

# 城 風と緑と太陽

規則正しい生活と家庭学習を！

校長 大澤 禎一

校庭の木々から蝉の鳴き声が聞かれるようになってきました。いよいよ明日から夏休み。子どもたちが家庭で過ごす日々が続きます。今年度は新型コロナウイルス感染拡大防止による臨時休業に伴い夏季授業日が設定され、夏休みが短縮されました。ご家庭で過ごす日も短縮されますが、ぜひお子様には、生活リズムをくずすことなく規則正しい生活を心がけさせてください。起床時刻、就寝時刻をきちんと決め、食事も決まった時間に摂るなどリズムの整った生活は、睡眠時間がしっかり確保され、心身ともに健康状態が保たれるはずです。また、遊ぶ時間や勉強する時間なども無理のない時間割を自分で決め、実行できるように見守ってあげてください。そして、時間を守り、きちんと実行できたら、毎日、褒めてあげてください。学習に向かう時間は、たとえ短い時間でも、自分で決めた時間割で学習に取り組む姿勢は家庭学習の習慣づけになります。できたことをしっかり認めて、



思いっきり褒めてあげることで意欲を引き出すことにつながります。

子どもの学習する姿は、いつの時代も親にとってうれしい姿として映ります。学習への意欲や姿勢を、家庭学習でさらに伸ばすことができれば、子どもたちの学力の定着につながります。ぜひ親子で一緒に、夏休みの生活習慣づくりに取り組んでみてください。



はやね  
早寝



しろやま  
城山っ子みなさんへ

明日から夏休みですね。今年の夏休みは少し短くなりますが、お家で過ごす日もたくさんあります。そこで今回は「は」のつくお話をします。それは、「はやねはやおき」のお話です。

みなさんは学校がある日は決められた時間に起き、決められた時間に寝ていますね。でも明日からは夏休み。学校に行かない日がつづくと思うと、ついおそくまで起きていたり、次の日もゆっくり寝ていてもいいやと思ってしまわないでしょうか。ぜひ生活リズムをくずさないように、いつもどおりの時間に寝て、学校がある日のように早く起きる。そして、勉強する時間や遊ぶ時間も自分で決めることができるといいですね。

8月24日(月)には、笑顔がいっぱいの城山っ子が登校してくるのを楽しみにしています。



はやお  
早起き





## 安全で楽しい夏休みを！

夏休みには、各ご家庭でもさまざまな計画を立てていることと思います。しかし、せっかくの楽しい休みも、事件や事故に遭ってしまえば台無しです。そこで、学校では、次の点に特に気を付けてほしいと指導しています。ご家庭でも十分指導してくださるようお願いします。

### <事故に気をつける>

- ・ 自転車に乗るときは、必ずヘルメットをかぶる。
- ・ 道路の端を歩く。道いっぱい広がって歩かない。
- ・ 飛び出しをしない。
- ・ キックボードなど、公道では乗らない。

### <熱中症に気をつける>

- ・ 外出するときは、帽子をかぶる。
- ・ 夜ふかしをしないで規則正しい生活をする。
- ・ こまめに水分をとる。
- ・ バランスよく栄養をとる。

### <不審者に気をつける>

- ・ できるだけ一人で行動しない。
- ・ 何かあったら、大声を出し近くの大人に助けを求める。
- ・ あぶないと思ったら、すぐに逃げる。
- ・ すぐに警察に連絡する。

★コロナ感染拡大予防については、引き続き、ご留意をお願いいたします。

「こまめに手洗い・うがいをする」「不要不急の外出を控える」「時間を決めて換気を行う」など、できることを継続し、元気に夏休みを過ごしましょう。

## スポーツ飲料を入れる金属製容器について



上記の件について、愛知県保健体育課から注意喚起の依頼がきました。梅雨が明けると気温や湿度が高くなる日が続きます。こうした時期には熱中症予防のため、スポーツ飲料等の摂取の機会が増えてくることが考えられます。スポーツ飲料を入れる容器によっては、金属部分が溶け出して、健康被害を起こす可能性があります。スポーツ飲料をお子様を持たせるときには以下の点にご注意ください。

- ① スポーツ飲料を金属製容器（水筒）に入れる際には、「スポーツ飲料対応」のものを使う
- ② 金属製容器の内部にサビやキズがないか確認する
- ③ 古くなり劣化がみられる容器は新しいものに交換する

## 体育参観（10月2日）の日程について



先日、お知らせしました体育参観についての日程が決まりましたのでお知らせします。予定ですので、コロナの感染状況により、変更になることがあります。あらかじめご了承ください。

【1・2年生】 8:45～10:25

【3・4年生】 10:45～12:25

【5・6年生】 13:45～15:25

※時間は、教室からの移動、健康観察、準備運動、競技（各学年2種目）、整理運動、水分補給、参観保護者の入れ替え等を含めた時間です。

<お願い> 転出入の情報があれば早めに学校までお知らせください。

城山小 53-5020(教頭)