



# きすみの

教育目標『心豊かで たくましく生きる 来住っ子』

校訓【 かしこく やさしく たくましく 】

## 【寝る子は育つ】

### 睡眠の役割

- ① 骨や筋肉を発達させたり、脂肪の代謝を促進したり、免疫力を高める。
- ② 脳が活発に動く睡眠中に1日の学んだことを整理し記憶する。
- ③ 脳と身体を休ませる。

睡眠不足になるとボーッとした状態で学習に集中できません。小学生の標準睡眠時間は、個人差もありますが、7歳で10時間30分、9歳で10時間、11歳で9時間30分が推奨されています。すると、朝6時に起きようと思えば、夜8時に寝なければ、10時間の睡眠時間を確保できないということになります。

水泳学習が始まり、日中の暑さも含め、身体が疲れやすくなっています。また、スマホやゲームを身近に触れることのできる家庭で、「十分な睡眠時間をとるために、どのような生活をするとういのか」など話し合う機会をもっていただきますようお願いします。



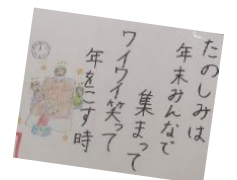
## 【五感を生かす】



令和6年10月30日(水)、川島隆太教授講演会が市内5年生児童を対象に開催される予定です。川島先生からの助言をお伝えすることで、学校と家庭、地域がさらにつながりを深め、子どもたちがよりよく育っていく手立ての再確認ができればと思います。

### 1 自尊感情・自己肯定感を高める

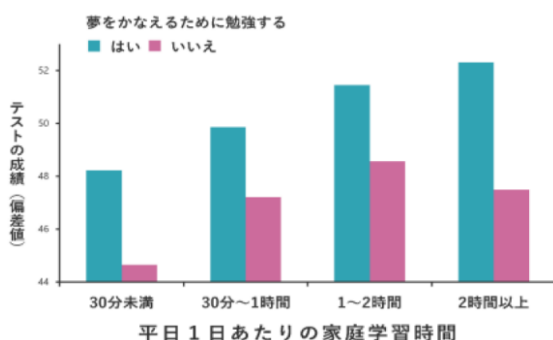
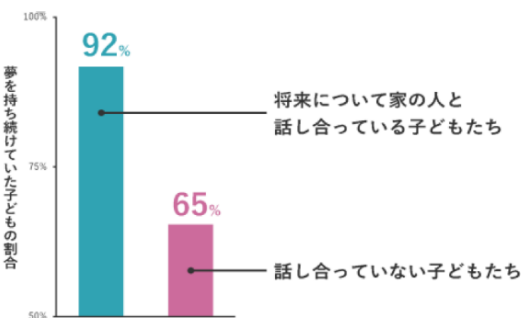
- ① 家庭での生活習慣 (生活リズム・朝食・コミュニケーション)



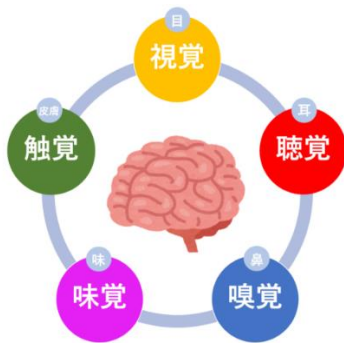
- ② 地域

の方々との関わり

振り返ってみましょう。お子様は、家庭での生活リズム (早寝・早起き・朝ご飯) を整え、元気な身体と夢と希望 (目標) をもって、毎日ランドセルと一緒に玄関をでていますか。帰宅後、家庭



でコミュニケーションがとれているでしょうか。  
もうすぐ夏休み！自尊心、自己肯定感を高める  
チャンスです。



## 2 紙と鉛筆で脳を働かせる

端末に書くことと紙に書くことは違うそうです。たしかに、AIドリルは間違いを分析し、出題してくれます。それでは、メタ認知が育たず、主体性とはかけ離れていますね。紙と鉛筆を使って、「なぜ間違っただのか」を自ら考えるプロセスが大切です。紙と鉛筆を使っていくことで、何ができて、何ができないか、自身を分析するメタ認知や主体性が育ちます。

## 3 読書は紙で想像力・創造性を育む

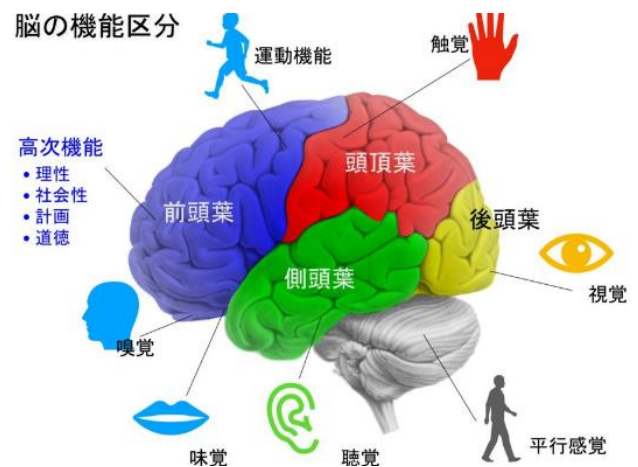
手でめくり、読み返しが容易で、書き込みができる紙の本は、想像力・創造性を育てます。

6月号で書店が減少していることをお伝えし、来住っ子の図書室利用を振り返りました。学校では、今、図書委員会が中心となってビンゴで読書を呼びかけているおかげで、朝から図書室は賑わっています。寝る前に本を片手に、読み聞かせも素敵なコミュニケーションとなりますね。いくつになっても嬉しいものです。

家庭がベースとなる生活習慣を今一度ご確認いただき、家族、地域の方々などたくさんの人とコミュニケーションを図りながら、子どもたちがすくすくと育つことを願っています。

学校においても教育目標【心豊かで たくましく生きる 来住っ子】をめざし、五感を十分に生かした教育活動をすすめていきます。

脳の機能区分



## 7月の主な行事予定

- 1日(月) 代表委員会 セタ集会
- 4日(木) プログラミング教育(5・6年)
- 5日(金) 児童朝会  
クラブ活動  
火災避難訓練
- 9日(火) 期末テスト(5・6年:国・算)
- 10日(水) 大掃除  
期末テスト(5・6年:理・社)
- 12日(金) 委員会
- 16日(火) 租税教室(1・2年)
- 19日(金) 1学期終業式
- 22(月)・23(火)・25(木)日 教育相談
- 8月28日(水) 2学期始業式

授業参観並びに懇談会・セミナーへ参加いただき、ありがとうございました。学校で、家族と同じ空間、時間を過ごすことは、子ども達にとって喜びもひとしお大きく、朝から明るい表情で「おはようございます」と挨拶し、家族の姿を心待ちにしていました。

あそび工房もくもく屋の田川雅規様のお話はワークショップ型で遊びから気づかされました。①人は、不安があると言葉や動きがある。②助けてほしい時は助けてと伝えたり、困っている人がいたらできることはありませんかと声をかけたりしよう。③大人だってできないことがあるし、失敗もあることを子どもたちに伝えていこう。

子育ての中で、学校教育の中で、ふとした表情などに気づき、活かし、よりよい関係を築きあげたいものです。



※PTA奉仕作業について

年間計画において、PTA奉仕作業を10月19日(土)に行う予定にしていました。ところが翌日20日(土)に県陸上大会が入りました。PTA役員様で相談していただき、子どもたちが万全を期した状態で陸上大会へ参加させたいという配慮で、10月26日(土)へ変更させていただきます。ご理解とご協力のほどよろしくお願いいたします。