



難波っ子

令和元年度 7月号
尼崎市立難波小学校
校長 兼田 隆男

6年生修学旅行大成功！！

広島市への原子爆弾投下は、第二次世界大戦（太平洋戦争）末期の1945年（昭和20年）8月6日午前8時15分、アメリカ軍が日本の広島市に対して世界で初めて核兵器「リトルボーイ」を実戦使用した出来事である。これは、人類史上初の都市に対する核攻撃である。この核攻撃により当時の広島市の人口35万人（推定）のうち9万 - 16万6千人が被爆から2 - 4か月以内に死亡したとされる。原爆投下後の入所被爆者も含め56万人が被爆したとされる。（出典：フリー百科事典『ウィキペディア』）

このような惨事を体験した広島を6年生が平和学習という大テーマを持って、修学旅行で訪れました。原爆ドームや広島平和記念資料館を見学して、みんな真剣に鉛筆としおりを持って、平和学習に取り組んでいました。バスの中でも見たことを通して班の中で振り返りながら、発表をし、自分たちで学びを深めていました。このような記録を初めて見た児童もいたでしょう。戦争がなかった平成の時代を終え、令和の時代になりましたが、今の子どもたちがこのような体験を通して、戦争の結末や悲しみを知り、令和の時代をさらに豊かで平和な時代の作り手になってくれることを願っています。また、各班がバスの中での時間を楽しくするためにゲームを考えてきて、司会から進行と自分たちで運営して盛り上げている姿を見て感心しました。

二日目は、みろくの里〈遊園地といつか来た道の3世代テーマパーク〉で、色々な乗り物に乗り、楽しい思い出を作りました。



「早寝早起き朝ごはん」

この言葉は、何回も聞いてきた言葉です。簡単な言葉ですが、この言葉が持っている内容・効果はとても大きいものがあります。

早寝早起きにより、十分な睡眠時間が取れます。成長期の児童にとって、十分な休

養・睡眠は成長を助け、健やかな昼間の生活を送るための活力につながります。そして、日々の生活リズムを確立するための土台になります。また、昼間の運動量を増やすことにもなります。

朝ごはんは身体が活動するための準備を整えます。寝ている間に低下した体温を上昇させ、身体は1日の活動の準備を整えます。また、私たちの身体は、寝ている間もエネルギーを使っています。朝食により、就寝中に使われたエネルギーや栄養素と午前中に使うためのエネルギーや栄養素を補充することができます。朝食を欠食すると、前日の夕食から昼食まで12時間以上供給がないこととなります。朝食の摂取状況が学力と相関するとも言われています。朝食でブドウ糖をはじめとする様々な栄養素を補給し、午前中、しっかり活動できる状態を作るためにも朝食をしっかり食べることが重要です。ご協力をお願いいたします。

