

学校保健委員会開催（9月3日）

P T A役員、学級会長、校医の先生、保健センターの方にご来校いただき学校保健委員会を開催いたしました。本年度のテーマは、「子どもたちの健康と食生活について考える」というテーマで講師に豊野保健センターの竹内享子先生と豊野学校給食センター栄養和田由美先生に来ていただき、竹内先生からは、「早寝早起き朝ごはんの大切さと長野市食育の取り組み」と題してご講演をいただき、また和田先生からは、「学校給食と子どもたちの食生活」と題してご講演をいただきました。

竹内先生のお話では、自然の生活リズムをつくる事が大切、そのためには睡眠がとても大事であり、情緒安定に欠かせないとのこと、高学年中学になると夜更かしをしていることがないか心配する、夜の11時から2時にかけては成長ホルモンの分泌がさかんに行われる時であり、しっかりと睡眠をとらせたい。また、朝食は、体全体をめざめさせる上でも大事であり、バランスのとれた朝食を食べさせたい。というお話をされました。また和田先生からは、給食センターでは、季節感を感じられるよう配慮して調理していること、地域の食材のじゃがいも、なし、たまねぎ、キュウリ等、できるだけ取り入れ、地場産物を使っていること、バランスのとれた食事が大事であり、ふだんの家での食事が主食ばかりになっていないか、心配。一日にいろいろな栄養素をとる「手ばかり」という方法で色々な食材をとりたいたいものだというお話をされました。



避難訓練・引き渡し訓練 （9月1日）

9月1日の「防災の日」にちなんで、1日に避難訓練と引き渡し訓練を行いました。避難訓練は、休み時間中に地震が発生したという想定で行い、非常ベルが鳴ると校舎の中のいくつかの集合場所に集まり、高学年の子が中心になって避難させるというものでしたが、整然と避難することができました。

また、引き渡し訓練には、お忙しい中、保護者の皆様、ご家族の皆様にご来校いただきありがとうございました。災害や犯罪などの発生時において、子どもだけでの下校では、安全が確保されない事態を想定して、安全に保護者へ引き渡すことを目的に行いました。引き渡し訓練は、これで4年目になりますが、最近心配される突然の豪雨時等に対する引き渡しも今後予想されます。そのような非常時に備えての訓練としてご理解いただいて、スムーズに行われてきていることありがたく思います。家の方々の貴重な時間を使って行っている訓練、さらに意味のあるものになればと思っております。



手計りによるめやす

自転車乗りに気をつけさせたいです!

21日より秋の全国交通安全運動が始まっています。お陰様で本校では、今のところ大きな事故等なく来ておりますが、油断大敵です。こちらでいくら気をつけていても、車の方からぶつかってくることもあります。それだけに、自転車乗りに際しては十分気をつけさせたいものです。ヘルメットも必ず着用して乗ってもらいたいです。薄暗がりでの自転車走行はとて危ないです。狭い道から広い道への出方等絶対に飛び出さないよう注意させていきたいものです。

秋の全国交通安全運動30日まで実施中

9月校長講話

今それぞれの教室に自由研究が飾られています。夏休みの毎日の生活の中で不思議におもったことを実際にやってみて、目でみて確かめる研究がたくさんされていましたが、毎日の生活の中で実際にじぶんでやってみて確かめること、失敗したこともあったかもしれないけれど、色々試してみることとても大事です。たくさん試す機会があると思います。もっと確かめてみることを大事にしてがんばってほしいと思います。



先週は「夏のつどい」がありました。楽しかったでしょうか。それぞれ 児童会の役員の方皆さん、縦割り班のリーダーの方皆さん、高学年の人たちが、色々アトラクションをしてくれました。楽しい夏のつどいになりました。楽しくなるためにみんないろいろ働いてがんばってくれました。



「夏のつどい」

先生の同級生A君の話をしてします。先生が皆さんの年頃のA君という同級生の話です。

A君は足が不自由でした。今はサッカーとか人気がありますが、先生の小さい頃は、野球がとても人気でした。

ただA君は足を引きずるので早く走ることができませんでした。そこで、A君も入っても楽しめるようにと特別ルールを作ってやりました。走るのがちょっと遅いので、打ったら、他の人が走る。とか、また自分が走るんだけど1塁まで距離を短くする。などいろいろ考えました。なんでかという、みんなが楽しくできるようにと失敗を繰り返しながらいろいろと考え工夫をしました。あれやってみたりこれやってみたり、そんな工夫をして1人も仲間はずれにすることなく、みんな楽しくできるように考えること、これも楽しい思い出になったと思います。

一つ昔から言われていることを紹介します。

「あやまちでは 改むるにはばかることなかれ」ということわざです。簡単に言うとうこういうことです。

失敗したことに気付いたらすぐなおすことが大事だということをいっています。

友達にいじわるをいってきずけてしまった。とかだれにでもあるのかなと思います。もしもすぐに気付いたらなおすことが大事だということをいっています。これももっとよくなるための勉強です。

もう一つ「過ちて改めざる 是を過ちという」ということわざを紹介します。先生はこのことの方が大事だと思います。まちがって失敗したことに気付かないこと、気付いてもなおさないことが一番いけないことです。ともだちに悪いことを言ってしまった、なおさないことはもっといけないこと。是非仲良く生活していくために、今日も一日楽しかったなあと思って過ごせるように、間違えたらすぐに直すことが大事です。なおさないことは悪いこと、このことを頭の中にとどめておいてほしいと思います。

毎日、下校の放送が「明日はもっといい日になりますように」と放送しますが、もっともっ

あやま

過ちては

あらた

改むるに

はばか

憚ることなかれ

あやま

過ちて

あらた

改めざる

これ

あやま

是を過ちという

といい一日にする。ぜひ今日の話を心にとめたいですね。