



かしこく  
やさしく  
たくましく

【学校教育目標】 確かな学力と思いやりの気持ちをもった、心身ともにたくましい子供を育てる

## 学びに向かうための準備を!

校長 大園 清子

朝、校門に立っていると、子供たちの「おはようございます。」というあいさつの声が大きくなってきて感じています。歩いて登校する子供たちも多くなり、校庭で元気よく遊ぶ姿や、8時から行っている体力づくりに一生懸命取り組む姿も見られるようになり、嬉しく思います。

さて、先日出会った「その『一言』が子どもの脳をダメにする」(成田奈緒子・上岡勇二 S B新書)という本に興味深い記述がありました。

「脳の発達には、3つのステップがある」というのです。ステップ1が「からだの脳」、ステップ2が「おりこうさんの脳」、ステップ3が「こころの脳」で、脳はこの順番で育っていくのだそうです。

「からだの脳」を育てるためには、太陽のリズムに従って規則正しく生活し、十分に睡眠をとることが最も重要、「おりこうさんの脳」を育てるためには、学校での学習や運動の他、様々な経験をして、

脳にたくさんの知識や情報を入れていくことが大切、「こころの脳」は最後に育つといわれ、論理的思考、問題解決能力、創造力や集中力など、最も高度な脳の機能をつかさどっているそうです。1軒の家で例えると1階に「からだの脳」を作り、次に2階の「おりこうさんの脳」を、最後に1階と2階をつなげる「こころの脳」を作れば完成となるとのことでした。【図1】

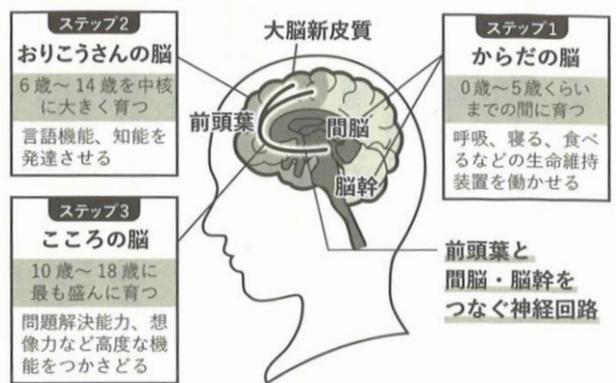
大リーグドジャースの大谷翔平選手や、将棋の藤井聡太八冠は、睡眠時間が長いことで知られています。成田氏は、まず何より「からだの脳」をしっかり作ること、そのためには、毎日規則正しく生活し、十分に睡眠をとることを推奨しています。

子供の健全な発育に必要な標準睡眠時間を研究したデータ【図2】によると小学校に必要な睡眠時間は約10時間と示されています。世界的に見ても日本人の睡眠時間は圧倒的に不足しているといわれていますが、子供たちも例外ではありません。一日1時間足りないだけで、1年間で365時間、15.2日分も不足することになります。脳の健やかな成長のためには、質の良い十分な睡眠をとることが極めて重要であり、そのためには、寝る直前まで情報機器端末を使用・視聴しないことも大切です。子供たち自身が質の良い睡眠をとれているかどうか自分で判断できないことを考えると、良質な睡眠をとることのできる環境を整えるのが家庭での役割なのではないかと考えます。

今年度、本校の学校保健委員会のテーマは「早寝早起き朝ごはん」です。夜は早く寝て、決まった時間に起床し、朝ご飯をしっかりとって登校する、このリズムができるだけで、学びに向かう準備が整います。子供たちの健やかな成長のために、ぜひご協力をお願いいたします。

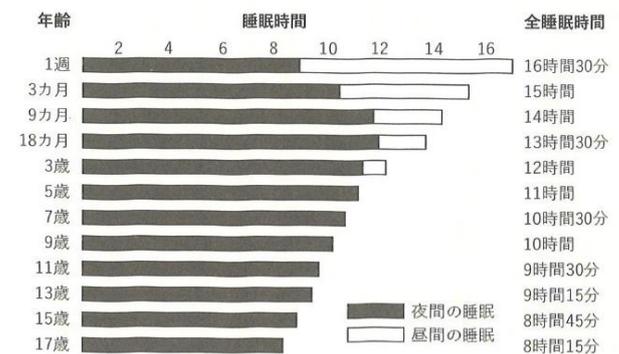
脳の発達には3つのステップがある

【図1】



子どもの健全な発育に必要な標準睡眠時間

【図2】



出典 Nelson;Textbook of Pediatrics,19th ed. より作成

## 一年生を迎える集会

4月24日(水)に、児童会が企画・進行し、1年生を迎える集会を行いました。(新1年生は113名)



集会の途中で天候が悪くなり、校庭から体育館に移動することになって、落ち着いて行動し、各学年が、工夫した出し物を披露し1年生を歓迎しました。1年生も元気いっぱいの歌声を披露し、大きな拍手を送りました。全校児童689名の全ての子供たちのこれからの成長が楽しみです。

## 授業参観, PTA 総会

4月25日(木)に、授業参観を行いました。新しいクラスでの初めての参観ということで多くの保護者が来校されました。緊張しながらも、一生懸命学習に取り組む子供たちの姿を保護者の皆さんに見ていただきました。



また、その後、PTA総会を開催し、本年度のPTA活動がスタートしました。この一年、保護者の皆様の御協力をお願いいたします。

## 教育相談, ありがとうございました

5月8日(水)から5月16日(木)の期間、今年度は教育相談を実施しました。各家庭10分ほどでしたが、担任とじっくりとお子さんのことについて話をすることで、教育相談の目的を果たすことができました。今回うかがった話等を、今後の教育活動に生かしていこうと思います。なお、教育相談は、今後、定期的に行いますが、相談したいことがありましたら、いつでも各担任へご連絡ください。

## ルールを守って!安全に登下校を!

4月22日(月)に交通安全教室を行いました。1・2年生は、雨のため体育館での実施になりましたが、薩摩川内警察署の方やスクールガードの方たちと一緒に横断歩道の渡り方を繰り返し練習しました。地域の方から、横に広がって歩いたり、国道で縁石を歩いたりして危険との連絡がありました。ご家庭でも、「気をつけて!」の一声をかけて送り出してください。



## 3・3クリーン作戦(3年)

5月11日(土)、小中一貫教育として、北中3年生が可愛小を訪れ、「3・3クリーン作戦」を行いました。北中の3年生が可愛小3年生をリードし、懐かしい母校と一緒に清掃活動を行いました。校舎内がとっても綺麗になりました。その後、体育館で交流活動も行い、可愛小の3年生は、優しい先輩たちに囲まれて充実した活動を行うことができました。



## 5・6月の行事予定

### 【5月】

- 20日(月) 教育実習(～6/7)事情
- 22日(水) 児童総会(3～6年)  
移動図書館来校(2・4・6年)
- 23日(木) 内科検診(1・3・5年)  
北中校区アウトメディアデー
- 24日(金) 春の一日遠足(1～3年, 6年)  
※4年生は6月に「甌アイランドウォッチング」に行くため通常授業
- 28日(火) 宿泊学習(5年, ～30日)
- 29日(水) 市誕生20周年記念  
小学校綱引競技大会(6年)
- 31日(金) 休養措置日(5年生)

### 【6月】

- 3日(月) 校内スケッチ大会(～6月上旬)  
プール開き(6年)
- 5日(水) 体力テスト(2・4・5・6年)
- 6日(木) 内科検診(2・4・6年)
- 7日(金) 特別支援学級・授業参観・相談会  
幼保こ小連絡会, スクールカウンセラー来校
- 8日(土) 土曜授業, 土曜授業参観(2・3校時)  
校内綱引き大会(6年)
- 10日(月) 家庭学習強調週間(～6/17)
- 11日(火) 食に関する授業(5年)  
小中一貫・中1授業参観
- 12日(水) カンガルー事業(5年)  
移動図書館来校(1・3・5年)
- 13日(木) 耳鼻科検診(1・4年)
- 14日(金) 地区フレッシュ研修・研究授業(会場校)
- 18日(火) 歯科衛生指導(3年)  
食に関する授業(2年)  
学校保健委員会(15:30～)
- 19日(水) 食に関する授業(6年)
- 20日(木) 甌アイランドウォッチング(4年)  
耳鼻科検診(2・5年)
- 23日(日) 北中校区アウトメディアデー
- 24日(月) 栄養教諭教育実習(～28日)
- 27日(木) 耳鼻科検診(3・6年)