



## 生活リズムを整えて2学期の準備を！

校長 鬼塚 仁

昨日も最高気温が30度を超えました。暦の上では立秋を過ぎましたが、今年も全国各地で記録的な猛暑が続いています。テレビでは、毎日のように熱中症事故のニュースが流れていますが、皆様いかがお過ごしでしょうか。



さて、本日は夏休み2回目の出校日でした。子供たちが元気に登校し、久しぶりに学校に

活気が戻りました。幸い本校では、今のところ夏休み期間中に大きな怪我や事故等は起きていません。これも、保護者や地域の皆様が、子供たちの安全を温かく見守っていただいているおかげだと心から感謝しております。また、夏休み中のプール開放や校外補導、愛校作業など、PTA活動に御協力いただいた保護者や地域の方々にも厚くお礼申し上げます。本当にありがとうございました。

子供たちにとって長く楽しかった夏休みもあと10日ほどになりました。全員が元気に2学期を迎えられるように、子供たちへの安全指導及び健康管理について、もう一度具体的な指導をお願いします。特に、「早寝・早起き・朝ごはん」や「守ります！9時オフ」等に心掛けて生活リズムを整えるとともに、夏休みの課題等をしっかり終わらせるなど、2学期の準備もよろしくをお願いします。

### 大切な「眠り」まずは「早寝」から

この夏休みに読んだ著書「子どもの夜ふかし脳への脅威」には、現代日本社会において、夜遅くまで起きている子供、つまり「夜ふかし」をしている子供が増えていると書かれていました。「夜ふかし」による睡眠不足は、生体リズムを混乱させ、乳幼児では脳機能発達のバランスを崩し、少年・青年期では学校社会からの離脱の主原因となる慢性疲労症候群を招く恐れがあるそうです。また、近年の睡眠研究によると、子供たちの睡眠習慣の悪さが学習意欲や学力の低下、肥満、うつ病など、心身の発達にダメージを与えることも明らかになったそうです。

子供に必要な睡眠時間は、低学年で9～10時間、高学年で8～9時間と言われます。しかし、昨年、本校が実施したアンケート調査では、低学年の約45%、高学年の約20%の子供たちの睡眠時間が不足している実態が分かりました。子供の「眠り」は、基礎的な能力をつくる大切な時間です。十分な睡眠をとり、早寝早起きの規則正しい生活リズムをつくることで、子供たちの心身を守り育てます。子供が朝起きる時間は決まっています。毎日決まった時間に起きるために、まずは「早寝」の習慣を身に付けさせてはどうでしょうか。

## 市小学校水泳記録会

7月23日(火)、市小学校水泳記録会が行われました。子供たちは日頃の練習の成果を十分に発揮し、すばらしい結果を出すことができました。



### 【結果】

- 5年男子 50m 自由形  
1位 33秒77 (大会新記録)
- 5年男子 50m 平泳ぎ  
1位 49秒27  
3位 53秒20  
4位 54秒25  
6位 1分11秒48
- 6年男子 100m 平泳ぎ  
3位 1分52秒75
- 共通男子 200m リレー  
1位 2分38秒26
- 5年女子 50m 自由形  
1位 34秒91  
3位 41秒87
- 5年女子 50m 平泳ぎ  
1位 50秒07  
4位 1分00秒37  
6位 1分02秒91
- 6年女子 50m 自由形  
2位 43秒92  
3位 44秒25
- 共通女子 200m リレー  
2位 2分40秒86

## PTA愛校作業



8月18日(日)PTA愛校作業が行われ、多くの保護者や子供たちが参加しました。運動会に向けて、駐車場や校内の草刈りや溝の清掃を行い、学校の隅々まできれいになりました。おかげさまで、気持ちよく2学期を迎えることができました。ありがとうございました。



## 子供たちの学力向上のために～全国学力・学習状況調査の結果から～

今年4月、6年生を対象に実施した「全国学力・学習状況調査」の結果が公表されました。

本校の結果は、以下のとおりです。(単位%)

	本校	志布志市	大隅地区	鹿児島県	全国
国語	61	65	64	66	63.8
算数	65	64	63	65	66.6

国語は、市・地区・県・全国を下回っています。

算数は、全国をわずかに下回りましたが、県と同じで、地区・市を上回りました。

また、児童生徒の生活習慣に関する調査結果では、次のような課題があることが分かりました。

- 家庭学習時間が短い子供が多い。
- 家庭読書があまり好きでなく、読書時間が不十分な子供が多い。
- 新聞をあまり読まない子供が多い。
- 地域行事にあまり参加しない子供が多い。

これらの結果を踏まえて、本校では次のことを重点的に取り組んでいきます。

- 授業の中で、めあてとまとめを押さえ、練習問題を行う。
- 管理職・支援員の活用による少人数指導・個別指導を継続する。
- ドリル学習、補充指導、暗唱等を繰り返し行う。

子供の学力を上げていくには、御家庭の協力も必要です。そこで、これからも次のことに取り組んでいただくようお願いいたします。

- 家庭学習の時間確保(低30分、中60分、高90分)
- 家庭読書の充実(1日20分朝読み夕読み、親子読書等)
- 「早寝・早起き・朝ごはん」、「守ります！9時オフ」の推進

学力向上のために、これからも今まで同様、学校と家庭が連携して取り組みましょう。

### 【お知らせ・お願い】 給食費の口座引き落としについて

今年度も給食費納入をよろしくをお願いします。7月分の引き落とし日は9月5日(木)です。前日までに入金をお願いします。なお残高不足で引き落としができない場合は、事務室へ直接納入してください。

## 9月行事予定

- 2日(月) 始業式、PTAあいさつ運動(6年)
- 3日(火) PTAあいさつ運動(5年)
- 4日(水) PTAあいさつ運動(4年)
- 5日(木) B7校時、委員会活動、PTAあいさつ運動(3年)
- 6日(金) B校時、授業参観、学級PTA、PTAあいさつ運動(2年)
- 9日(月) B6校時、PTAあいさつ運動(1年)
- 12日(木) B7校時、児童代表保健委員会
- 14日(土) 土曜授業、運動会全体練習Ⅱ
- 19日(木) B校時
- 21日(土) PTA・父親を語る会テント組み立て
- 25日(水) 運動会予行練習、PTA運動会踊り練習
- 26日(木) B校時、運動会会場作り、PTA愛校作業(運動会準備)
- 29日(日) 第73回運動会
- 30日(月) 振替休日









