

# 糸我小学校だより

令和2年9月23日



## 「眠育」について

社会が24時間化するとともに生活は夜型化し、睡眠時間は減少する傾向にあります。こうした環境の変化は、子供の生活にも影響を与えています。子供の生活時間の夜型化や睡眠時間の減少は、成長の遅れ・注意や集中力の低下・眠気・疲労感などをもたらします。適切な睡眠習慣と健康に関する知識を啓発していく必要があります。

そこで、本校では今年度から「眠育」の授業を各学年で行います。

ねらい

- ・毎日を健康に過ごすためには、睡眠が大切であることを理解する。
- ・日頃の生活を振り返り、学んだことを今後の生活に生かそうとする。

ねらいを上記のように定め、「睡眠のはたらき」「良い睡眠の条件」「レム睡眠・ノンレム睡眠」「光と睡眠」「ゲーム・スマートフォンと睡眠」「睡眠と食事」などについて、子供達の発達段階にあわせて学習を進めます。そして、子供達が睡眠の大切さを理解し、「早寝、早起き、朝ごはん」を自主的に実践する態度を養っていきたいと考えています。ご家庭でも、睡眠について話す機会をもっていたいただけたらと思います。



## リモートでチャレンジ

学校内でZoomを使えるようにしたので、子供達はリモートでいろいろなことにチャレンジしています。

9月2日(水)・3日(木)の給食の時間には、児童会役員選挙に向けて、立候補者と推薦者がリモートで全校児童に向けてそれぞれ公約や推薦理由を伝えました。



また、9月4日(金)の児童会朝礼では、〇×クイズを児童会役員が計画して実施しました。楽しい企画で、どの学級もたいへん盛り上がりました。



## 後期児童会役員決まる

9月10日(木)に児童会役員選挙の立会演説会と、その後に投票が行われました。

立会演説会では、立候補者も推薦者も堂々と演説を行うことができました。演説の司会や開票集計、結果報告等、選挙管理委員の仕事ぶりも立派でした。

後期の児童会役員は下記のように決まりました。各自の抱負を紹介します。

**会長(6年) 崎山莉紗さん** (写真中央)

六年生としても、会長としても、全員の見本になり、「みんな仲良く協力し合い、何事にも挑戦する糸我っ子」をめざせるようにがんばります。

**副会長(6年) 上野山杏莉さん** (写真右から2番目)

- ・気付いた事があったら、自分からすぐに行動する。
- ・一生懸命頑張る!

**副会長(5年) 上田一航くん** (写真右端)

大きな声であいさつをして明るく元気な糸我小学校にしていきたい。

**書記(6年) 谷口愛華さん** (写真左から2番目)

- ・自分の仕事は責任を持ってする。
- ・児童会の仕事やみんなと協力してすることに、すべて全力でがんばりたい。

**書記(5年) 吉田瑛心くん** (写真左端)

児童会の仕事に責任を持って、一生懸命がんばりたい。



## おもちゃ大会をしよう(1・2年生)

9月18日(金)4限目に2年生が生活科の授業で「おもちゃ大会をしよう」を企画し、1年生を招待して、一緒に楽しい時間を過ごしました。2年生はこの日のために、グループに分かれて、「ロケットはっしゃ」「ストラックアウト」「かざわ」「コトコトねずみ」「くうきほう」の5つのおもちゃを準備しました。1年生は、それぞれのグループのところに行き、説明を受け、ゲームや工作を楽しみました。1・2年生が仲良く楽しむ微笑ましい様子を見ることができました。

