

州見台

木津川市立州見台小学校

令和6年2月1日発行 第12号

めざす児童像

かしこく……めあてをもち、すすんで学ぶ子ども
やさしく……優しく思いやりがあり、感謝できる子ども
すこやかに…元気で、くじけず、やり抜く子ども

URL <http://www.kizu.ed.jp/kunimidai-es/>

グローブと睡眠

先月、大谷翔平選手からのグローブが本校にも届きました。子ども達も届くことを待ち望んでいたようで、実物を前にしてキラキラと目を輝かせていました。大谷選手が、日本全国の2万校の小学校に寄贈したニュースにも感動しましたが、実際に届いた3つのグローブは、左利き用が1つ、右利き用がサイズ違いの2つと、その大谷選手の配慮にも感動しました。大谷選手からのメッセージも同封されていたので抜粋して紹介します。

ロサンゼルス・エンゼルス・オブ・アナハイムのメジャーリーガー、大谷翔平です。

この3つの野球グローブは学校への寄付となります。それ以上に私はこのグローブが、私たちの次の世代に夢を与え、勇気づけるためのシンボルとなることを望んでいます。それは、野球こそが、私が充実した人生を送る機会を与えてくれたスポーツだからです。この機会に、グローブの寄贈をさせていただけることに感謝いたします。

野球しようぜ。

大谷翔平



大谷選手は、母校・花巻東高校の恩師である佐々木監督の言葉、「先入観は可能を不可能にする」をずっと座右の銘にしているそうです。「どうせ無理」と自分で限界をつくるのではなく、「自分はできる」とポジティブな考えをもちながら挑戦し続ける大谷選手の考え方や生き方についても子ども達に伝えていきたいと思います。

大谷選手といえば、徹底した体調管理をされています。中でも睡眠を大切にされていることは有名です。睡眠時間は、10時間以上と報じられています。厚生労働省によりますと、睡眠不足は、成長の遅れや食欲不振・注意や集中力の低下・眠気・易疲労感などをもたらし、子どもの場合、眠気をうまく意識することができず、イライラ・多動・衝動行為などとしてみられることも少なくないそうです。やはり、「早寝・早起き」が大切ですね。

また、同志社大学赤ちゃん学研究センター副センター長で小児科医の渡部基信先生によりますと、①夜7時から朝7時までの間に睡眠をとること。②年齢に関係なく夜は10時間程度の中途覚醒のない連続した睡眠をとること。③入眠時刻と起床時刻がほぼ一定で、毎日前後30分(1時間)程度のばらつきに抑えることが、睡眠において大切なことだそうです。日中のパフォーマンスが充実するよう睡眠を大切にしたいものです。

最後になりましたが、保護者の皆様方には、本校の教育活動に関しまして、いつも温かいご理解とご協力をいただき、感謝申し上げます。至らないことや急なお願い等あるかと思いますが、ご支援ご協力いただきますことを重ねてお願い申し上げます。

2月行事予定			下校時刻 ※下校時刻は目安です。					
日	曜日	行事等	1年	2年	3年	4年	5年	6年
1	木	学校朝礼	2時40分	2時40分	3時30分	3時30分	3時30分	3時30分
2	金	学習参観 5 h 学級懇談会 6 h	2時25分	2時25分	2時25分	2時25分	2時25分	2時25分
3	土							
4	日							
5	月	体験入学(さくら・みかのほら) スクールカウンセリング	2時40分	2時40分	2時40分	3時30分	3時30分	3時30分
6	火	3年A6 クラブ・クラブ見学	2時40分	2時40分	3時30分	3時30分	3時30分	3時30分
7	水		2時25分	2時25分	2時25分	2時25分	2時25分	2時25分
8	木		2時40分	2時40分	3時30分	3時30分	3時30分	3時30分
9	金		2時25分	3時15分	3時15分	3時15分	3時15分	3時15分
10	土							
11	日	建国記念の日						
12	月	振替休日						
13	火	クラブ(最終) 児童朝礼(給食感謝の集い)	2時40分	2時40分	2時40分	3時30分	3時30分	3時30分
14	水	シュークリーム朝の読み聞かせ きずなあいさつ運動	2時25分	2時25分	2時25分	2時25分	2時25分	2時25分
15	木	3・4年A5校時 3年校外学習(山城郷土資料館) 送る会係活動② 縦割り班遊び	2時40分	2時40分	2時40分	2時40分	3時30分	3時30分
16	金	縦割り班遊び	2時25分	3時15分	3時15分	3時15分	3時15分	3時15分
17	土							
18	日							
19	月	スクールカウンセリング	2時40分	2時40分	2時40分	3時30分	3時30分	3時30分
20	火		2時40分	2時40分	2時40分	3時30分	3時30分	3時30分
21	水		2時25分	2時25分	2時25分	2時25分	2時25分	2時25分
22	木	6年生を送る会	2時40分	2時40分	3時30分	3時30分	3時30分	3時30分
23	金	天皇誕生日						
24	土							
25	日							
26	月		2時40分	2時40分	2時40分	3時30分	3時30分	3時30分
27	火	4年A5校時 委員会(最終)	2時40分	2時40分	2時40分	2時40分	3時30分	3時30分
28	水		2時25分	2時25分	2時25分	2時25分	2時25分	2時25分
29	木		2時40分	2時40分	3時30分	3時30分	3時30分	3時30分

22日(木)の6年生を送る会は、6年生の保護者のみ参観いただけます。6年生の保護者の皆さんは、さくら連絡網で配信したご案内をもう一度ご一読いただき、ご参観ください。