

校訓「強く 正しく 睦まじく」



# 三江の窓

学校だより 第5号

豊岡市立三江小学校

平成28年7月19日 発行

「三江の窓」及び本校の「取組」は、三江小学校のホームページに載せています

## 一学期を振り返って

コウノトリの雛が無事巣立ちました。卵からかえったばかりの時は3羽いたのが知らないうちに2羽になり、自然の厳しさを感じましたが、強い風や雨にも負けず2羽はどんどん成長していき、6月末に巣立ちました。安堵感と少しの寂しさと、親子ともどもへの祝福の気持ちがありました。蒸し暑さにゲリラ豪雨と不安定な天候ですが、熱中症等健康管理に十分気をつけさせたいと思います。

本校では、教育目標「自己実現をめざす子どもの育成」のもと、校内研究テーマを「なりたい自分になる力を育てる」として、教育活動に取り組んでいます。修学旅行、自然学校等の大きな行事はもとより、日々の授業においても子どもたちはとてもよく頑張ってくれました。また、今年度から三江っ子タイムや掃除、児童会活動等、1年から6年までの異学年の班活動を多く取り入れ、学年の枠を越えた仲間づくりに取り組んでいます。

さて、いよいよ夏休み、42日間にも及ぶ長い休みですが、2学期始業式には、全員が顔をそろえて、元気よくあいさつをしてくれることを何よりも願っています。

## 『眠育』ってなに？ →『寝る子は育つ！』

～子どものことを考える会(豊岡市PTCA事業)講演より:6月25日(土)～

夏休みが目前、子どもたちは待ち遠しいことと思います。長い休み中も生活のリズムを崩さず、2学期をうまくスタートしてほしいです。特に「早寝、早起き、朝ご飯」が毎日規則正しくできるよう、お家の方のご支援ご協力をよろしくお願いいたします。

『眠育』は字のとおり、『質のよい睡眠をとること』に焦点をあてた子育て・教育です。

～講演の概略(『眠育』で検索すれば、詳しいことが分かります)～

◎ヒト(人)は昼動いて夜寝る動物(当たり前ですが)だから、夜は寝なければいけない。小学校の低学年までは9時には寝る。高学年でも10時には寝る。11時を超えてからはいくら睡眠時間を取っても、体内時計が崩れてしまうし、子どもの脳の発達にはつながらない。きちんと睡眠が取れている子どもは、朝から元気がよい。

◎大人の睡眠と子どもの睡眠は、その持つ意味が全く違う。睡眠中は浅い眠りと深い眠りを繰り返すが、子どもの睡眠は浅い眠りのときに1日学習したことを整理し、脳に記憶させる、大切な時間である。

◎寝る2時間前の過ごし方を振り返ってみる必要がある。テレビであれば1時間、ゲームであれば2時間、終わってから脳の興奮状態を休ませるのに時間が必要であり、たとえ終わってからすぐに寝ても質の良い睡眠時間の確保につながらない。

◎休日の朝に遅くまで寝ていることがあるが、これは子どもの生活リズムを崩す入口である。休日も同じ時間に寝て、同じ時間に起きて朝ご飯を摂ることが大切である。

市町をあげて眠育に取り組んでいる所もあります。大人の活動時の付き添いも含めて、子どもは夜8時まで家に帰す、高学年でも活動を8時30分までにして家に帰す、就寝時刻は絶対に11時を過ぎない、これを徹底し不登校を0にしています。

ケータイ、スマホ、ゲーム機等の使い方とも合わせて、子どもの生活を見直していただき、元気で明るいあいさつが通い合う三江っ子の育成にご協力をお願いいたします。

## なかよし班での活動



▲なかよし班会議



▲三江っ子タイム（朝）  
～なかよし班でラジオ体操～



▲なかよし昼休み

異年齢による交流を意図的に仕組み、児童のつながりを学級の枠を越えて学校全体に広げることを目的として、全校児童を10班に縦割り編成しています。

ご家庭での話題に「〇年生の〇〇さんが…」と、自分の地区以外の学年の違う児童の名前が出てくることがないでしょうか。

高学年はそれぞれの班のリーダーとして低学年を導く、低学年は高学年の姿を手本として自分の行動をつくっていく、児童の中にそのような関係が学年や地区を越えて広がっていくことを願っています。

## 7月末～9月の行事予定

- 7月20日（水）終業式 11:30下校  
 21日（木）夏季休業日 地区水泳開始（～8/5）  
 プール（低・中・高）  
 22日（金）プール（中・高・低） 育成会夜間パトロール22:00～  
 23日（土）三江っ子体験【川の生き物探検】  
 25日（月）プール（高・低・中）  
 27日（水）プール（低・高・中） 陸上練習8:30～  
 28日（木）プール（中・低・高） 夏休み料理教室10:00～  
 陸上練習8:30～  
 29日（金）プール（高・中・低） 育成会夜間パトロール22:00～  
 1年・6年登校日（8:30登校・11:30下校）  
 31日（日）市民ふれあいのつどい（日高）  
 8月 1日（月）2年・5年登校日（8:30登校・11:30下校）  
 2日（火）陸上練習8:30～  
 4日（木）陸上練習8:30～  
 5日（金）3年・4年登校日（8:30登校・11:30下校）  
 地区水泳最終日 育成会夜間パトロール22:00～  
 6日（土）三江っ子体験【勾玉作り】  
 8日（月）陸上練習8:30～  
 9日（火）陸上練習8:30～  
 11日（木）山の日  
 12日（金） 育成会夜間パトロール22:00～  
 18日（木）陸上練習8:30～  
 19日（金）陸上練習8:30～ 育成会夜間パトロール22:00～  
 20日（土）三江っ子体験【豊岡盆地】  
 21日（日）地藏盆  
 25日（木）三江っ子体験【体験教室】  
 26日（金） 育成会夜間パトロール22:00～  
 27日（土）三江っ子体験【ゲンゴロウを探そう】  
 28日（日）親子クイズ作戦・引き渡し訓練（9:00登校）  
 31日（水）夏季休業最終日  
 9月 1日（木）始業式 一斉下校  
 2日（金）美化デー 給食開始  
 3日（土）三江っ子体験【ふるさと講座】  
 6日（火）夏休み作品展（～8日）  
 9日（金）貯金日  
 11日（土）（豊岡南中体育祭）  
 17日（土）運動会準備  
 18日（日）秋季運動会  
 19日（月）敬老の日 運動会予備日  
 20日（火）振替休業日 運動会予備日  
 21日（水）振替休業日  
 22日（木）秋分の日  
 24日（土）三江っ子体験【工作教室】  
 小学生陸上豊岡大会（おもしろたのしみえこども園運動会）  
 25日（日）三江地区公民館運動会