



ふうの木のある学校から

高鍋町立高鍋西小学校 学校だより 6月号 その1 文責 校長

暑熱順化（しよねつじゅんか）

大型連休が終わり、学校の教育活動も基本的な学校での過ごし方や学び方の指導という部分から本格的な教科指導、生活支援への移行しているところです。

これから心配されることのひとつに、「暑さへの対応」があります。

コロナ禍が明けてから急に気温が高くなり、体がそれに追いついていかない状況が続いているような気がしています。

熱中症も、様々な症状があり、運動しているときは何ともなかったのに、下校中に倒れたり、体温調節をする機能が働かずに、一日中暑さを感じてしまったりすることもあります。

今から、手軽にできる縄跳び運動などを行ったり水分補給を適度を行ったりして暑さに適応できる体づくりをしておきましょう。

睡眠の重要性

脳科学や臨床心理に係る本がたくさん書店に並んでいます。

子ども達の脳が大人の脳へと育つ過程で、どんなことが必要なのか？

小学校でも学年別にこんなことが大切だとか年齢別にこうしておくことが重要だといった具合に表現されている著書もあります。

その中で、およそ共通している内容が、「太陽のリズムに従って規則正しく生活し、十分に睡眠を取ることが最も重要です。」ということ。

「朝5時から7時の間に太陽の光を浴びると、脳内にハッピーホルモンであるセロトニンが盛んに分泌されます。セロトニンが不安を取り除き、明るく前向きな気持ちにさせてくれるそうです。

（『その一言』が子どもの脳をダメにする」SB新書からの引用）

持たせる責任・与えた意味

携帯電話と呼ぶより、スマートフォンと言った方が通じやすくなった昨今。

SNSを活用したコミュニケーションは、私たちの生活をとっても便利にしています。

ただ、ご承知のとおり、便利さの裏には子ども達のトラブルを誘発したり、お金や画像をめぐる事件や事故が起こっています。

LINE等による活字だけのコミュニケーションは感情や表情が読み取れないため人間関係のトラブルに発展し、不特定多数とのゲームや画像のやり取りは、お金や肖像権・わいせつ事案等に係る事件・事故に巻き込まれます。

実際、警察の捜査依頼が教育委員会を通して行われたケースもあります。

利便性と危険性を考慮し、学校では、児童がスマートフォンを所持することを推奨していません。非行防止教室等を実施して、所持することによって起こる事案や事故についての指導は行っています。

しかし、実際に起こったトラブルについては学校側が積極的に関与することはしていません。持たせる責任・与えた意味を、定期的に子どもさんと確認することをお勧めします。

立腰（りつよう）！

腰骨を立てて、背筋を伸ばして座る。県内の学校で広く指導が定着してきました。日ごろ、授業の様子を見に回っていますが、体幹部分が育っていない子ども達には、難しい姿勢です。

ポイントをひとつだけ示しておきますと、「おへその下、3cmぐらいのところに力を入れる」ということです。武道をされている方は「丹田（たんでん）」といった方がわかりやすいかもしれませんね。



ふうの木のある学校から

高鍋町立高鍋西小学校 学校だより 6月号 その2 文責 校長

囁鳴フォーラム in 高鍋 2024 について

ふるさとの先人を通して、まちづくり、人づくり、心そだてを目指す自治体が一堂に会するフォーラムです。

本年度、10数年に1回という巡り合わせて高鍋町が会場となります。

これまで、子ども達の学びの保障、準備練習に係る負担軽減の観点から、「石井十次先生の劇」の実施を見送り、総合的な学習の時間における探求学習の発表を行うこととしておりました。

このフォーラム開催に先立ち、町当局と協議を重ね、劇の準備練習等について全面的な支援（プロの演出家による指導、練習場所や会場の力的運用）をいただけることとなり、今回に限り劇の公演を実施する運びとなりました。

フォーラムの期日は、

令和6年11月16日（土）

公演時間は、午前9時20分～10時の予定です。

感染症に注意をしてください。

先日、ある学年で発熱・嘔吐下痢等を理由とした欠席が多くなったため、学年児童の自宅待機、登校してきた児童の下校措置をとりました。

午前中の急な依頼にもかかわらず、ご理解ご協力いただいた保護者の皆さんに感謝申し上げます。

今回の措置については、欠席児童数や欠席理由等から、町教育委員会とも相談し、何らかの感染症によるものとして判断したところです。

県内でも、手足口病、溶連菌感染症、RSウイルス感染症、まだまだ油断できないコロナ感染症等、流行しているようです。

日頃のうがい・手洗いはもとより、手指消毒についても再度指導しています。

ご家庭でもご注意ください。

避難訓練を通して

人は、地震等の災害を「予知」することはできません。

しかし、「もしも～だったら」と「予想」することはできます。

交通事故、声かけ事案・水の事故・ロけんか等子ども達の周りには、「もしも」がいっぱいですよ。

今回の避難訓練では、地震による津波発生を想定し、屋上に避難しました。

「もしも、地震によって屋上への階段が壊れていたら？」

「もしも、登下校中に地震が来たらどこに避難避難する？」

などなど、こちらが想定している以上に、たくさんの「もしも」があると思います。

私は、

「先生（大人）の指示や説明をていねいに聞く」「ろうかを無言で並んで歩く」

という日常指導も、もしもの時に役立つものであると考えています。

それは、なぜか？ 被災された地域からの報道等で知ることができます。

水泳指導開始

シャワーを浴びる、プールに入る、水慣れ遊びをする、クロールや平泳ぎにつながる運動をする、泳法を身に付け、一定の距離を泳ぐことができる、もしもの時を考え、脱力して浮いたり、助け合ったりする。

水泳の学習は、泳ぐことを手段としながら、泳ぐために必要な知識を身に付け、どんな泳ぎ方が長い距離を泳ぐのに適しているかを考え試してみたり、水の事故から自分を守る技能を学ぶ取組にも役立ちます。

ボランティアで見守ってくださる皆さんに、感謝しております。