



与路っ子

「早寝・早起き・朝ごはん」

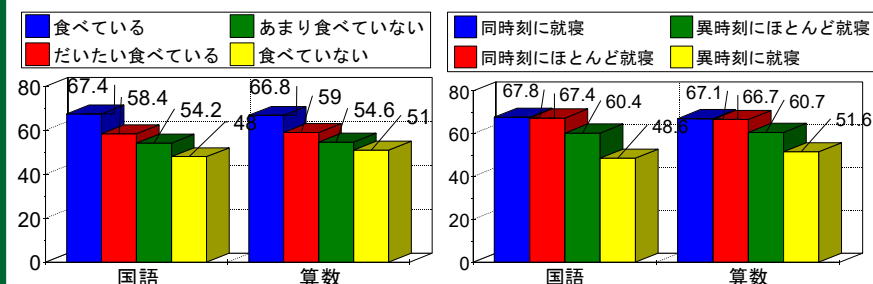
校長 前泊 勝利

子どもたちが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・睡眠が大切です。また、子どもがこうした生活習慣を身に付けていくためには、各家庭で親の果たすべき役割は大きいです。最近の子どもたちを見ると、「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のために当たり前に必要不可欠な基本的な生活習慣が大きく乱れていることがあります。こうした基本的な生活習慣の乱れが、学習意欲や体力、気力低下の要因の一つとして指摘されています。「早寝・早起き・朝ごはん」に代表される生活リズムの確立に取り組むことが大切です。



- たっぴり運動ぐっすり睡眠
運動を習慣にして、子どもたちの規則正しい生活のリズムを育みましょう。
- 早寝・早起き
毎日、早寝早起きして、しっかりと睡眠をとみましょう。朝起きたときにカーテンを開けて、朝の光を浴びることが大切です。
- 毎日しっかり朝ごはん
子どもたちが元気に1日を過ごせるように、バランスのいい朝ごはんを食べましょう。1日3食、規則正しく食べることも大切です。

下記のグラフは、全国学力・学習状況調査の結果の一部です。毎日朝食を食べたり、就寝時間が同じだと学力がよいという結果になっています。



7月は「海の月間」「熱中症予防強化期間」です

水難事故防止教室・海開き



6日(土)、水難事故防止教室と海岸清掃・海開きを行いました。水難事故防止教室では、消防署からお借りした人形を使い胸骨圧迫(心臓マッサージ)とAEDの使い方を講習しました。救急法は、時間との戦いです。秒単位で生死にかかわってきます。正しい知識と技能で大切な命を救うことができます。水泳学習前にとっても大事な救急法を学ぶことができました。その後は、待望の海開きです。少々冷たさの残る中での初泳ぎを楽しみました。次回からの水泳学習では、自分の目標が達成できるように安全な水泳学習を行なっていきます。

鎮西・実久地区小学校集合学習会



16日(火)、伊子茂小学校で鎮西・実久地区の小学校集合学習会が行われました。本年度初顔合わせでの集合学習会で緊張気味でしたが、次第に緊張もほぐれ楽しく合同学習ができました。昼休みは、ドッジボールをしてふれあいました。とても充実した集合学習会でした。

7月14日は「県民の日」

与路小・中の様子は加計呂麻島学校HPで… (<http://kakeroma-school.sakura.ne.jp/yoro/index.html>) 与路グリーンハウスブログもリンクしています。

池地小学校との交流学习



18日(木)、池地小学校との交流学习を行いました。迎える会の後、レクリエーションや与路のフィールドワーク、合同音楽、合同体育を楽しみました。来月は池地小へ行きます。

7・8月の主な行事予定

7月

2日(木)	期末テスト 1日目
3日(金)	期末テスト 2日目
6日(月)	学校保健委員会 学級PTA 家庭生活振り返り週間 (~12日)
7日(火)	保健タイム ALT来校
8日(水)	池地小との交流学习 (池地小)
9日(木)	学校評議員会
11日(土)	水泳大会
13日(月)	ALT来校
14日(火)	県民の日 児童生徒朝会
16日(木)	三島中学校集合学習会 (諸鈍中)
20日(月)	終業式 大掃除
21日(火)	夏季休業日~8/31
23日(木)	世界がひろがる読書の日

8月

3日(月)	出校日
10日(金)	山の日
21日(金)	出校日
23日(日)	世界がひろがる読書の日

【7月の生活目標】

- 言葉づかいに気をつけよう。
- 「さん・くん」を付けて呼ぼう。
- ていねいな言葉を使おう。
- 元気な気持ちよい返事をしよう。

【7月の保健目標】

- 夏の病気に気をつけよう。
- 熱中症対策をしよう。
- 休養や睡眠をしっかりしよう。

