



佐山小だより

9月号

令和2年9月1日

学校教育目標

『希望を持ち 未来にたくましく生き抜く 心豊かな佐山っ子の育成』

規則正しい生活は、たくましい心と体をつくります！



残暑の候、保護者並びに地域の皆様方におかれましてはますますご健勝のこととお喜び申し上げます。また、平素より本校教育推進に格別のご支援、ご協力を賜り心からお礼申し上げます。

今年度は、いつもと違う夏になりました。今までの学校生活では、9月1日に第2学期の始業式を行っていましたが、今年は8月17日に2学期が始まりました。報道でも盛んに流れていますが、新型コロナウイルス感染症の拡大により、4～5月にかけて学校が臨時休業になり、子どもたちの学習が遅れたためです。しかし、残暑も大変厳しい状況にあり、教室においてはクーラーを最大限に使用して学習環境を整えているところです。日本は今、新型コロナウイルス感染症の蔓延に悩まされ、第2波のまただ中にあります。現在、学校生活においても新型コロナウイルス感染症予防について、細心の注意を払って取り組んでいるところです。ご家庭・地域におかれましても「三密を避ける(大声を出さない)」「マスクを着用する」「手洗い・消毒をこまめにする」「社会的距離を保つ」など新しい生活様式における予防の基本を守って頂きますようよろしくお願いいたします。

さて、年度当初の2ヶ月の及ぶ臨時休業あるいは夏休み明けで基本的な生活習慣が乱れていませんか。昔から、よく言われていることですが、**規則正しい生活をする子どもはたくましく育ちます**。1番大切なことは、「**早寝・早起きの習慣化**」です。朝日を浴びると、脳内の「セロトニン」という神経伝達物質が増え、心拍数・血圧の上昇を促します。これにより体温調節がうまく行われ身体が動きやすくなります。また、夜間には「メラトニン」という睡眠ホルモンが分泌され、体温・血圧を下げて眠りにつきやすくなります。睡眠時間が少なかったりぐっすり眠れないことが続いたりすると成長ホルモンがうまく分泌されず、発育や健康維持にも悪影響を及ぼしやすくなります。特に、**バランスのとれた朝食をとる**ことも重要です。脳のエネルギー源となるブドウ糖を適切に取り込むことで1時間目の授業に集中しやすくなります。昔から日本人は『粗食』をよき食習慣としてきました。粗食とは、決して粗末な食事を意味するものではありません。一汁一菜、つまりご飯とお味噌汁に少しのお漬物などの食事を粗食というのです。自然に寄り添い、バランスのとれた食事が今、見直されています。『白いご飯と具たくさんの味噌汁』…朝早く起きて、旬の物を入れた自然食を中心に朝ご飯を食べ、元気いっぱい学校に通い、外でお日様の光を浴びて元気よく遊ぶ、そして、夜は早く寝る、そんな生活をしていたら「心も体もたくましい子ども」に育ちます。もう一度、ご家族で話し合われて実践されてみませんか？

先日の環境整備作業、お忙しい中本当にありがとうございました。学校の外回りが見違えるほど綺麗になりました。いつもの夏とは違う2学期の始まりですが、これからも「ふるさと佐山で育ち、ふるさと佐山で暮らす幸せを感じることができる子ども」の育成に努めていく所存です。今後ともご指導・ご鞭撻の程よろしくお願い申し上げます。



8月23日(日)は暑い中、PTA 環境整備作業にご協力いただき、ありがとうございました。今年は、校舎周辺側溝の土あげや運動場の整地作業などもやっていただきました。おかげさまで、学校がとてもきれいになり、子どもたちも安全に、気持ちよく学校生活を送ることができます。地域の方にもご協力いただき、心よりお礼申し上げます。



6年生全員で取り組んでいる佐山小伝統の金管バンド演奏の発表の場が実現しました。新型コロナウイルス感染拡大防止対策のため、練習や発表をすることが思うようにならない中、6年生の学級PTA 活動で今までがんばってきた成果を保護者の方に見ていただくことができました。



今年の佐山地区ふれあい大運動会は中止となりましたが、日頃から取り組んでいる体育学習の成果を見ていただく「体育学習発表会」を9月16日(水)に行う予定です。発表種目や練習時間・方法等をこれまでとは大きく変更して、熱中症と新型コロナウイルス感染拡大防止対策をしながら、練習や発表をしていきたいと考えています。楽しんで体を動かし、コロナ禍の中での運動不足を解消してほしいと願っています。

9月の行事予定

※変更される場合もありますので、学年だよりや案内でご確認ください。

日	曜	主 要 行 事	日	曜	主 要 行 事
1	火	安全点検	16	水	体育学習発表会 職員会議
2	水	成長測定(2~8日)	17	木	子ども芸術体験教室
3	木		18	金	体育学習発表会(予備日) ぶっくん
4	金	ぶっくん	19	土	
5	土		20	日	
6	日		21	月	敬老の日
7	月		22	火	秋分の日
8	火	ALT	23	水	
9	水	引き渡し訓練 15:00~	24	木	ALT 5年生社会見学
10	木	情報モラル出前授業 PTA 常任委員会	25	金	
11	金		26	土	
12	土		27	日	
13	日		28	月	委員会活動 教育実習開始
14	月	クラブ活動	29	火	ALT
15	火	ALT	30	水	

【10の主要行事予定】

- 6年修学旅行(7日)
- 3年社会見学(8日)
- 1・2年校外学習(15日)
- 参観日・PTA 教育講演会(20日)
- 4年生社会見学(22日)
- 就学時健康診断(23日)
- 5年宿泊学習(30・31日)