



上手だより

キャッチフレーズ: 花と米と文化を誇り輝き上手, 上手小 ~キラリ輝く笑楽校~

〒895-1503 鹿児島県薩摩川内市祁答院町上手578

電話番号: 0996-55-0025 FAX: 0996-55-0904

ホームページアドレス: <http://www.edu.satsumasendai.jp/kamide-e/>

食欲の秋にちなんで・・・食事のあいさつに込められた感謝と命を大切にすること

校長

2学期がスタートして、1か月が過ぎようとしています。秋分の日が過ぎてもまだ、まだ、暑い日が続いています。さらに、コロナ感染症の影響もあり、台風の季節でもあります。子どもたちの健康面、災害対応等に学校としても、これまで以上に取り組んでいく必要性を感じているところです。

これまで、コロナ感染症対策、熱中症対策など、健康面の対策について、細かに、文書等を発出して、お願いをしていますが、この時期は、食欲の秋ともいわれます。基本的な生活の中での食事にも配慮していただき、子どもたちの健康づくり、身体づくりに努めてください。

さて、「ご飯と一汁二菜」は日本に昔からある食事の形態です。この食べ方は栄養のバランスが良く、外国からも注目されているそうです。学校給食もこの形態を基本にしています。学校給食は、子どもだけでなく保護者の皆さんにとっても栄養や食べ方の手本となるものだと思います。栄養のバランス、食材の多さ、メニューの展開など、毎月配られる献立表には多くの情報が詰まっています。夕食の時など話題にすると、家庭での食育につながるのではないのでしょうか。また、食の心は「頂きます」と「ご馳走さま」にあります。「頂きます」には「私の命のために、あなた(食材)の命を頂きます。ありがとう。」「ご馳走さま」には「野山をめぐり(昔の食材の調達方法)大変な思いをしてこのようなすばらしい食事を用意してくれて、ありがとう。」の自然の恵みと作ってくれた人への感謝の気持ちが込められています。

さらに、食に関して「食を制する物は脳も制する」「食育こそ最高の予防医学である」という言葉もあります。毎日繰り返される食事が、学力や体力向上にも大きな役割を果たしているということを示す言葉です。

<子育ての言葉>

○ 家庭での学習習慣づくりのポイント6・・・適度な睡眠時間が学力を伸ばす。

- ・ 一般的に、学力定着に一番よい睡眠時間は、小学生では、7～8時間とされています。この睡眠時間を確保して、レム睡眠とノンレム睡眠をバランスよく繰り返すことが、記憶の定着と脳や体の休息に役立ち、さらに次の日の学習効果の向上につながるとされています。



上手小HPQRコード

10月行事予定

- 1日(金) いじめのない学校づくりの日
- 3日(日) 上手小大運動会(地区運動会は中止)
- 4日(月) 振替休日
- 5日(火) 読書祭り(～29日まで)
- 8日(金) ~~俵・松島・茶壺踊り披露会~~
- 9日(土) 身体・視力測定
- 12日(火) ~~修学旅行1日目~~ ※11月に延期となりました
- 13日(水) ~~修学旅行2日目~~
- 14日(木) ~~6年生休養措置日・地域合同遠足(1・2年・5年)、社会科見学(3・4年)~~
- 22日(金) 稲刈り

生活目標
読書やスポーツに親しもう
保健目標
目を大切にしよう

さあ、いよいよ2学期の始まりです



登校時の検温の様子



リモート始業式



休み時間の手洗いの様子

9月1日（水）から5日（日）まで、新型コロナウイルス感染予防のため臨時休業となりました。新学期は9月6日（月）にスタートしました。

子供達は登校後、体温測定を実施して、体調に問題がないかを確認して教室に入りました。（体温測定は毎日行います。）

始業式は、接触機会を少しでも減らすために、リモートで行いました。そして、6日（月）から10日（金）までは、短縮午前授業となり、11日（土）の土曜授業は中止となりました。

新型コロナウイルスの猛威は未だに収まる気配がなく、世界中の人々が苦しんでいます。教育活動も影響を受けることとなりますが、できるだけ子供達の成長の機会を奪わないように工夫して、教育活動を進めていきたいと思っております。

〇〇先生 よろしくお願いします



2学期から新しいALTのアメリカ人、〇〇先生がおいでになりました。先生は、ジョージア州出身の26才です。日本滞在歴は2年ほどですが、日本語もかなり流暢です。

子供達は、最初ということもあり、緊張して距離をとっていました。上手の子供らしいなあと思うことでした。

子供達の将来では、英語を話すことは当たり前となるかもしれませんが、〇〇先生と英語に親しんでほしいと思っております。

運動会練習



10月3日（日）に実施予定の運動会に向けて、練習が重ねられています。学校種目だけで、午前中のみ開催となりますが、練習の成果が発揮できる運動会となるよう頑張っています。

元気塾「短距離走」



令和3年度第1回元気塾は「短距離走指導」にしました。講師は、鹿児島市のNPO法人SSC理事長、〇〇先生です。

速く走るためのコツをわかりやすく理解させ、具体的にトレーニングしていただきました。

子供達は、とても意欲的に取り組み、爽やかな汗を流していました。

教えていただいた走り方を継続して、子供達の走力向上を目指します。

盛り上げよう鹿児島国体



国体推進室より、花苗の寄贈を受けました。今年の三重国体は残念ながら中止となりましたが、再来年の鹿児島国体は、一度延期されていますので、盛り上がることを期待しています。