



学校だより

子供たちの心を耕す

校長 横山 圭介

長い夏休みが始まります。
高く立ち上がる入道雲、降り注ぐような蝉の声、水面の煌めき。すべてを白く輝かせる陽の光。夏の記憶はいつでも、自然の大きさ、力強さと、子供の頃のドキドキときめく気分を思い出させてくれます。保護者・地域の皆様にご尽力いただき「夏ドキ」をはじめとして、海や山、公園の木陰、プールへの行き帰りの道の途中。夏休みには、子供たちが心躍らせる「出会い」がたくさんありそうです。
アメリカの生物学者で作家でもあった、レイチェル・カーソンという女性がいます。今から五十年以上も前に「沈黙の春」という著作で、化学物質による環境破壊に警鐘を鳴らしたことで有名です。
彼女は、若くして亡くなった姪の子供を引き取り、育てる経験の中で、子供が自然と触れ合う中で発揮する素晴らしい感性に着目し「センス・オブ・ワンダー」神秘さや不思議さに目を見張る感性」と名付けます。そして、その著作の中で「子供たちが出会う事実の一つ一つが種子だとしたら、様々な情緒や豊かな感受性は、種子を育む肥沃な土壌です。幼い子供時代は、この土を耕す時です。」「知ることは感じることの半分も重要ではありません。」と述べています。
さらに、「センス・オブ・ワンダーを育むには、感動を分かち合ってくれる大人がそばにすることが何よりも重要です。」とも述べています。この夏、子供たちは何を見付け、何を心に残してくれるのでしょうか。チャイムの鳴らない「自分の時間」の中で、一人一人の子供たちがどのように成長していくのか、楽しみでなりません。
保護者・地域の皆様には、どうか「感動を分かち合う大人」として、子供たちを見守ってくださいますよう、お願いいたします。

教育目標

歴史を誇る久が原の大地に
深く根を下ろし桜のように明るく潔く、
樺のように天高く伸びてゆく久原小学校に学ぶ子は、
一、健康な子 二、考える子 三、やさしい子 四、礼儀正しい子

「夏休みドキドキ学校」への参加について

- 感染症対策を十分に行い、体調不良の際など、決して御無理をなさらないようにしてください。
 - 参加日時と持ち物等をよく確かめさせてください。
 - 準備や後片付けも助け合い、気持ちよく活動できるよう御家庭でもお話ください。
 - 当日やむを得ず欠席する場合は、講座名・学級・名前を忘れずに夏ドキ担当メール (natsudoki.pta@gmail.com) 又は、夏ドキ事務局専用電話 (090-5199-0041) に連絡してください。
キャンセルや欠席の場合に代理人を探す必要はありません。
- ※「緊急事態宣言」及び「まん延防止等重点措置」の制限や措置が行われた場合の、「夏休みドキドキ学校」の実施可否については、学校ホームページ・緊急メール等でお知らせいたします。

登校日 8月30日(火)

全学年 9:00~10:00

(8:45~8:55 登校)

※上履きや筆箱、健康観察カードなど、
持ち物を確認して登校しましょう。



5年生の窓（学校生活の紹介）

千葉 愛樹

令和4年度の5年生は、「一人一人が自分の意見をしっかりともちつつも、友達の話聞いて協力すること」を目標の一つとして学習を進めています。今年は、移動教室が中止となったこともあり、5月の遠足では移動教室で学ぶ自主性や責任感などに重きを置いて計画を進めていきました。子供たちは、チェックポイントを回りつつ、自分たちの進む道を自分たちで考えて、班長を中心に時間を意識して行動していました。地図係が常に自分たちの位置を確認し、計時係が時計を見ながら残り時間を伝え、保健係が給水や休憩を呼びかけ、班長がまとめ役となり、みんながそれぞれの役割を全うできるように声を掛ける。そんな姿がどの班でも見られ、足りないところはフォローし合って充実した時間を過ごすことができました。1学期に学んだことを土台として、2学期はさらにこれらを深め、実践していきます。5年生の成長を御期待ください。以下、子供たちの感想を一部紹介します。

- ・「私が遠足で頑張ったことは、班の体調管理をし、水飲みを意識したことです。今回の遠足で班の協力が必要だと学びました。」 1組 成田絢音さん
- ・「僕は班長を務めていました。次はトラブルが起きても、慌てずに一回深呼吸をし、落ち着いてみんなに指示をしたいです。」 2組 鈴木航平さん
- ・「5年生の初めよりもチームワークが良くなったと思いました。これからも深いチームワークができればいいと思います。」 3組 喜多野宇汰さん
- ・「臨機応変に行動することができました。みんなが自分の役割を果たせたので、今回のめあてが達成できました。」 4組 山中悠生さん

夏休みの食生活

石垣 裕貴

夏休みは、学校がある時と比べて自由になる時間が多いため、生活リズムが乱れやすくなります。早寝・早起きを心がけ、一日三食しっかり食べて、体調をととのえましょう。

【夏休みを元気に過ごすための食生活のポイント】

一. 早寝・早起きをして朝ごはんをしっかり食べましょう。

朝ごはンは、1日を元気に過ごすためには欠かせません。赤（肉、魚、卵、豆・豆製品、牛乳・乳製品など）・黄（ごはん、パン、麺、いもなど）・緑（野菜、果物など）の三つのグループがそろった朝ごはんを食べるようにしましょう。

二. 夏野菜をたっぷり食べましょう。

ピーマンやトマトなど、太陽をたっぷり浴びて育った夏野菜はビタミン類が豊富です。好き嫌いせずたっぷり食べて、夏バテを予防しましょう。

三. こまめに水分をとりましょう。

のどが渇いたと感じる前に、こまめに水分を補給しましょう。甘い飲み物ではなく、水やお茶を飲むようにしましょう。運動などでたくさん汗をかいた時は、塩分もとる必要があります。スポーツ飲料などで塩分も一緒に補給しましょう。

四. 冷たい物、おやつはとり過ぎないように注意しましょう。

冷たい物やおやつをとり過ぎると食欲がなくなり、食事がしっかり食べられなくなってしまいます。おやつでは、牛乳、乳製品、果物、野菜、いもなどを上手に組み合わせて、三回の食事ではとりきれない栄養を補うようにしましょう。

この四つのポイントを意識して、元気に夏休みを過ごしましょう。せっかくの長いお休みなので、ダラダラと過ごすのではなく、目標を決めて計画的に過ごせるといいですね。食事の準備や後片付け、料理のお手伝いにも、ぜひ挑戦してみてください。夏休み明けに、また元気な皆さんの姿を見られることを楽しみにしています。