

み と や ま 御津山



御津北部小学校

校長室だより

令和7年1月24日

No. 9

3学期 まとめの学期です

1月もあとわずか。2025年になり、時の流れが速く感じます。1月は「いく」、2月は「にげる」、3月は「さる」と、年度末の慌たしさから、時の流れが速く感じることを表す言葉をあてはめたりします。時の流れの速さを実感する人が多いのでしょうか。子どもたちは、始業式に欠席が多く、インフルエンザの拡大が心配されましたが、すっかり落ち着き、元気な姿を見せてくれています。

残り少ない今年度ですが、学年のまとめをしていきます。ご家庭でも、体調管理をし、元気に登校できるようご協力をお願いします。

ながなわをがんばっています

ながなわ大会（1月30日）に向けて、体育の時間や太陽の時間などを使って、長縄跳び（8の字跳び）の練習をがんばっています。学級みんなでの記録をとりますが、より上手く跳ぼうと、休み時間に声を掛け合って、都合のつく子だけでもすすんで練習に取り組んでいます。素晴らしいですね。

ご家庭でも、ぜひ練習の様子などお話しし、応援をしていただけるとありがたいです。よろしくお願いします。



6年生 薬物乱用防止教室

6年生を対象に薬物乱用防止教室が開かれました。豊川警察署から講師の方をお招きし実施しました。御津北地区では、まだ大丈夫なのかもしれませんが、都市部を中心に若者の間でひそかに広がっていると聞きます。薬の作用でだんだん正しい判断ができなくなったり、幻覚を見たり、何より常習性が強くやめられなくなるなど、恐ろしいものだと教えてくださいました。

今後、事件・事故に巻き込まれないように、はっきりと断る勇気が大切なのですね。



3年生 消防団の方のお話を聞く会

3年生が、御津地区の消防団の方をお招きし、消防団について知る学習を行いました。高橋さん、山本さん、大屋さん。御津北小の児童のお父さんたちです。大変だったこと、嬉しかったこと、消防団に入った訳など、様々なお話を聞くことができました。「地区のために、誰かがやる必要がある。だから、自分が。」と、御津北小校区のためにがんばっていることが伝わってきました。お話の後には、消防団の消防車に実際ふれ、楽しく勉強することができました。

将来、地区のために協力してくれる子が増えるといいなと思いました。



4年生 モルモットのホスティング

4年生が、モルモットのホスティングをはじめました。モルモットの名前は、モルファ。この子は、今回が初めてのホスティングということで、緊張しているのか、なかなか箱から出てきてくれません。それでも4年生のみんなが、優しく声をかけてくれています。早く慣れるといいです。

モルファが、慣れたころにもう一度、写真付きで紹介をしたいと思います。楽しみにしていてください。



まだ出会えていないので図はイメージです。

(製作者：はねじ)

睡眠について ZZZZZ

厚生労働省が策定したガイドラインによると、小学生は「9～12時間」の睡眠が必要と言われています。とすると、朝7時に起床する場合、22時には就寝の必要があります。しかし、高学年からは、22時以降、人によっては24時以降という声も聞こえてきます。つまり、慢性的な睡眠不足ということになります。

睡眠不足は、免疫力の低下をおこすことや学習の効果にも大きく影響することがいわれています。その他、脳の発達において誘惑に負けやすくなるため約束が守れなくなり、不誠実な人となる可能性が大きくなるとか、分泌ホルモンの影響で外見的魅力が減少したり、表情を読み取る力が弱まるためコミュニケーション力が低下したりするなど、マイナス面の結果を示す研究結果が多く出ているそうです。

また、就寝の直前までゲームをしたり、映像を見たりすることなどが原因で、睡眠の質が低下するともいわれます。質が低下すると、成長ホルモンの分泌が減少したり、十分活用できなくなったりして、脳の発達に悪い影響があるそうです。

子どもの健全な成長のために、就寝時間や就寝前の時間の使い方について、ご家庭で話し合えるといいです。よろしくお願いします。

P T A環境整備活動とは別に、地区の方・保護者の方数名のボランティアで、月1回、8：30～9：00に草ボラを実施しています。年末に農園整備、新年に落ち葉集めを行ってください大変助かりました。活動後、短時間ですが授業参観もしています。活動のついでに授業参観いかがですか？1回だけでもOKです。連絡帳、電話等で教頭までお問い合わせください。お願いします。

