

# おすず\*轡 7月

## グンとたくましくなって もどつておいで

夏休みがおわって、学校に戻ってくる子どもたちを見て、「たくましくなったなー。」と感じることがよくあります。

約40日間の夏休みの間、成長期にある子どもたちは、頭も、心も、体も、休むことなく成長し続けていることのあらわれです。

そのような重要な成長期にある子どもたちの夏休みの過ごさせ方で気をつけなければならないのはどんなことなのでしょうか。

特に次のことを保障してやることが大切だと言われています。

### 生活のリズムを保たせること

休みだから「少しくらい遅くまで寝ていても」「夜遅くまで起きていても」と考えがちですが、いかがでしょうか。リズムを無視した生活は、頭、心、体の成長に悪影響を与えます。特に、成長著しいこの時期の子どもには想像以上のマイナスになります。

子どもは、何かの事情でリズムを失うこともあるかもしれません。その時は、できるだけ早くもとのリズムを取り戻せるように大人が関わっていくことが大切です。

普段の生活でもリズムよく過ごすことは、気持ちよい生活と健康につながっていきます。親子で、この夏の生活目標を立てて、気持ちのよい生活リズムをつくってみてはどうでしょう。

そのために、次の3つはどうでしょうか。

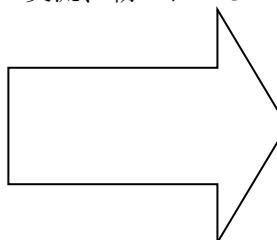
#### 1 朝のラジオ体操

よいことづくめです。早起き、友達との交流、朝のおいしい空気、食欲増進・・・。



#### 2 勉強は、朝の涼しいうち

計画的に取り組ませます。



#### 3 夕方から夜にかけては手伝いを

「洗濯物を取り入れたたむ」「夕食と一緒に作る」「お風呂の準備をする」「掃除をする」「食事の片づけをする」「家族全員の布団を敷く（上げる）」などなど。

子どもたちは、家族の役に立ちたいと思っています。

都農南小学校だより 令和3年7月21日(水)

### 1学期のお礼

4月から約4ヶ月間、お蔭様で無事終えようとしています。

特に、三輪PTA会長をはじめPTA専門部委員の方々には、それにお忙しい中、話し合いいただきました。

寺原様をはじめ、地域見守り隊員の方々の登下校見守りもとても有難く思います。コロナの影響で思うような活動ができない中でしたが、児童と共に歩んだ1学期でした。

心より感謝申し上げます。

### 家族で命を守る

夏休みは、家族全員で命の大切さについて学び、実践する重要な機会でもあります。

命を守るために気をつけなくてはいけないこと、やってはいけないことを家族で話し合ってみましょう。



毎日でなくても、家族みんなで、きょうの出来事を話し合いながら夕食を囲むことができたらいいですね。

手伝ってくれたことへのお礼の言葉があれば、会話もどんどんはずむかもしれません。

## 新型コロナウイルス

### 油断大敵！(ゆだんたいてき)

感染者は、全国的に減ったり増加傾向にあるようです。夏休みに入りますが油断できません。これからも今までと変わりない感染予防対策を実行していきましょう。

・食事　・睡眠　・うがい　・手洗い　・手指消毒　・マスク

## 6月～7月の南っ子！

◇「はみがき」の学習



◇アサガオのお世話



◇朝ボラ活動



◇水辺の調査



◇避難訓練(不審者侵入時の対応) 6月



★職員の動き確認 ★学級でどうするか考えました

◇7月2日 参観日 手指消毒のご協力ありがとうございました。



◇授業研究会7月



◇風水害避難訓練7月8日…ご協力ありがとうございました。

「もしかしてハラスメント！？」

「どこに相談するの？」

学校・家庭・地域でのハラスメントを見聞きした場合、または受けたと感じた場合には、一人で悩まずに、まず誰かに相談することが非常に大切です。

今年度の南小「ハラスメント相談員」は、下の7名です。気になることや困ったことが有りましたら遠慮なくご相談ください。

令和3年度 都農南小学校

『ハラスメント相談委員』

\*中岡千佳子（校長）

\*石川 瞳美（教頭）

\*仙田勝一朗（主幹教諭）

\*田代 千保（保健主事）

\*松本 秀治（事務主事）

\*但田 純子（PTA副会長）

\*黒木万希子（PTA副会長）

※どうしても学校では相談しにくいと思った場合には、「外部の相談窓口」もあります。

『外部相談窓口』⇒都農町教育委員会

☎25-5723 ☎25-1321

★相談窓口があります。