



「健康」な体は規則正しい生活と食習慣から

学校長 安永 香里

2学期が始まり2週間が経ちました。残暑が厳しく子どもたちも疲れがたまってきているようです。

人間の活動の源は「健康」です。健康な体は、物事に取り組む意欲や気力といった精神面にも深く関わってきます。学校生活で自分の能力を十分に発揮し、学習効果を高めるのにも健康な体が第一です。健康な体をつくるには、運動と栄養、睡眠が必要です。子どもたちの生活を振り返ってみて、こんなことはないでしょうか。

- ・食べ物の好き嫌が多い
- ・おやつを食べて食事がお腹に入らない
- ・食事の時間が不規則
- ・テレビやゲームに熱中し寝る時間が遅くなり睡眠時間が少ない
- ・朝起きられずに朝食を抜いてしまう
- ・疲れ気味で外遊びや運動をしない

このような生活は、肥満や生活習慣病の引き金にもなります。当然、学習効果もあがらない状況にもなります。

今年度は、休校期間が長引き学校の始まりが遅かったこともあり、生活が乱れがちな子どもたちや体力不足の子どもたち、そして何より、異常な暑さで「しんどい」と訴える子どもたちが目に付きます。学校としても、新型コロナウイルス感染拡大予防と熱中症予防に細心の注意を払い、対策の一つとして、PTAの予算からミストシャワーを設置しました。

ご家庭の方でもこれまでと同様、子どもたちの様子に注意をしていただき、規則正しい生活を送ることができるよう宜しくお願いいたします。

◇ 運動会 ◇

2学期に入ると、学校は一気に運動会ムードになり、子どもたちの練習にも力が入ってきます。

子どもたちの成長した姿をぜひご覧いただき、励ましの声援・応援をよろしくお願ひします。まだまだ暑い日が続きますのでタオルや多めのお茶を用意していただき、体調管理にも十分に気をつけるようご家庭でもお声かけをよろしくお願ひします。

10月3日(土) 9時開会 午前中終了予定 ※雨天延期

10月5日(月) 代休

10月7日(水) 9日(金) 運動会予備日

※今年の運動会は、午前中に終わり、下校しますので、お弁当は必要ありません。

雨天の場合は、午前中に月曜日の4時間の授業を行い、お昼ご飯は食わずに下校します。

※予定通り3日実施の場合、7日・9日は、給食があり通常授業です。

※予備日に運動会が行われた場合は、午前中で運動会は終了し、給食を食べて、午後の授業終了後、下校します。(授業時数確保のため、変更になっています。)

※10月2日(金)は運動会の準備のため1年生～5年生は給食終了後下校します。

9月行事予定

1	火	二測定(1・2・3年)	19	土	PTA 実行委員会
2	水	二測定(4・5・6年)	20	日	
3	木	委員会活動	21	月	敬老の日
4	金	NET 880万人訓練	22	火	秋分の日
5	土		23	水	学校徴収金引落日
6	日		24	木	運動会児童係打ち合わせ(6時間目)
7	月	歯科検診(1・2・3年)	25	金	全体練習(1時間目)
8	火	運動会練習開始	26	土	
9	水		27	日	
10	木	歯科検診(4・2・6年)	28	月	
11	金		29	火	
12	土		30	水	全体練習(1時間目)
13	日		1	木	全体練習予備日 運動会児童係打ち合わせ
14	月		2	金	運動会リハーサル 運動会前日準備
15	火	NET 要点監視	3	土	運動会
16	水	児童朝会 スクールカウンセリング 眼科検診	4	日	
17	木		5	月	代休
18	金	NET	6	火	

◇お願い◇

今年度の運動会は、コロナウイルス感染防止対策のため、例年とは、異なる形で開催する予定です。プログラム数を減らし、午前中で終了します。子どもたちの座席の間隔をあけてとります。競技待機場所も大きく取ります。それに伴い、福祉席、来賓席、保護者席の廃止となりますが、演技中の該当学年の保護者優先立見席を設ける予定です。譲り合って、ご利用ください。

また、保護者の入場は、東門のみとなっております。自転車での来校もお控えください。

◇お知らせ◇

3年生～6年生の音楽担当の豊永 佳子先生が体調不良のため退職し、9月1日より、奥田 輝世美先生が着任し、音楽を担当します。宜しくお願いいたします。

◇お知らせ◇

中止になりました6年生の修学旅行の代替および、1～5年生の校外学習は、現在検討中です。決まり次第ご連絡いたします。

◇放課後子ども教室◇

10月より実施予定でしたが、新型コロナウイルスの感染が収まっていない状況なので実施を延期いたします。実施時期が決まりましたらお知らせいたします。