



# しおかぜ

## 「寝る脳は、育つ」～よい眠りが「脳を育てる」

6月の全校朝会で、子どもたちに「睡眠の大切さ」について、お話ししました。その内容は、学校便り2号で書かせていただいた内容でしたが、子どもたちにも1学期の中だるみが出やすいこの時期に、話をしました。その内容は、下のとおりです。



- 1 よく寝ている子どもの脳の海馬（記憶力・自律心の領域）・・・平均より10%大きい。
- 2 よく寝ると・・・その他に、勉強に集中できる・心身共に健康になる。
- 3 睡眠時間を妨げるもの・・・スマホ（ユーチューブ・ゲーム・メール等）やゲーム・テレビの利用時間が多い。
- 4 本校の就寝時刻の目標と昨年度のアンケート結果  
・・・1・2年生は9時まで。3・4年生は9時30分まで。5・6年生は、10時まで。  
守れた人（83%） どちらかと言えば守れた人（11%） 守れなかった人（6%）
- 5 本校のスマホ等の所持率（昨年度）・・・全校児童約38% 5・6年生56%
- 6 寝る時間をより多く設けるために
  - (1) 日中、よく体を動かす。できるだけ太陽の下で。（太陽光線はセトロン[元気・やる気を出すホルモン]を出します。  
その働きで、夜、メラトニン[眠りをもたらすホルモン]が出ます。パソコンやスマホやゲームから出るブルーライトは、深い睡眠を妨げます。
  - (2) ゲームやスマホの時間を、決める。
  - (3) 寝る前は、心を落ち着かせて布団に入る。（寝ながらスマホはいけません）
  - (4) 朝の光で目を覚ます。



朝ご飯が、しっかり食べられます。勉強に集中できます。脳の働きがよくなります。

※これにより、よく言われる言葉「早寝・早起き・朝ごはん」が習慣化につながればと思います。

今の時代の子どもたちは、スマホやゲーム等、楽しく便利な物の中で生活しています。家庭での限られた時間をどう使っていくのかは、昔以上に難しくなっています。お子さんと家庭生活の時間の使い方について、お話をする時間を設けていただければと思います。

# 6月の活動の様子

## 6年生修学旅行(6月12日[水]13日[木])



いいお天気の中、6年生は広島方面に修学旅行に、港東小学校6年生と一緒にきました。

1日目は、平和の大切さを学びました。最初は、班別行動で、路面電車も利用して、本川小学校平和資料館や平和記念聖堂や折り鶴タワー巡り。次に、青少年センターで被爆された方から戦争や核兵器の怖さや平和の尊さのお話を聞きました。その後、平和公園内の碑巡りや平和資料館の見学。そして、原爆の子の像前では、全校生と折った鶴(千羽鶴)と歌「青い空は」を捧げました。夜は、広島市内のホテルに宿泊しました。

2日目は、歴史の勉強をしました。午前は、フェリーに乗って、宮島の厳島神社見学。昼食は広島風お好み焼き作り体験。午後は、広島城とこども文化科学館を見学しました。

両校の児童は仲良く協力しあいながら、多くの学びを得て、また、たくさんの思い出が作れた修学旅行だったと思います。

新幹線に乗り、広島へ



広島市内を班別行動しました



全校生が折った折り鶴をささげました



原爆ドームの前で



厳島神社の鳥居の前で



広島風お好み焼きを作りました



## 4年生飛行機体験(6月18日[火])



4年生は、コウノトリ但馬空港から飛行機に乗って、大阪方面に社会見学(遠足)に出かけました。見学地は、伊丹空港や水族館のニフレルでした。

小学生になって初めての遠足の行事で、社会の勉強の他、集団行動の大切さも学びました。





# 音読発表会 (6月22日[土])

オープンスクール期間中、PTA 各学年委員長  
さんに受付をしていただきました  
ありがとうございました。



1学期のオープンスクールの最終日に、音読発表会をしました。多くの保護者の皆様にご来校していただき、温かい拍手をいただきましたこと、ありがとうございました。子どもたちには、大きな励みとなりました。

少人数で、限りのある練習時間の中、どの学年の子どもたちは、今持てる力を出し、表現しました。運動会をはじめ、この音読発表会等の行事活動では、目標や課題を持ち、取り組みます。その過程で、自主自律・協同・責任等の大切さを発達段階に応じて学び、子どもは成長していきます。この学びは、社会が大きく変化しても、教育活動の不易の部分だと思えます。次は、9月の運動会に向け、取り組んでいきます。

1年生 「言葉あそびと歌」	2・3年生 音読劇「三年とうげ」	4年生 四字熟語劇「学校の日」
5年生 創作劇「自然学校」	6年生 群読「ゆうき」	全校合唱「365日の紙飛行機」

# PTA 救急法講習会 (6月22日[土])

上記の会の後、PTA 救急法講習会が PTA 生活体育部主催で行われました。本校の教職員も参加しました。講師は、豊岡消防署城崎分署の2名の職員でした。

心肺蘇生法や AED の使用方法等について学びましたが、地区水泳の他、日常生活の中での緊急時に対応できるものなので、大変、有意義な研修を行うことができました。PTA 本部役員と生活体育部の皆さん、ありがとうございました。



## ★学校の様子を、学校ホームページでお伝えしています

港西小学校

検索



ホームページ上段の「**学校生活**」を  
また、右下の「**日々の様子**」を  
クリックしていただくと、  
子どもの活動写真の画面に移行します。



# 港学校園 浜清掃 (6月29日[土])

港中学校生徒会が中心となって、港学校園の園児・児童・生徒、そして、保護者、地域（特に高年クラブの方々）の方々と一緒に、「つなげよう きれいな浜と地域の輪」のスローガンの下、気比の浜と田結の浜の清掃活動をしました。小雨が降っていましたが、浜がきれいになり、参加された方々といい時間を共有でき、子どもたちはいい学びの時間を送ることができました。ありがとうございました。

気比の浜	田結の浜	スローガン

## 水泳指導が始まりました



6月中旬から、体育の授業では、水泳指導が始まりました。水泳は全身運動のため、体力向上にはよい運動であり、また、水難の場合の自分の命を守る大切な技能でもあるので、発達段階や個々の力にあった指導をしていき、力を伸ばしていきたいと思います。



## 学年PTA活動

これまで、1年、2・3年、4年、5年の学年PTA活動が終わりました。お世話いただきました、各学年の学年委員長・学年委員の皆様、ありがとうございました。どの学年も、よい学びの時間、親子のふれあいの時間を過ごすことができました。

1年生：田んぼの学校



4年生：消防署見学



2・3年生：ピザ作り



5年生：和菓子作り





## 港学校園の協力体制～港っ子の健やかな成長のために～

「港は一つ」という言葉を、よく耳にします。

学校教育でも、これまで伝統的に、学校園間の連携協力体制ができ、さらに、学校間の垣根を越えて、地域をあげて、港っ子を育む歴史と環境があります。その取り組みと組織をご紹介します。

### 【港学校園間の連携】

・豊岡市が進めている「小中一貫教育」の港中学校区を取組

#### →港学校園一貫教育（港西小・港東小・港中の学校教育目標・めざす子ども像・めざす資質・力

を同一にして、9か年かけて指導し、たくましく生きる力を育成する教育）

※そのため・・・

3校の教職員が、組織的計画的に取り組みます。《推進委員会・3つの部会（学習意欲部会・ふるさと意識向上部会・人間関係力向上部会）

#### →こ小連携教育（港認定こども園と港西小学校・港東小学校が連携して、小学校入学時の不登校等

の問題の解消を図る教育）

※そのため・・・

「こども園と1年生の交流会」「運動会・マラソン大会参加」

「5・5交流会」「1年生体験入学」等の行事を

します。

### 【港学校園のPTAの連携】

・港っ子の健やかな成長と安心・安全な環境づくりのためのPTA間連携組織

#### →港学校園PTA協議会 →港学校園学校保健委員会

6月14日 こども園と1年生の交流会

#### →港学校園補導協議会

※ご支援をありがとうございます。

## ★教育懇談会のお知らせ

6月20日発行の豊岡市教育委員会だより「豊岡きょういく」vol.42に記載してありましたが、この度、豊岡市教育委員会は、**教育懇談会～豊岡の教育の現状と課題について考える～**を開催します。

**港地区は、7月29日(月)19時30分に、港地区コミュニティセンターで行います。**

主なテーマは、①市の教育方針や具体的な取組、②少子化による課題 等です。その後、市民の皆様との意見交換の時間が用意されています。お忙しいと存じますが、どうぞ多数ご出席賜り、ご意見を聞かせていただけたらと思います。



# 空調機器（エアコン）の設置



ここ数年、7月から9月までは、猛暑・酷暑の日が続いています。

そこで、子どもたちの健康面と学習面を配慮して、全国の公立小中高等学校では、教室の空調工事が開始されています。本校は、その工事が完了し、エアコンを使用できる運びとなりました。授業中の勉強時や、体育等後のクールダウン時に使用しています。

## 7月の予定

日	曜日	主な行事
1	月	振替休日
5	金	全校朝会
8	月	委員会活動 七夕集会
10	水	貯金日
11	木	阿部スクールカウンセラー来校日
16	火	期末懇談会（津居山）
17	水	期末懇談会（小島・瀬戸）
18	木	大掃除 地区児童会 給食最終日 地区別懇談会 代表委員会
19	金	1学期終業式 一斉下校
22	月	夏季休養日（～9月1日）
29	月	地区水泳開始（7/29・7/30・7/31・8/1・8/2・8/5） 豊岡市教育委員会主催：教育懇談会（19時30分、コミュニティみなと未来）
<b>8月</b>		
13	火	学校閉庁日（～8月15日）
17	土	PTA 奉仕作業

○毎週水曜日はボランティアさんにより  
ます「本の読み聞かせ」があります。  
○毎週11日は、「港西人権の日」です。  
毎週19日は、「食育の日」です。  
毎週23日は、「家庭読書の日」です。

### 【9月の主な行事】

- 2日（月）2学期始業式 一斉下校 あいさつキャンペーン（～6日）
- 3日（火）給食開始
- 6日（金）全校朝会 ○10日（火）夏休みがんばり展（～22日）
- 19日（木）運動会予演会 阿部スクールカウンセラー来校日
- 21日（土）振替授業日 運動会準備 ○22日（日）港西大運動会
- 24日（火）振替休日 ○25日（水）振替休日 ○27日（金）委員会活動 3校合同教育講演会
- 28日（月）兵庫県陸上競技豊岡大会（予備日 29日） ○30日（月）6年狂言鑑賞

