

学校だより

くれっしえんど

« 6月号 »

令和2年6月2日

大阪市立川辺小学校

校長 隅戸 祥子



令和2年度の学校が始まりました！

長い長い休業期間が終了し、やっと令和2年度の本格的な学校生活が始まりました。新入生の皆さん、改めて、ご入学おめでとうございます。また、一つ上の学年に進級した皆さん、進級おめでとうございます。保護者の皆様方におかれましては、学校休業期間中、児童の日々の生活や学習において、ご理解とご協力をいただき誠にありがとうございました。休業期間は終わりましたが、引き続き新型コロナウイルス感染症対策にご協力をよろしくお願ひいたします。

さて、待ち望んでいた子どもたちの笑顔と元気な姿に出会い、教職員一同、喜びでいっぱいです。校舎には明るく元気な声が響き渡り、静かで閑散としていた学校にもやっと活気が戻ってきました。しかし、油断は禁物。「手洗い」「マスク着用」「フィジカルディスタンス(人ととの間隔)」に留意し、教育活動を充実させていきたいと考えています。



✿ 基本的な生活習慣 ✿

「早寝・早起き・朝ごはん」で目を覚まそう！

★「早寝・早起き」ってすごい効果！＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊



眠りについた夜10時から夜中の2時までの間に、人間の体には成長ホルモンが分泌され、脳や体の細胞が作られていきます。夜遅くまでゲームをしたり、テレビを見ていたりすると、脳も体も疲れ、体の免疫力も低下してしまうのです。早寝早起きすると深い睡眠がとれて、体も脳も成長し、さらに記憶力もアップします。「早起きは三文の徳」といわれますが、朝の時間を有効に使って、朝ごはんを食べ、トイレも済まして、一日を気持ちよくスタートしましょう。

★「朝ごはん」を食べると、集中力アップ！＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊

学力調査結果からも「朝ごはんを食べてくる子どもの方が、食べない子どもより学力が高い」というデータがあります。それは、朝ごはんを食べることで体が目覚め、脳にエネルギーが補給され、集中力がアップするからです。学校に来ると午前中は、通常なら4時間目まで授業があるので、この4時間分のエネルギーを朝ごはんでとってきてください。



「魔法のことば」でみんながハッピーに！

★「あいさつ」はコミュニケーションの第一歩！＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊

出かける時にお家の人に「行ってきます！」、登校時に友達や地域の人、先生に出会ったら「おはようございます！」、何か親切にしてもらったら「ありがとうございます！」、下校時は「さような

りがとう！」など。「あいさつ」は人と人が仲良くできる「魔法のことば」です。初めのうちは少し恥ずかしくてできない人も、おもいきって大きな声で言ってみよう！きっと世界がどんどん広がりますよ。

