



学校便り

# 室神山

令和2年6月19日号

江津市立江津東小学校

校長 小田 公弘

臨休明けてから、一ヶ月が過ぎました。感染拡大防止対策をとりながらの教育活動ではありますが、通常の時間割で授業を進めることができます。今後も対応を続けながら、日々の教育活動を予定通り進めていきたいと思っています。

また、校外での学習活動も、少しずつ再開していきたいと思っています。

先日は、2年生が生活科の学習で町探検として都治方面の散策に、3年生が総合的な学習で岩瀧寺の滝へ出かけました。地域素材（ひと・こと・もの）を活用した学習もします。地域の皆様にもお世話になることもあると思います。その際には、ご理解ご協力のほどよろしくお願いします。



～3年生岩瀧寺の滝 見学から～



～2年生都治郵便局 見学から～

今学期は、保護者や地域の皆様が集う行事も取り止めています。こちらの方も、2学期以降は、状況を見ながらではありますが、なるべく実施していきたいと思っています。

## 今年度最初の児童朝礼

今年度最初の児童朝礼では、6年生が朗読「サボテンの花」を発表しました。声の大きさに強弱をつけたり、聞く人が聞きやすいように間をとったりして朗読することができました。少し緊張気味な6年生でしたが練習した成果を発揮できるよう頑張って発表することができました。今年、1学期行事も取りやめになる中で、6年生にとっても、例年とは違う最高学年としてのスタートをきっています。発表後、6年生には、「特別な年だから、逆に今年しかできない特別なことを、創意工夫してやろう」と言う話もしました。



～6年生の朗読発表から～

## 朝のあいさつ運動から

毎朝、運営委員会の6年生が、朝のあいさつ運動をしています。先月は、学校の生活目標にもなっていたあいさつです。大きな声で、はっきりと、相手に伝わるようなあいさつができるようになって欲しいと思います。運営委員会の6年生につられて、元気なあいさつができる児童も増えてきました。この調子で！！



～あいさつ運動の様子から～

## クラブ活動について

クラブ活動もスタートしました。年間9回を予定しています。4年生以上の児童が5つのクラブ（クイズ&パズル、手芸、イラスト、テーブルゲーム、スポーツ）に分かれて活動します。異学年交流しながら、互いに協力し合って活動することもねらいとして活動していきます。



～クラブ活動の様子から～

## 規則正しい生活リズムを大切

季節も夏に入り、気温の上昇につれて、体調も崩し易くなってきます。そのためにも、規則正しい生活に心がけ、生活のリズムを整えて欲しいと思います。ご家庭でのご支援もよろしくお願いいたします。

また、今年度もアウトメディア週間として、各ご家庭でも取り組んで頂くことにしています。今年は、それに合わせて家読も推奨していく予定です。アウトメディアの効果等も以下のように紹介させていただきますので、取り組みへの意欲付けになればと思います。

### 《アウトメディアの良いところ》

☆テレビ・ゲーム・パソコンが消えている⇒脳への悪い影響がない

☆人との会話が増える

☆時間が有効に使える

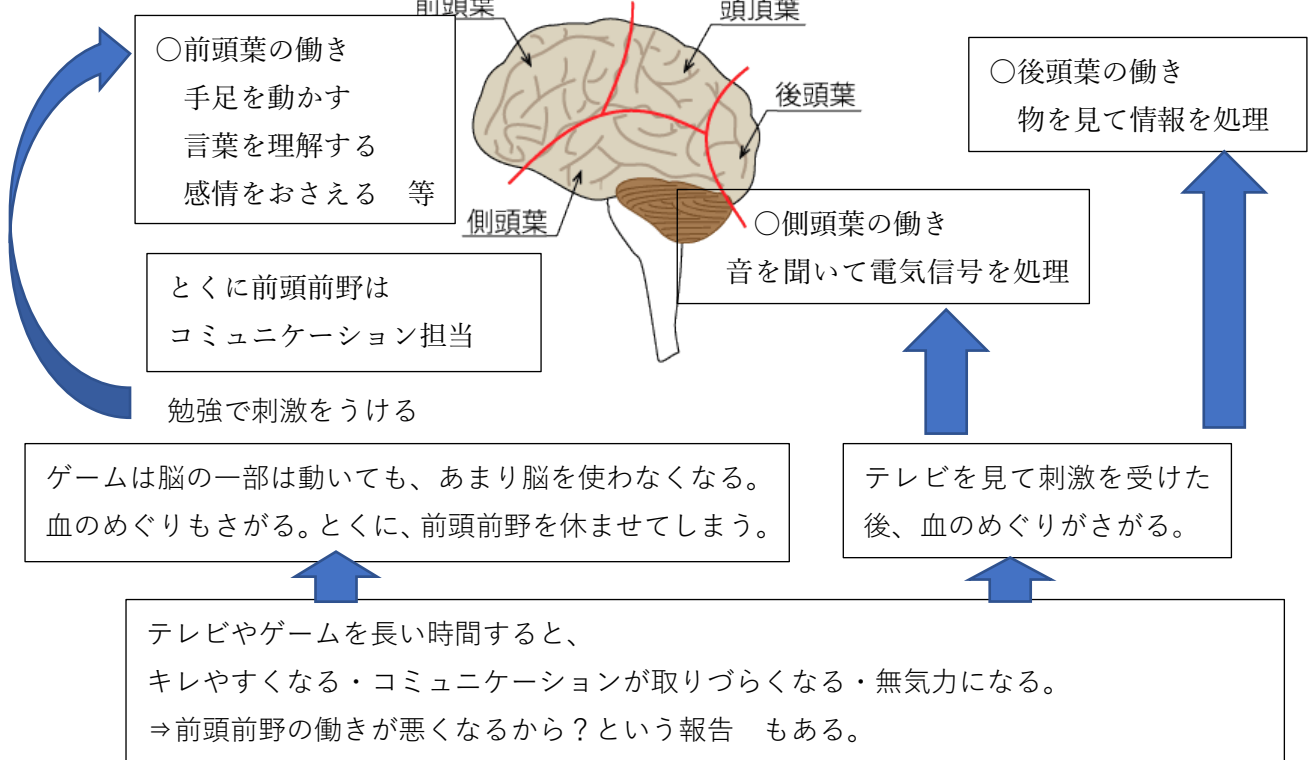
生活リズムが良くなり、良い睡眠にもつながります。そうすると、こんな効果も！



- ① 夜、光を見ない⇒「メラニン」が体内に出る⇒良い眠りになる⇒しっかりした睡眠確保
- ② 特に夜の10時には寝る⇒「成長ホルモン」が体内に出る⇒成長期の児童にとっては必須
- ③ しっかり寝ると「セロトニン」が体内に出る⇒心が安定する・イライラがなくなる⇒心の安定
- ④ しっかり寝ると、日中やったこと（学習）を脳が思い出したり、しっかり覚えたり（記憶）することができる

### 〈テレビやゲームって脳にいいの？〉

#### 大脳は4つで構成されている



NPO法人子どもとメディア報告書 東北大学 川島隆太教授 講演会資料から

今年は、臨休もあり、とくにメディアとの接触時間も長かったのではないのでしょうか？「アウトメディア」は生活リズムの改善にも有効です。取り組み週間の時だけでなく、各ご家庭でこれを機に定期的に取り組んでみるのも良いと思います。