

学校だより

かしわの葉

美幌町立美幌小学校 第5号

〒092-0062 網走郡美幌町西2条北4丁目1番地 TEL 0152-73-2019 受付時間 7:40~17:00(通常時)

【学校教育目標】

できること いっぱい みつけよう
自立する柏っ子

- ◇やりとおす
- ◇つたえあい
- ◇みとめあい
- ◇かんがえる
- ◇ふれあい

令和6年 8月26日 発行
文責 校長 中村 厚志

今一度「早寝・早起き・朝ごはん」を

校長 中村 厚志

28日間の夏休みも終わり、学校には子どもたちの元気な声が戻ってきました。

夏休み後の登校初日には、2学期の始業式を行い、夏休み中に大きなけがや事故もなく、全員が揃ってこの日を迎えられたことを喜び合いました。

また、子どもたちの様子から、いろいろな体験をするなどして、有意義で楽しい夏休みを過ごし、ひとまわり大きく成長したことが感じられました。夏休み中の子どもたちを見守り、また励ましをいただいた保護者・地域の皆様に深く感謝申し上げます。

一般的に夏休み・冬休み中は生活リズムが乱れがちになると言われています。

子どもたちが日々の学校生活のリズムをいち早く取り戻すことができますよう、ご家庭でのご協力をお願いいたします。何度も目にしたかと思いますが、「早寝・早起き・朝ごはん」の大切さについては、以下のように言われています。

○早く寝ること

睡眠中に分泌されるホルモンの一つに、メラトニンがあります。これは、抗ガン作用や老化、第二性徴を抑える作用がある大事なホルモンです。このメラトニンは、朝の光を浴びてから14~16時間後に出始め、眠りを誘う働きを持ち、部屋を暗くすると分泌されやすくなります。また、脳や骨、筋肉の成長を促す働きを持つ成長ホルモンも、寝ている間に分泌されるため、眠る時間が遅くなると、分泌に影響を与えてしまいます。睡眠は、体を休めるだけでなく、子どもの成長において大きな役割を担って

います。

○早く起きること

朝起きて朝日を浴びると、心のバランスを整えてくれるセロトニンという物質が活発に分泌されます。太陽の光には、私たちが備え持つ体内時計をリセットして生活リズムを整えてくれる働きもありますので、昼間、外で太陽の光を浴びて元気に遊ぶことで、夜はしっかり眠ることができます。朝起きたらカーテンを開けて朝日を浴びる習慣も身に付けたいものです。

○朝ごはんを食べること

私たちの脳は、ブドウ糖をエネルギー源としています。寝ている間もエネルギーを使っているため、朝にはブドウ糖が不足し、頭がボーッとしてしまいます。そのため、朝食でブドウ糖をはじめとする様々な栄養素を補給し、脳とからだをしっかりと目覚めさせることが大切です。また、朝食をしっかり噛んで食べることで、1日を活動的にいきいきと過ごすことができます。

○学力と朝食、睡眠の関係

様々な調査で、朝食をとらない子の多くは、集中力や持続力がなく、学校の成績が低い傾向があるようです。睡眠不足で朝起きられない子は、忘れ物も多く、アメリカなどの調査では、高校生の就寝時刻が遅くなればなるほど、成績が落ちていることがわかっています。

さて、2学期が始まり、これから様々な活動が目白押しとなります。子どもたちにはその一つ一つにしっかりと取り組み、元気いっぱい成長してほしいと思っています。

2学期が始まりました

8/23から2学期がスタートし、子どもたちの元気な姿をおよそ1か月ぶりに見ることができました。2学期の登校日数は83日ありますが、毎日の授業での学びを大切に、学習発表会などの行事に創意工夫を加えながら、教育活動を一層充実させていきます。



始業式で挨拶する児童会役員

全国学力状況調査の結果

文部科学省が4月に全国の小学6年生と中学3年生を対象に行った全国学力・学習状況調査の結果が、7月下旬に本校にも届きました。

平均正答率(%)	全国	全道	本校
国語	67.7	67.0	全道より低い
算数	63.4	61.0	全道よりやや低い

上記の平均正答率をはじめとした今年度の結果から、国語では『漢字の定着』や『理由などを記述する力』、算数では『数や言葉を用いて答えの求め方を説明する力』といった部分の正答率が特に低く、課題があることが明らかになりました。また、どちらの教科でも、調査問題の最後2問程度の無解答率が高く、問題を解く時間が足りなかった様子が見られました。「短い時間で長い文章を読む力」や「長文の中から必要な情報を見つける力」を高めることも課題の1つです。特に、話したり書いたりなど『表現する力』については学校全体の課題となっており、毎日の授業の中で子どもたちが力を高めることができるよう職員間でも授業改善に向けて研修を進めています。

一方、算数の『式に表して計算する力』は定着している様子が見られました。こうした基本的な知識や技能が、思考を深めたり広げたりし、豊かに表現する基盤となるため、今後も日常授業での学びに加え、家庭学習での学び直しを大切にしたいところです。年度始めに配布した『家庭学習の手引き』にも記載の通り、漢字の練習や読書、四則計算などの家庭学習に子どもが取り組めるよう、ご家庭でも声をかけて励ましたり、質問に答えたり、学習したものに目を通したりするなどの協力を今後ぜひお願いします。

祝 全道大会出場！

8/4に北見市で開催された北海道吹奏楽コンクール北見地区予選に出場した美幌小・東陽小合同バンドが、見事に金賞を受賞し、9/1に札幌市で行われる全道大会への進出を決めました。全道の舞台でも練習の成果を発揮し、美しいハーモニーを響かせてくれることを期待しています。



★生活目標★

- ◆廊下を静かに歩こう。
- ◆自分の持ち物に名前をつけよう。

日	曜	学校行事
1	日	
2	月	水泳学習（4年・5年）
3	火	クラブ⑤
4	水	評価事務（午前授業） 美幌神社祭①
5	木	評価事務（午前授業） 美幌神社祭②
6	金	美幌神社祭③
7	土	
8	日	
9	月	
10	火	児童会活動（前期反省） 教育相談会
11	水	
12	木	
13	金	職員会議 眼科検診（1年・4年）
14	土	
15	日	
16	月	敬老の日
17	火	一日防災学校
18	水	後期児童会選挙
19	木	教育相談会
20	金	学年学級経営反省会議 サポート会議（午前授業）
21	土	
22	日	
23	月	秋分の日
24	火	児童会活動（後期反省） 心臓検診（1年）
25	水	
26	木	全校朝会（任命式）
27	金	
28	土	町P連教育講演会 10:00～びほーる
29	日	
30	月	かしわっ子配布日

9月 スクールカウンセラーの予定

- ①9月11日（水） 10:00～12:00
13:00～17:00
- ②9月26日（木） 8:20～12:00
13:00～15:20

※場所は1階会議室（1年生教室奥）になります。
 ※保護者の方が利用する場合には、事前に学校まで連絡をお願いします。（73-2019 担当:教頭加藤）
 ※時間が重なった場合は、先に連絡があった方を優先します。
 ※10月の予定は次号にてお知らせします。