

# 学校通信 9月

夏草の茂れる姿、誰が知る

校長 吉田 幸嗣

44日間の夏季休業日が終わりました。今年の夏は「激」という字を新聞紙上で何度見たことでしょうか。前半は激しい暑さの夏でした。連日体温並みの気温に息詰まる毎日でした。8月になり台風11号の激しい雨、激しい風。武庫川も堤防から数回の所まで水が来ていました。その後も収まるところを知らない激しい雨が続きました。これらの災害にあわれた方々に、皆さんと共に心から哀悼の誠を捧げます。

## 規則正しい生活は良い睡眠から

8月29日、全校登校日でした。校門に立って何人かの児童に話しかけると「朝、起きられませんでした」「もう少し夏休みがほしいです」等、多少生活が不規則になっているのかな、と思われる児童を見かけます。大人でも長期休暇後の勤務開始は辛いものです。大人は自力で立て直せます。しかし、子どもは大人と共に早寝早起き習慣を取り戻さねばなりません。特に良い眠りは成長やる気、気力、気持ちの安定につながります。(以下は参考までに)

### 小学生以上の児童・生徒の良眠のための7のヒント

- ① 朝7時より前に起きられるように入眠時間を調整しよう。
- ② 平日でも小学生で9時間以上、中学生以上で7時間半～9時間の睡眠をとらせよう。
- ③ 朝昼晩の食事時間は一定にしよう。
- ④ 昼間は楽しい活動させよう。
- ⑤ ベッドに入ってからのお考えごとはやめよう。
- ⑥ 「皆が夜ふかししているから大丈夫」という考えは捨てよう。
- ⑦ 良眠生活は生涯継続しよう。(『子どもの夜ふかし脳への脅威』三池輝久著 集英社新書より)

いよいよ、2学期が始まります。1年で一番長い学期です。今年は体育大会を春に開催しましたので(5年生の自然学校が9月にありますが)、比較的落ち着いた感じですが。この2学期に、様々な教材に出会い、「分かった」「そうだったのか」と子どもたちが成長する姿が多く見ることが出来ますよう、同学年・異学年が交わり人間的成長が見られるよう、私たち教職員一同精一杯努力します。これからもご理解、ご協力のほどよろしくお願いします。

## 《9月の行事予定》

- 1 (月) 2学期始業式 大掃除  
集団下校(4校時)
- 3 (水) 身体計測(高)
- 4 (木) 水泳記録会5, 6年  
身体計測(中)
- 5 (金) 身体計測(低)  
給食開始  
水泳記録会予備日  
諸費振替日1回目
- 8 (月) 朝会 委員会活動  
夏休み作品展 13:30~16:00
- 9 (火) 夏休み作品展 13:30~16:00
- 12 (金) 社会見学4年  
5年給食後下校
- 15 (月) 敬老の日  
自然学校5年 19日まで
- 16 (火) 諸費振替日2回目
- 17 (水) 給食試食会1年
- 19 (金) 育友会試食会
- 22 (月) 5年代休日
- 23 (火) 秋分の日
- 24 (水) 5年給食後下校
- 26 (金) 児童集会
- 29 (月) 朝会  
クラブ活動  
教育実習開始
- 10月9日(木) 開かれた参観日

耐震工事が続いています。教室によって全面ベニヤ板で覆われている所があります。扇風機等で風を流しています。しばらくは水分補給のため水筒を持たせてください。

## ※お知らせとお願い※

### <地区水泳記録会>

成徳小・大庄小・西小・若葉小の4校で行います。5・6年生の中で一定のタイムに達した児童が出場します。会場は西小学校ですが、スペースの関係でお家の方々にはプールサイドで応援いただけませんので、様子はお家で聞いてくださいますようお願いいたします。

### <夏休み作品展>

夏休みに作り上げた作品や学習の成果を発表する場です。子ども達の力作をご覧ください。2日間とも午後が保護者観賞時間ですのでご来校ください。詳細は別紙プリントをご覧ください。

### <尼崎市作品展>

理科創意工夫展 青少年センター  
13、14日 10:00~16:45  
16日 10:00~12:00  
家庭科作品展 青少年センター  
18日 14:00~19:00  
19日 14:00~16:00  
市内の小学校の作品を展示しています。時間があれば、ご鑑賞ください。

7月末に、ひょうたん池、せせらぎ、湿地帯の泥や枯れ葉を取り除く作業を教職員で行いました。今、職員室前には、ひょうたん池に生息している生き物を水槽で飼っています。さて、何種類の生き物がいるのでしょうか。また、樹木の名札なども整備しました。

成徳の森で「どうしてかな」という不思議を見つけて、ちょっと自分で考えることができれば楽しいと思います。