



舫

もやい

…船をつなぎとめること
共同で事をなすこと

学校ホームページ
QRコード→



令和4年（2022年）、新しい1年のスタートです 2022

あけましておめでとうございます。新しい1年、そして3学期52日間（授業日：6年生は51日）のスタートです。1年生に1名の転入生を迎え、全校児童数は337名となりました。3学期のおもな行事予定は、以下のとおりです。

1月11・12・13・14・17・18日	身体計測（6→5→4→3→2→1年）
1月12日（水）	青少協あいさつ運動
1月18日（火）	東海中学校新入生説明会
2月4日（金）	本校新入児入学説明会
2月24日（木）	参観日（4・5・6年）
2月28日（月）	参観日（1・2・3年）
3月4日（金）	お別れ集会・お別れ遠足
3月15日（火）	卒業式予行練習
3月24日（木）	卒業式
3月25日（金）	修了式
3月26日（土）	～春休み
3月30日（水）	離任式（予定です。期日が決定しましたら、追ってお知らせします。）

※ 今後の新型コロナ感染状況によっては日程の延期、計画の変更、中止も予想されます。ご了承ください。

3学期は卒業・修了そして進学・進級を迎える大事な『節目（ふしめ）』の時期です。「竹は節があることで成長できる」と言われています。これからの52日間で、成長につながる大きくなってしっかりとした『節』を作るために、これまでも伝えてきた①「いつも“やさしさ”と“ありがとう”を」②「続ける（やり抜く）を当たり前」の2つのことを充実させていきたいと思ひます。あわせて、今後も感染対策も徹底していきます。

保護者の皆様の一層のご協力をよろしくお願いいたします。

第3回学校保健委員会がありました



去る12月15日（水）第3回学校保健委員会を開催しました。今回は高千穂町教育長：戸敷二郎先生を講師にお招きし、「睡眠大事だよ！～みんなで学んで実践しましょう～」という講話をお聞きました。この中で私が一番印象に残ったのが「寝たもの勝ち」という言葉です。人は眠るだけで「記憶が整理されて学習したことが定着する」「体の機能が修復され運動能力のスキルアップにつながる」のだそうです。毎日の睡眠の時間をもっと大切にしなければと感じました。そのために「睡眠を阻害する就寝前のスマホ[ブルーライト]からの回避」や「睡眠を促す歩くなどの運動や大豆食品の摂取」が重要なのだそうです。（くわしくは「ほけんだより⑫」をご覧ください）

子どもたちにとっては「朝ご飯を食べて、自分で歩いて登下校する」「夜、勉強が終わったらすぐ寝る」など、特別なことをしなくても日々の当たり前のことをきちんとやれば能力アップにつながります。3学期、ぜひ、実践してほしいと思ひます。ご参加いただいた19名の保護者の皆様、ありがとうございました。

おすすめの一冊!

『スマホ脳』 アンデシュ・ハンセン

上記で紹介した学校保健委員会講師、高千穂町教育長：戸敷二郎先生おすすめの1冊です。

“まえがき”の最後に「つまり私たちは人間の基本設定を理解し、デジタル社会から受ける影響を認識しなくてははいけない。」と書かれています。

脳科学の視点から、私たちが今後、スマホとどう向き合えばよいのかということを考えさせてくれる内容です。戸敷先生が講話の中でお話しされた「睡眠・運動の大切さ」についてもくわしく解説されています。私も現在、読み進めている途中ですが、わかりやすく訳されていて読みやすいなあという印象です。



おしらせ

○ 12月28日付け学校メールでもお知らせしましたが、他地域ではオミクロン株による新型コロナの感染が広がりつつあり、今後の感染防止対策の徹底が重要です。3学期もこれまでどおり、**毎朝の検温、健康観察**を十分に行っていただき、もし、**発熱がある場合は無理をせず登校を避けて家庭で休養をする**ようにお願いします。

また、児童本人や同居するご家族がPCR・抗原検査等を受けた時も必ず学校にご連絡くださいますように重ねてお願いします。

○ 1月18日（火）は東海中学校新入生（現6年生）とその保護者を対象にした説明会が14:10から東海中学校体育館で行われます。6年生児童につきましては、職員の引率のもと東海中学校へ移動しますので、保護者の皆様は直接、会場の方にお問い合わせください。説明会についてのお問い合わせも東海中33-3029の方まで、よろしくお願いいたします。