

令和3年度

令和4年2月8日



遷喬小だより

2月号

TEAM 遷喬 PRIDE 遷喬

～子どもも 教師も 地域も 伸びる学校～

デジタル化社会における健康な体づくり 睡眠と運動

1月31日全校朝礼にて、睡眠と運動の大切さについて子どもたちに話しました。
デジタル化社会における健康な体作りについてぜひご家庭でも話し合ってみてください。

3学期の始業式において箱根駅伝で優勝した青山学院大学の話をしましたね。

青山学院大学の強いひみつは、「目標に向かって、自分で考え、仲間と共に自分で自分を成長させる。」ところにあるということです。

実は、もう一つ、優勝した理由があります。

それは、けがをしない体作りです。今、シューズ革命といって、昔に比べて、速く走ることができる新しいシューズが発明されて、ほとんどの選手が、その靴を使って、走るタイムを伸ばしています。しかし、新しいシューズが出てきてから、今までとは違うところのけがをしてしまう選手が増えています。青山学院大学はそのことに気付いて、対策として、けがをしないためのトレーニングをきちんとしたそうです。

この話と似ていることが学校で起きていると校長先生は考えています。

それは、一人一台タブレットが学校に導入されました。皆さんが学んでいくためには、とても役に立つ新しい道具です。どんどん使っていますし、これからの時代は、どんどん使っていく必要があります。ただし、新しいシューズと同じように、タブレットやスマホをどんどん使うことで、どこか、体によくないことが起きるのではないかと心配しています。

そこで、青山学院大学と同じように何か対策をしないといけません。

校長先生はその対策として2つ、皆さんにお願いをします。

一つは、睡眠です。しっかり寝てください。遅くまでスマホやゲームをしてしまって、寝る時間が全然足りていない人がいるようです。しっかり寝ないと成長ホルモンが出なくて、皆さんのからだの成長に悪い影響が出ます。保健室にもたっぷりぐっすり眠ることの大切さについて、掲示しているので見て下さい。

もう一つは、運動です。しっかり体を動かすことです。コロナ禍でなかなかみんなで運動をするのは難しいですが、コロナ対策をしながら、例えば、縄跳びを頑張ったり、走ったり、体を動かすことが大切です。昼間、運動をすると、夜もよく寝ることができると思います。

コロナ対策として、また、デジタル化社会の対策として、普段から健康に気を付けてほしいと思います。

そのために、遅くまで起きていないで早く寝ることと外で体を動かすことの大切さについてお話をしました。

学校給食週間 1/24~1/30 **おいしい給食 いつもありがとうございます！**

毎年、学校給食週間に合わせて、給食を作ってくださる関係者に感謝の気持ちを伝えたり、残さず食べようとする意欲を持たせたりするための取組を行っています。

今年も、コロナ禍のため全校集会は実施できませんでしたが、各学級からお世話になっている給食関係の皆さんへ贈り物（手紙や歌、クイズ、メッセージ等）を届けました。

これからも、好き嫌いせずしっかりと食べて、あいさつや片付けも上手にしていきたいと思います。



給食クイズ



児童代表の感謝のお手紙



調理員の皆さんのお話

引き続きのお願い **新型コロナ対策と人権を守ること**

〈ご家庭へのお願い〉

- 発熱がなくても風邪症状が見られるときには、自宅で休養して下さい。体調に不安がある場合は、かかりつけ医に相談し、結果を学校まで報告して下さい。
- 同居の家族に発熱等の風邪の症状がみられる場合は、登校を控えるようご協力下さい。
- コロナに関して、個人を特定することや偏見・差別につながる行為、人権侵害、誹謗中傷等は絶対に行わないで下さい。SNS 等による根拠が不明な情報に基づく行動はとらないで下さい。また、そのような情報を拡散しないで下さい。

〈子どもたちに繰り返し伝えていること〉

- 基本的な新型コロナ対策を続けること ・正しくマスク・手洗い・換気・三密を避ける
- マスクを外す場面は特に注意すること
 - ・給食：黙食 ・歯磨き：だまって、時間差、ソーシャルディスタンス
- できるだけ密を避けること（当面の間）
 - ・縦割り掃除→学級掃除に変更 ・学年朝の会→学級朝の会に変更
 - ・一斉下校→学年下校に変更 ・更衣室の変更（教室や更衣室、OS 教室の活用）

今後の主な行事について **変更する場合があります**

- ◎令和4年2月10日（木） **新1年入学説明会**
 - ・音楽室→体育館に変更 ・物品購入は、3・4OSで行います。
- ◎令和4年2月15日（火） **久世中学校入学説明会**
 - ・現時点では予定通り実施と聞いています。6年生保護者の皆様にご案内しています。
- ◎令和4年2月16日（水） **新1年体験入学中止 別の形に変更**
 - ・1年生：手作りプレゼント作成 ・5年生：ビデオレター作成
- ◎令和4年2月25日（金） **参観日** ・本日、参観日に関するお知らせを配布しています。
 - ・なお、**今後の感染状況を見ながら実施の可否を判断**します。
- ◎令和4年3月2日（水） **感謝を伝える会**・・・6年生が企画実施します。
 - ・三密を避けるため、体育館にて実施予定です。
- ◎令和4年3月4日（金） **6年生を送る会**・・・5年生が企画実施します。
 - ・三密を避けるため、オンラインを活用し、各フロアに分散して実施する予定です。
- ◎令和4年3月23日（水） **卒業式**
 - ・残念ながら今年度も来賓・在校生の参加を見送ります。卒業生・保護者・教職員の参加です。
- ◎その他、PTA 関係の行事や各会議等も予定等変更がある場合はその都度連絡を致します。