなのがくしゅう
算数	いろいろなかたち ～ たしざん(1)
生活	なつがやってきた あさがおのかんさつ
音楽	はくにのってリズムをうとう
図工	やぶいたかたちからうまれたよ おってたてたら
体育	からだほぐしのうんどうあそび みずあそび
道徳	おたんじょうびれっしゃ ぼくはずかしいや がっこうまでのみち

## ☆ 身のまわりを清潔に

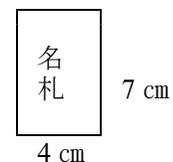
じめじめした季節をむかえ、体調をくずさないように気をつけてください。

- 1 手足を清潔にしましょう。
- 2 衣類は清潔なものを着用しましょう。
- 3 マスク、ハンカチ、ティッシュを忘れないようにしましょう。

## ☆ 水泳の学習について

プール開きが行われますと、いよいよ水泳学習が始まります。次の準備をよろしくお願いします。

- ・ 水着 黒または紺系統のスクール水着。  
名札を白布で付ける(左前にわかるように)。  
(幼稚園や保育所で使っていたもので、色や形が上記にほぼあっていればよい。)
- ・ 水泳帽子 原則として、**白色(1学年)**
- ・ バスタオル 体に巻くタイプのものが便利です。
- ・ サンドル 必ず名前を書いておいてください。



※水着の前面に白い布を縫いつけ、名前は油性ペンではっきり書いてください。

※男子の水泳パンツは、ひもをゴムに通し直していただければと思います。

(ひもがうまく結ばなかったり、水に濡れてほどけなかったりします。)

※実際に泳ぐようになったらゴーグルを使用してもよいです。

**(使用する場合は、自分で着脱できるようにしておいてください。)**

※水が汚れるため、日焼け止めクリームは使用出来ません。ラッシュガードは使用できます。使用する際には水着に準じますので名札もつけてきてください。

※爪を切る、耳あかをとっておくなどの衛生面での配慮をよろしくお願いします。

※眼科・耳鼻科・内科などで異常があった人は、医師と実施できるかどうかご相談ください。

**※体調の悪いときや見学をする場合は、必ず「れんらくちょう」に書いてご連絡ください。**

※水泳の準備がいるときは「れんらくちょう」でお知らせします。

※下着・靴下など、持ち物には、すべて名前を書いてください。

※髪の毛が長い場合は、自分で帽子をかぶれるようにまとめてきてください。