



ひかり

＝めざす子ども像＝
心やさしい子
進んで学ぶ子
体を大切にする子

「 気分一新 新たなスタート 」

夏季休業中における個人面談について、お忙しい中ご協力いただきありがとうございました。学校でのお子様の様子をお伝えするとともに、保護者の皆様の思いや考えをお聞きすることもできました。6月に実施した学校評価の結果も含めて、今後も子どもたちのより良い成長に期することができるよう職員一同努めてまいります。

子どもたちにおいても、自分を大切に「自分なりの目標をもって」生活・学習・運動に取り組んでほしいと思います。ご家庭でも、励ましの言葉をかけていただければ幸いです。

健やかな体 ——— 睡眠・生活リズムについて ———

子どもたちは夏休み中どのように過ごしていただでしょうか。7月に実施した「学校保健委員会」では、「睡眠」の重要性について学びました。睡眠は、「学習」の定着、「運動能力」の発揮、「心」の安定に大きく関わることでした。睡眠時間を確保するとともに、その質を高めて、規則正しい生活を送ることが重要です。そのためのポイントが次のように示されました。

- ・睡眠時間は8時間程度を確保する。(時間帯よりも時間確保<できれば継続>を重視する。)
- ・日中の仮眠(昼寝)は、30分程度にしておき、夜の睡眠を妨げないようにする。
- ・就寝時間が遅くなっても、起床時間を2時間以上ずらさない。
- ・寝る直前までのテレビ・ゲーム・スマートフォン・パソコン等の使用を避ける。



——— 熱中症対策について ———

夏休み中は、記録的な暑さが続きましたが、9月も気温が高く残暑が長引くと見込まれています。学校では、熱中症対策について、引き続き「暑さ指数」を計測しながら、こまめな水分補給を促したり、運動中止等の対応をとってまいります。しかし、学校ではもちろんエアコンを使用していますが、涼しいとは言い難い環境にあります。日々のお子様の体調等に合わせて、ご家庭でもご負担にならないように工夫して、個人でできる熱中症対策をしていただければ幸いです。必要に応じて担任にもご相談ください。

開かれた学校 ——— 2学期以降も校外学習や様々な体験的学習を実施予定です ———

すでに実施したものもありますが、各学年の校外学習の行先等は下記の通りです。具体的な体験や事物との関わりを通して、実際の生活や社会、自然について学んでほしいと思います。

- 1年生：アンデルセン公園(10月17日<木>)
- 2年生：千葉市動物公園(10月18日<金>)
- 3年生：社会科見学【市川歴史博物館、動植物園、梨園等市内巡り】(9月12日<木>)
- 4年生：社会科見学【キッコーマンものしり醤油館、茨城県自然博物館】(10月24日<木>)
- 5年生：社会科見学【大山千枚田、JFE】(7月12日<金>) 実施済み
ホワイトスクール【北志賀高原2泊3日】(1月7日<火>~9日<木>)
- 6年生：社会科見学【国会議事堂、キッザニア東京】(6月13日<木>) 実施済み
修学旅行【日光方面1泊2日】(9月19日<木>~20日<金>)



9月の予定



日		9 月
1	日	
2	月	登校開始
3	火	給食開始 短縮4校時
4	水	4年かるがもサークル読み聞かせ 第5回委員会活動 みなみタイム 6年走り方講座 身体測定6年・2年
5	木	4年彫刻刀教室 身体測定5年 2年
6	金	身体測定4年 1年 学校運営協議会・コミュニティサポート委員会
7	土	科学工夫作品展（～8日）
8	日	
9	月	下校指導
10	火	4年人権教室
11	水	1年3年かるがもサークル読み聞かせ 第4回定例研
12	木	3年校外学習
13	金	スクールカウンセリング日
14	土	
15	日	

16	月	【敬老の日】
17	火	登校指導 1年2年チーバくんダンス②③
18	水	6年かるがもサークル読み聞かせ 業間おはなし会 1年シャボン玉教室 みなみタイム PTA理事会
19	木	6年修学旅行
20	金	6年修学旅行
21	土	
22	日	【秋分の日】
23	月	【振替休日】
24	火	大掃除 5校時（親子清掃）
25	水	2年かるがもサークル読み聞かせ 2年陶芸教室 第3回クラブ活動
26	木	短縮4校時
27	金	短縮4校時
28	土	
29	日	
30	月	短縮4校時