



鈴鹿市立明生小学校

明生の旗高く

＜ 学校教育目標 ＞

地域とともに
明るく元気に生きる
明生の子

ひなんくんれん 避難訓練

9月4日（金）に避難訓練を実施しました。
今回は理科室から出火したという想定で、火事の際に安全に避難する方法を訓練しました。

また、避難訓練の時間に、地域協働推進委員会を実施していましたので、委員の皆様には避難訓練の様子を見守っていただきました。



子どもたちは、火災発生の放送が流れるとともに、担任の指示で素早く整列していました。全員がハンカチで口を押え、低学年を優先に静かに落ち着いて体育館へ避難することができました。

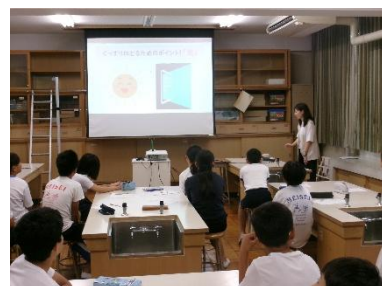
体育館では、防災担当の久保先生が、避難の際に大切なことや安全な避難について話をしました。その後、校長からも東京の小学校の火災を例に出し、

普段の訓練がいかに大切かを伝えました。

地震や火災はいつ起こるかわかりません。そんな時に自ら正しい判断を行い、「自分の命は自分で守れる子ども」を育てていきたいと思ひます。そのためにも、定期的な訓練を真剣に取り組ませていきます。

ねんせいほけんしどう 5年生保健指導

9月7日（月）に養護教諭の原田先生による保健指導を行いました。今回は「睡眠の大切さ」についての授業でしたが、最初に子どもたちは今の自分たちの家での生活（タイムスケジュール）を振り返り、毎日何時間寝ているかを表に書き込みました。子どもによってまちまちですが、就寝時間が遅くなってしまっている子もいます。睡眠時間の短い子はゲームの時間が長いといった共通点がありました。原田先生から睡眠の大切さを学んだあと、1日9時間睡眠をとるために、生活をどのように改善するかを考えました。そして1週間実践する、名付けて「パワーアップチャレンジ」を実行しました。しっかり睡眠をとることは・・・



- ① 心、体、脳の回復
- ② 寝ている間に成長ホルモンが分泌される
- ③ 記憶を整理する
- ④ 気持ちを整える

これらすべてに関わる大切な習慣です。また、睡眠時間が増えることで、ゲームやスマホの時間が減り、ブルーライトを浴びる時間が減るといったメリットもあります。

サッカーの三苦選手や野球の大谷選手は10時間以上の睡眠にこだわっているそうです。最高のパフォーマンスをするためには睡眠と食事が大切だと言っています。

子どもたちの健やかな成長のために、ご家庭でも睡眠時間について、お子さんと話をしています。いただきますようお願いいたします。

後期児童会選挙

9月16日（水）に、後期児童会役員選挙を行いました。今回は、4年生から6年生まで9名の子が立候補しました。

「明日、学校へ来るのが楽しい学校」「笑顔とあいさつであふれた学校」など、どの子も自分の考えをしっかりと持って演説していました。選ばれた5名の役員は、児童会みんなで力を合わせて明るく元気な学校を創り上げていってほしいと思います。今回、立候補した9名のみなさん。そのチャレンジ精神は素晴らしいと思います。また、選挙管理委員さん、前期児童会役員のみなさんは、それぞれの役割をしっかりと果たしてくれました。お疲れさまでした。



自治会関係者・PTAによる奉仕作業

8月26日（土）にPTA、27日（日）に自治会・学校体育施設開放委員会の皆様に、運動場の除草作業をしていただきました。子どもたちもたくさん参加してくれ、2日間の作業で運動場がずいぶんきれいになりました。皆様のおかげで、子どもたちは運動会に向けての練習に励むことができます。

ありがとうございました。

10月の主な行事予定

5日（月）よみきかせ委員会

9日（金）運動会準備

1～4年 13:25 5、6年 15:45 下校

10日（土）運動会（雨天順延）

13日（火）代休

16日（金）スクールカウンセラー

22日（木）3年生社会見学

27日（火）5年生社会見学

29日（木）4年生伊勢型紙体験

30日（金）スクールカウンセラー

31日（土）秋まつり